

TRD_101_17_07

INFORME DE ACTIVIDADES No.	01	FECHA INFORME	16/03/2026
No DEL CONTRATO Y FECHA	IDRY-CD-075-2026 de 23/01/2026		
VALOR DEL CONTRATO	TRECE MILLONES OCHOCIENTOS MIL PESOS MCTE (\$13.800.000).		
CONTRATANTE	INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE YOPAL		
CONTRATISTA	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERRA		
No. DE IDENTIFICACIÓN	1.057.590.129		
PLAZO DE EJECUCIÓN	SEIS (6) MESES		
SUPERVISOR	GINA PAOLA ALVAREZ MERCHAN, PROFESIONAL UNIVERSITARIO		
FECHA DE INICIO	26/01/2026		
FECHA DE TERMINACIÓN	25/07/2026		
PERIODO DEL INFORME	DEL 26/01/2026 AL 25/02/2026		
OBJETO DEL CONTRATO	PRESTAR DE SERVICIOS COMO ENTRENADOR DEPORTIVO EN LA MODALIDAD DE BALONCESTO POR TRES, PARA LA ESCUELA DE FORMACION DEPORTIVA DEL IDRY, EN LA COMUNA I DEL MUNICIPIO DE YOPAL.		

ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO		
ACTIVIDAD No	EJECUCIÓN	EVIDENCIAS
1. Realizar el reporte mensual de los deportistas inscritos en la disciplina de Baloncesto por tres , teniendo en cuenta que la población atendida se deberá incluir discriminadamente según el caso: a. Primera infancia (0-5); b. Infancia (6-12); c. Adolescencia (13-17); Juventud (18-28), definiendo a que grupo pertenecen así: a. Mujer; b. Víctimas del conflicto; c. Discapacidad; d. LGTBI; e. Pueblos indígenas; f. Comunidades negras; g. Población en pobreza extrema; h. Familia; i. Toda la población y j. Otro, de acuerdo al formato establecidos por el Instituto realizando la entrega al apoyo de la supervisión a los Veinte (20) días de cada mes en medio físico, digital. PRODUCTO: 1 Base de datos Mensual que contenga la consolidación de los deportistas beneficiados, la cual deberá ser remitida al	Se realizó el proceso de caracterización y registro de 30 deportistas en la modalidad de baloncesto 3X3 en la comuna I del municipio de Yopal. Para ello, se diligenció el formato de base de datos establecido por el Instituto. El consolidado final fue remitido al correo institucional el día 09 de marzo de 2026. consolidado base de datos baloncesto por tres (External)  de: CULTURA FISICA ITELL <cultifit@gmail.com> para: escuela idry yopal gov co, lidajames@gmail.com fecha: 9 mar 2026, 10:14 asunto: consolidado base de datos baloncesto por tres enviado por: gmail.com firmado por: gmail.com seguridad: cifrado estándar (TLS) Más información Importante según el criterio de Google.	Anexo 1 Formato estadístico Folio 1 Anexo 2 Formato de base de datos de población beneficiada. Folio 2

ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO		
ACTIVIDAD No	EJECUCIÓN	EVIDENCIAS
correo institucional escuelaidry@idry-yopal.gov.co . EVIDENCIA: Documento en Excel con toda la información de cada niño.		
2. Realizar dos (2) sesiones diarias de entrenamiento deportivo (2 horas por sesión) para un total de 10 sesiones por semana y un mínimo de 40 al mes, con un mínimo de 30 niños, niñas y/o adolescentes del municipio de Yopal; acatando a cabalidad los lineamientos del IDRY. PRODUCTO: Dos (2) Sesiones diarias de entrenamiento. EVIDENCIA: Planillas de asistencia firmadas - Registro Fotográfico de las sesiones de entrenamiento.	Se desarrollaron las dos sesiones diarias de entrenamiento programadas, ejecutando un total de 40 sesiones dirigidas de manera presencial a una población de 30 deportistas de la comuna I del municipio de Yopal, las cuales se registran en la base de datos y las planillas de asistencia. Se presentó el PLAN METODOLOGICO donde se aplicaron los lineamientos técnicos y metodológicos exigidos, el cual fue aprobado por el metodólogo JULIAN MAURICIO VEGA ALBARRACIN. Se realizaron charlas a padres y deportistas para dar a conocer el plan de trabajo, los horarios y lugares de entrenamiento y se entregaron las respectivas planillas de asistencia debidamente firmadas. El 14 de febrero se ejecutó el test inicial, con el fin de evaluar las capacidades de los deportistas para así garantizar un proceso deportivo acorde a sus necesidades.	Anexo 3 Planillas de asistencia del informe 01 Folio 3 Anexo 4 Plan metodológico Folio 4 - 13 Anexo 5 Charla a padres Folio 14 Anexo 6 Charla a deportistas Folio 15 Anexo 7 Test inicial Folio 16 Anexo 8 Plan semanal Folio 17 (registro fotografico)
3. Participar mensualmente en dos (2) intercambios y/o festivales deportivos en las modalidades de conjunto y/o individuales. PRODUCTO: Dos intercambios deportivos en modalidades de conjunto y/o individuales. EVIDENCIA: Planilla mensuales de intercambio deportivo y Registro Fotográfico de cada intercambio.	Los deportistas participaron en 2 intercambios deportivos durante este periodo: El día 13 de febrero en la modalidad de BALONCESTO 3X3 con el club de baloncesto Potros entrenadora Sara Gómez y las escuelas del IDRY, para la inauguración de la cancha "LA JAULITA" El día 14 de febrero en la modalidad de BALONCESTON 3X3 con el entrenador SEBASTIAN VERA. Estas jornadas se desarrollaron con el propósito de promover, fortalecer y motivar la participación de los deportistas en un espacio competitivo, permitiendo que exploren nuevas capacidades motoras y a su vez reconocer sus talentos y aptitudes en esta disciplina.	Anexo 9 Planilla de intercambio Folio 18-19 (registro fotografico)
4. Participar de las reuniones, convocatorias, capacitaciones y apoyar los eventos institucionales que realice y/o apoye el IDRY, relacionadas con su objeto contractual. PRODUCTO: Eventos, convocatorias, capacitaciones realizadas	Durante este periodo, participe el día 10 de febrero, a la jornada de socialización contractual, donde se recibieron los lineamientos institucionales, técnicos y	Anexo 10 Planillas de asistencia Folio 20 (registro fotografico)

ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL PERIODO		
ACTIVIDAD No	EJECUCIÓN	EVIDENCIAS
dentro del marco del objeto contractual. EVIDENCIA: Acta de reunión, Planilla de asistencia y Registro Fotográfico.	administrativos para la correcta ejecución del objeto del contrato. Asimismo, apoye como logística en la inauguración de la cancha "LA JAULITA" el día 13 de febrero con un intercambio deportivo en la modalidad de baloncesto 3X3 en diferentes categorías y rama femenina y masculina.	
5. Apoyar las demás actividades relacionadas con el objeto contractual previa concertación con la supervisión designada por el Instituto.	En este mes no se realizó apoyo a actividades.	N/A

ACREDITACIÓN PAGOS APORTES A LOS SISTEMAS DE SEGURIDAD SOCIAL			
Tipo de aporte	Planilla N°	Mes al que corresponde el aporte	Valor Pagado
SALUD	6008811891	ENERO	47.300
PENSION	6008811891	ENERO	36.900
ARL	6008811891	ENERO	3.200

DECLARACIÓN: Manifiesto que he cumplido con las obligaciones derivadas del contrato y que las actividades mencionadas en el presente informe corresponden a las labores efectivamente desarrolladas en el periodo indicado, declarando que seré responsable por las afirmaciones contenidas en el presente documento, que sirve como soporte para certificar el cumplimiento del objeto del contrato.

OBSERVACIONES Y/O ANEXOS

Nombre Contratista:
JAVIER ENRIQUE TORRES SIERRA
Identificación: 1.057.590.129

Firma:



CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO DE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES

GINA PAOLA ALVAREZ MERCHAN, identificada con la cédula de ciudadanía No. 36.068.433, actuando en mi calidad de supervisor del Contrato descrito al inicio del presente documento, certifico que de acuerdo con las obligaciones pactadas en el contrato, el contratista ha cumplido con la ejecución de cada una de las actividades del contrato, tal y como se describe en el presente informe.

Así mismo certifico que el (la) contratista se encuentra al día con los aportes al Sistema de Seguridad Social Integral de conformidad con la normatividad que rige la materia, tal y como se acredita en los soportes de liquidación de planilla y pago que se anexan para realizar el pago del **Informe No. 01** del contrato **IDRY-CD-075-2026**, los cuales han sido verificados por el suscrito.

Por lo tanto, se solicita a la Subdirección Administrativa y Financiera hacer el pago correspondiente al contratista.

Nota: Este campo aplica siempre y cuando exista un contrato de apoyo a la supervisión, de lo contrario no diligenciar.

FIRMA

Paula Belithza Godoy

FIRMA

Gina Paola Alvarez Merchan

NOMBRE: PAULA BELITHZA GODOY BURGOS

NOMBRE: GINA PAOLA ALVAREZ MERCHAN

CARGO: APOYO TECNICO

CARGO: Profesional universitario

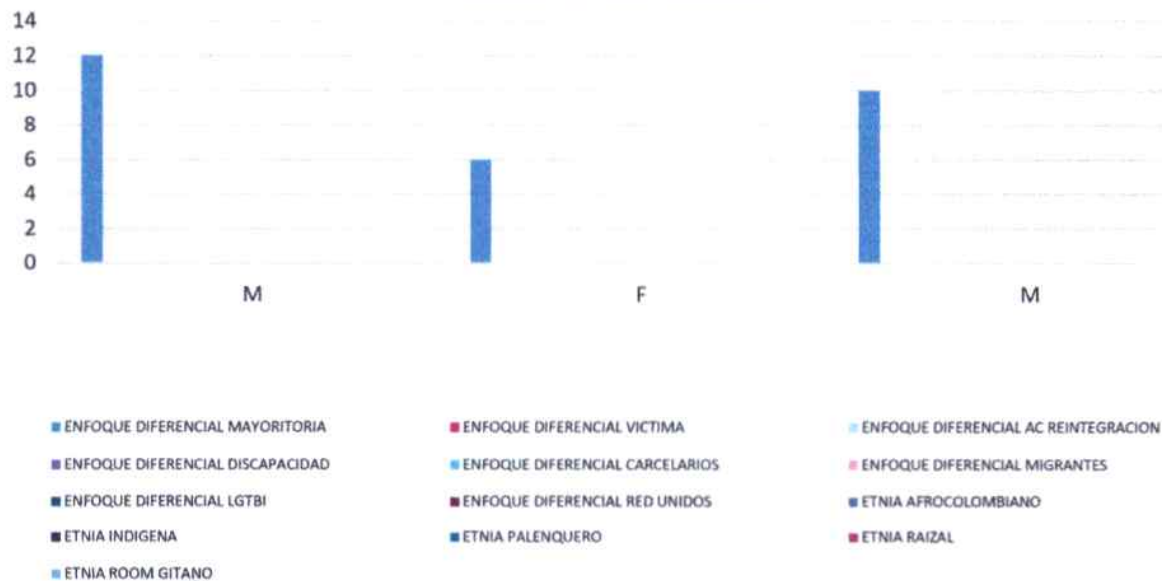
APOYO A LA SUPERVISIÓN

SUPERVISOR DEL CONTRATO

ITEM	NOMBRES Y APELLIDOS	TIPO DOC.	DOC. ENTIDAD	FECHA NACIMIENTO	FECHA INGRESO	GÉNERO	RI	COMUNA O CORREGIMIENTO	EPS	GRUPO ÉTNICO	POBLACIÓN VULNERABLE	TELÉFONO	MONITOR	ESC. DEPORTIVA	ESC. DEPORTIVO
1	DAVID SANTIAGO BECERRA TORRES	T.I.	1029667549	13/08/2011	13/08/2011	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	FOMAG	NINGUNO	NINGUNO	3208571486	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
2	MARIA JULIANA JIMENEZ RINCON	T.I.	1019999982	13/05/2011	13/05/2011	F	O+	COMUNA I CIRO REINA	FAMISANAR	NINGUNO	NINGUNO		JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
3	LEWING ANDRES SILVA PEREZ	T.I.	1222117708	3/03/2014	3/03/2014	M	A+	COMUNA I CIRO REINA	CAPRESOCA	NINGUNO	NINGUNO	3133742343	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
4	LAURA XIMENA LOPEZ MONTENEGRO	T.I.	1118542795	2/05/2011	2/05/2011	F	O+	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3112337583	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
5	FEBE ALÉJANDRA BARRERA MACHAC	T.I.	1118538339	10/08/2011	10/08/2011	F	B-	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3026072985	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
6	ENAM PEREZ LUQUE	T.I.	1020740526	22/07/2011	12/07/2011	M	A+	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3229110828	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
7	LORAINÉ ANDREA FAGUA LOZANO	T.I.	1121882347	13/07/2013	13/07/2013	F	A-	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3114473081	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
8	ANDRES SAMUEL OCHOA COLMENARE	T.I.	1098683017	3/05/2012	13/05/2012	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3183038186	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
9	DANIEL SANTIAGO JIMENEZ RINCON	T.I.	1019999385	5/02/2009	05/02/2009	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	FAMISANAR	NINGUNO	NINGUNO	3152065987	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
10	MARTIN SANGUINO SANCHEZ	T.I.	1021936767	8/05/2016	08/05/2016	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	COLSANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3226712117	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
11	JAN FELIPE BAUTISTA VILLABONA	T.I.	1142720438	11/11/2012	11/11/2012	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3128506745	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
12	LUIS ANGEL SANCHEZ ROMO	T.I.	1222120151	29/10/2014	29/10/2014	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3102653654	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
13	DAVID SANTIAGO PEREZ MUJICA	T.I.	1222117808	25/02/2014	25/02/2014	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	SANIDAD MILITAR	NINGUNO	NINGUNO	3115874596	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
14	LAURA SOFIA PEREZ MUJICA	T.I.	1029665593	22/08/2010	22/08/2010	F	O+	COMUNA I CIRO REINA	SANIDAD MILITAR	NINGUNO	NINGUNO	3115874596	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
15	DERRICK RUBIANO	T.I.	1118553412	5/09/2015	05/09/2015	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3102230588	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
16	ANGEL SUAREZ	T.I.	1029668132	30/03/2011	30/03/2011	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	CAPRESOCA	NINGUNO	NINGUNO	3205647892	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
17	JUAN ESTEBAN GONZALEZ	T.I.	1029668822	31/03/2011	31/03/2011	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3205478985	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	COLISEO 20 DE JULIO
18	SARA VALENTINA MORALES PARRA	T.I.	1118548673	22/02/2015	22/02/2015	F	O+	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3209301503	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
19	JOHAN STIVEN ALVAREZ CATAÑO	T.I.	1029664358	8/06/2009	08/06/2009	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	CAPRESOCA	NINGUNO	NINGUNO	31431830925	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
20	MIQUEL ANGEL LONDOÑO CUARTAS	T.I.	1036258048	23/12/2009	23/12/2009	M	A+	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3105088191	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
21	JUAN FELIPE RODRIGUEZ BRITO	T.I.	1029664465	7/07/2009	07/07/2009	M	O-	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3134872240	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
22	JONAKER PEREZ LEON	T.I.	1029651901	19/08/2009	19/08/2009	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3124027089	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
23	CRISTIAN FABIAN MELIA BARAHONA	T.I.	1222120380	8/12/2014	08/12/2014	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3115869461	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
24	SALOME BERNAL HERRERA	T.I.	1029665841	28/11/2010	28/11/2010	F	O+	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3144284315	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
25	JOKER SANTIAGO MARTINEZ CASTRO	T.I.	1029657042	4/06/2011	04/06/2011	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	CAPRESOCA	NINGUNO	NINGUNO	3107614122	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
26	JUAN FELIPE ORTIZ BOTIA	T.I.	1118539105	5/07/2013	05/07/2013	M	O-	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3202527896	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
27	JUAN ESTEBAN TORRES CHACON	T.I.	1222118993	28/10/2014	28/10/2014	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3208088094	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
28	KENNER PEREZ	T.I.	1118542362	28/12/2012	28/12/2012	M	O-	COMUNA I CIRO REINA	CAPRESOCA	NINGUNO	NINGUNO	3203921285	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
29	KENNY JANPIER MUÑOZ ROJAS	T.I.	1029602379	27/08/2009	27/08/2009	M	O+	COMUNA I CIRO REINA	NUEVA EPS	NINGUNO	NINGUNO	3208054184	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN
30	SALOME TORRES COMBARIZA	T.I.	1029667138	3/03/2012	03/03/2012	F	O+	COMUNA I CIRO REINA	SANTAS	NINGUNO	NINGUNO	3229485192	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERR	BALONCESTO	3A COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CEN

LUGAR DE TRABAJO:		COLISEO 20 DE JULIO		INFORME No:		1
MONITOR: JAVIER ENRIQUE TORRES SIERRA		DEPORTE:		BALONCESTO 3X3		
PERIODO DEL INFORME:		26/01/2026 AL 25/02/2026				
CICLO VITAL		Infancia 6 - 13 años		Adoles 14 - 17 años		TOTAL
		F	M	F	M	
ENFOQUE DIFERENCIAL	MAYORITORIA	2	12	6	10	30
	VICTIMA					
	AC REINTEGRACION					
	DISCAPACIDAD					
	CARCELARIOS					
	MIGRANTES					
	LGTBI					
	RED UNIDOS					
ETNIA	AFROCOLOMBIANO					
	INDIGENA					
	PALENQUERO					
	RAIZAL					
	ROOM GITANO					
TOTAL		2	12	6	10	

Población Beneficiada



Nombre: JAVIER ENRIQUE TORRES

120_43_05

INFORME No. 1

INSTRUCTOR: JAVIER ENRIQUE TORRES SIERRA

LUGAR DE TRABAJO: 20 DE JULIO / COL. BRAULIO GONZALEZ

DEPORTE: BALONCESTO

PERIODO: DE 26/01/2026

A: 25/02/2026

No.	NOMBRES Y APELLIDOS	FECHA DE SESION																				FIRMA
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	DAVID SANTIAGO BECERRA TORRES	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	David
2	MARIA JULIANA JIMENEZ RINCON	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	Juliana
3	LEWING ANDRES SILVA PEREZ	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	Lewing
4	LAURA XIMENA LOPEZ MONTENEGRO	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	Laura
5	FEBE ALEJANDRA BARRERA MACHADO	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	Febe
6	ENAM PEREZ LUQUE	A	F	A	F	F	A	F	A	F	F	F	F	A	F	A	F	F	A	F	F	Enam
7	LORAINA ANDREA FAGUA LOZANO	A	F	A	A	F	A	F	A	A	F	A	F	A	F	A	F	A	A	F	A	Lorraine
8	ANDRES SAMUEL OCHOA COLMENARES	A	F	F	A	A	A	F	F	A	A	A	A	A	F	F	A	A	A	F	A	Andres
9	DANIEL SANTIAGO JIMENEZ RINCON	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	Daniel
10	MARTIN SANGUINO SANCHEZ	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	Martin
11	IAN FELIPE BAUTISTA VILLABONA		F	A	A	A		F	A	A	A	A	A		F	A	A	A	A	A	A	Ian
12	LUIS ANGEL SANCHEZ ROMO	A	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	F	A	A	Angel
13	DAVID SANTIAGO PEREZ MUJICA	F	A	A	F	F	F	A	A	F	F	F	F	F	A	A	F	F	A	F	F	David
14	LAURA SOFIA PEREZ MUJICA	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	Laura
15	DERRICK RUBIANO	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	Derrick
16	ANGEL SUAREZ	A	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	F	A	A	Angel
17	JUAN ESTEBAN GONZALEZ	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	Juan
18	SARA VALENTINA MORALES PARRA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	Sara
19	JOHAN STIVEN ALVAREZ CATANO	F	F	A	A	A	F	F	A	A	A	A	A	F	F	A	A	A	A	A	A	Johan
20	MIGUEL ANGEL LONDOÑO CUARTAS	A	F	A	A	F	A	F	A	A	F	A	F	A	F	A	A	F	A	A	F	Miguel
21	JUAN FELIPE RODRIGUEZ BRITO	F	F	F	A	A	F	F	F	A	A	A	A	F	F	F	A	A	F	A	A	Felipe
22	JONAIKER PEREZ LEON	A	A	A	A	AA	A	A	A	A	AA	A	AA	A	A	A	A	AA	A	A	AA	Jonaiker
23	CRISTIAN FABIAN MEJIA BARAHONA	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	Cristian
24	SALOME BERNAL HERRERA	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	Salome
25	ICKER SANTIAGO MARTINEZ CASTRO	A	F	A	F	A	A	F	A	F	A	F	A	F	A	F	A	F	A	F	A	Icker
26	JUAN FELIPE ORTIZ BOTIA	F	A	F	F	F	F	A	F	F	F	F	F	F	A	F	F	F	F	F	F	Juan Ortiz
27	JUAN ESTEBAN TORRES CHACON	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	A	Juan T.
28	KEINNER PEREZ	A	A	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	F	A	A	Keinner P.
29	KENNY JANPIER MUÑOZ ROJAS	F	A	A	A	F	F	A	A	A	F	A	F	F	A	A	A	F	A	A	F	Kenny
30	SALOME TORRES COMBARIZA	F	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	F	A	A	A	A	A	A	A	Salome

FIRMA ENTRENADOR

F: FALTO

A: ASISTO

**PROGRAMA PEDAGÓGICO PARA ESCUELAS DE FORMACIÓN
DEPORTIVA
INSTITUTO PARA EL DEPORTE Y LA RECREACIÓN DE YOPAL – IDRY**

**Programa de formación en baloncesto 3x3 como estrategia pedagógica
para el desarrollo integral, físico, social y formativo a través del
aprovechamiento del tiempo libre en niños, niñas y adolescentes de 6 a 17
años de la Comuna 1 de Yopal, Casanare.**

Autor del programa:
Lic. Javier Enrique Torres Sierra – Entrenador

Dirigido a:
Instituto para el Deporte y la Recreación de Yopal – IDRY
Año: 2026

APROBÓ METODÓLOGO:



JULIÁN MAURICIO VEGA ALBARRACÍN
Técnica

1. INTRODUCCIÓN

El presente programa pedagógico está orientado a la implementación de una Escuela de Formación Deportiva en la modalidad de Baloncesto 3x3 en la Comuna 1 del municipio de Yopal, Casanare. Busca promover el desarrollo técnico, físico y socioafectivo de niños, niñas y adolescentes.

El baloncesto es una disciplina deportiva de alto impacto formativo que promueve el desarrollo de habilidades motrices, capacidades físicas, trabajo en equipo, autocontrol emocional y valores como el respeto y la responsabilidad. En la ciudad de Yopal, se evidencia un creciente interés por el deporte en contextos escolares y comunitarios; sin embargo, muchos procesos carecen de planificación estructurada que permita un desarrollo progresivo de los fundamentos técnicos, la condición física y la formación integral del deportista.

Este plan de entrenamiento busca responder a las necesidades del contexto local, proponiendo un proceso sistemático que articule lo pedagógico con lo deportivo.

2. PLANTEAMIENTO DE LA PROPUESTA

En Yopal, la práctica del baloncesto se realiza mayoritariamente de manera recreativa y empírica, sin una planificación pedagógica que permita el desarrollo progresivo de las habilidades técnicas, físicas y socioemocionales. Esto genera:

- Bajo dominio de fundamentos técnicos.
- Escasa continuidad en los procesos de formación deportiva.
- Débil apropiación de valores como la disciplina, el trabajo en equipo y la convivencia.
- Falta de instrumentos de evaluación del progreso deportivo y formativo.

2.1 Población

Niños, niñas y adolescentes entre los 6 y 17 años residentes en la Comuna 1 de Yopal, organizados en las categorías: Iniciación (6-8 años), Formación (9-12 años), Desarrollo (13-15 años) y Proyección (16-17 años).

Contexto: Instituciones educativas y/o procesos comunitarios de Yopal, Casanare.

Características:

- Participantes con niveles variados (principiantes e intermedios).
- Interés por el baloncesto como práctica deportiva y formativa.
- Acceso a canchas escolares o comunitarias.

2.2 Problema

El municipio de Yopal, en especial la Comuna 1, presenta la necesidad de fortalecer espacios formativos para el uso adecuado del tiempo libre en niños, niñas y adolescentes entre los 6 y 17 años, quienes se encuentran en una etapa clave para el desarrollo de hábitos saludables, valores sociales y habilidades motrices. En muchos contextos barriales, el tiempo libre no siempre se canaliza hacia actividades estructuradas, lo que incrementa la exposición a conductas de riesgo, sedentarismo y uso problemático de pantallas o sustancias.

En este sentido, el programa de baloncesto se proyecta como una estrategia pedagógica, deportiva y social que promueve el aprovechamiento positivo del tiempo libre mediante la fundamentación técnica del baloncesto, entendida como el aprendizaje progresivo de habilidades básicas como el manejo del balón, pases, lanzamientos, desplazamientos y principios de juego en equipo. Estas competencias no solo desarrollan la condición física, sino que fortalecen procesos cognitivos como la atención, la toma de decisiones y la autorregulación emocional.

Asimismo, el baloncesto, por su carácter colectivo y dinámico, favorece la formación en valores como el respeto por las normas, la cooperación, la disciplina, la responsabilidad y la resolución pacífica de conflictos. El programa se convierte en un espacio de inclusión social, integración comunitaria y construcción de redes de apoyo, especialmente para niños y jóvenes en situación de vulnerabilidad.

Desde el enfoque de desarrollo integral, la práctica sistemática del baloncesto contribuye a:

- Prevenir el sedentarismo y mejorar la salud física.
- Fortalecer la autoestima y la identidad personal.
- Potenciar habilidades sociales y comunicativas.
- Detectar y proyectar talentos deportivos locales.

2.3 Propuesta Deportiva

Implementación de una Escuela de Baloncesto 3x3 con enfoque pedagógico e inclusivo. Frecuencia: 3 sesiones por semana. Duración por sesión: 90 minutos.

Enfoques clave del programa

- Enfoque social: aprovechamiento del tiempo libre y prevención de conductas de riesgo.

- Enfoque pedagógico: aprendizaje por niveles de la fundamentación técnica del baloncesto.
- Enfoque comunitario: integración familiar y barrial.
- Enfoque formativo: valores, trabajo en equipo y hábitos saludables. Se evidencia sedentarismo, uso inadecuado del tiempo libre y bajo acceso a procesos deportivos estructurados en la población infantil y juvenil.

2.4 Justificación

El baloncesto 3x3 facilita la práctica comunitaria, mejora habilidades individuales, promueve igualdad de género y fortalece la convivencia. Este plan de entrenamiento se justifica en la necesidad de fortalecer procesos deportivos estructurados en Yopal, promoviendo no solo el desarrollo físico y técnico del baloncesto, sino también la formación integral del estudiante. A través de una metodología pedagógica, el deporte se convierte en una herramienta de transformación social, prevención de conductas de riesgo y fortalecimiento de la convivencia escolar y comunitaria.

La implementación de este programa en la Comuna 1 de Yopal aporta al bienestar comunitario, dinamiza el uso de escenarios deportivos del sector y apoya las metas de formación ciudadana y prevención de riesgos sociales, consolidando al deporte como una herramienta efectiva de transformación social y educativa para la población entre 6 y 17 años.

2.5 Objetivos

Objetivo General:

Diseñar e implementar un plan de entrenamiento en baloncesto 3X3 que fortalezca los fundamentos técnicos, las capacidades físicas Y el buen aprovechamiento del tiempo libre en niños y jóvenes de Yopal, Casanare.

Objetivos Específicos:

- Enseñar fundamentos técnicos del baloncesto 3x3.
- Fortalecer capacidades coordinativas y condicionales.
- Fomentar valores deportivos y convivencia.
- Preparar deportistas para eventos municipales, departamentales y nacionales.
- Desarrollar el dominio técnico del bote, pase, lanzamiento y defensa.
- Fortalecer capacidades físicas básicas: velocidad, resistencia y coordinación.

- Promover el trabajo en equipo y la convivencia.
- Implementar instrumentos de evaluación pedagógica y deportiva.
- Fomentar el buen aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de hábitos de vida activa y saludable.

3. METODOLOGÍA



PLAN SEMANAL DE TRABAJO

DRO-FO-04

25/01/2026

V.02

120-43-05		NOMBRE DEL INSTRUCTOR: JAVIER ENRIQUE TORRES LÓPEZ		N° CONTRATO: 275-2026	
INSTITUCIÓN Y ESCENARIO: COLEGIO RAÚL GONZÁLEZ / COLEGIO 20 DE JULIO		DEPORTE: BALONCESTO 3x3			
PERÍODO DE EJECUCIÓN: 26/01/2026 AL 30/02/2026		HORARIO: 8:00 AM A 9:00 - 3:00 PM A 5:00 PM			
TEMAS	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	FASE INICIAL: Calentamiento juego de activación "Semáforo con balón" Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: Bases (paseos de mano, protección), 1x1 ofensivo 3x2 juego libre. FASE FINAL: Vuelta a la calma. Estiramientos estáticos. Reconstrucción de la técnica.	FASE INICIAL: Calentamiento juego de activación "Se maneja con balón" Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: Activación con pases en movimiento. Pase de pecho y pasado. Entradas con banda de resistencia en sujeción. Trabajo defensivo 3x2 con balón. FASE FINAL: Revisión de la técnica.	FASE INICIAL: Movilidad articular con estiramientos dinámicos. Cruzado de lanzamiento con los brazos y de media distancia. Trabajo defensivo 3x3. FASE FINAL: Estiramientos estáticos. Refuerzo grupal.	FASE INICIAL: Juego dinámico de velocidad de reacción. Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: Cruzado de lanzamiento con los brazos y de media distancia. Sustos y sus reacciones. Min. juego 3x3 a 7 puntos. FASE FINAL: Vuelta a la calma. Movilidad articular.	FASE INICIAL: Calentamiento con ejercicios de flexibilidad, estiramientos y movilidad. Movilidad articular con estiramientos estáticos. FASE CENTRAL: Técnicas de lanzamiento. Reglas principales de juego 3x3. Torneo interno. FASE FINAL: Movilidad articular. Charlas sobre técnicas presentadas en la práctica.
2	FASE INICIAL: Activación con cambios de ritmo. Estiramientos estáticos. FASE CENTRAL: 1 vs 1. Lectura de juego y sistema defensivo. 3 vs 3 con regla de 12 segundos. FASE FINAL: Estiramientos. Análisis de la defensa 3x3.	FASE INICIAL: Estiramientos dinámicos con movilidad articular. FASE CENTRAL: Juego con balón: pases y manejo de balón. 3 vs 3 dinámico. 3 vs 3 con reglas para evitar errores de técnica. Lectura de juego y sistema defensivo. 3x3 con regla de 12 segundos. FASE FINAL: Cambio de posición grupal. Toma de pautaciones.	FASE INICIAL: Coordinación y reacción visual. FASE CENTRAL: Defensa activa con evasión de balón. Paseo y rebote libre. FASE FINAL: Estiramientos. Evaluación grupal.	FASE INICIAL: Juego de activación "Se maneja con balón". Movilidad articular dinámica. FASE CENTRAL: Tiro con balón: tiro libre, 3 vs 3 con balón, tiro por asistencia. FASE FINAL: Vuelta a la calma. Tiro libre. Estiramientos estáticos.	FASE INICIAL: Movilidad articular dinámica. Tiro con balón: desplazamiento lateral y en juego. FASE CENTRAL: Cruzado de lanzamiento de media distancia. Min. juego interno con aplicación de reglas oficiales 3x3. FASE FINAL: Estiramientos estáticos. Refuerzo sobre comprensión y lectura en juego.
3	FASE INICIAL: Juego dinámico de activación "Semáforo con balón". Movilidad articular dinámica. FASE CENTRAL: Trabajo de pases por pases. Transición desde 3 vs 2 - 2 vs 1 - 1 vs 1 con contacto controlado. FASE FINAL: Estiramientos estáticos. Revisión de la técnica.	FASE INICIAL: Movilidad articular + core. FASE CENTRAL: Revisión de la técnica: seguridad en la entrada. 3 vs 3 enfocado en segunda jugada. FASE FINAL: Tiro suave y estiramientos estáticos. Regulación profunda.	FASE INICIAL: Tiro suave. Activación con balón: maniobra de maniobra (cambio de dirección). FASE CENTRAL: Defensa interna 1 vs 1. Cambio de dirección - trabajo de maniobra. FASE FINAL: Tiro suave y estiramientos estáticos. Regulación profunda.	FASE INICIAL: Calentamiento de tiro de media y larga distancia. Estiramientos. FASE CENTRAL: Trabajo de tiro de media y larga distancia. Situaciones especiales (última posesión, ataque, tiro de media). FASE FINAL: Estiramientos estáticos. Revisión de la técnica.	FASE INICIAL: Calentamiento juego de activación "Semáforo con balón". Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: Cruzado de lanzamiento con los brazos en lanzamiento de tiro libre. Torneo interno a 10 puntos, activación de la regla 3x3. FASE FINAL: Estiramientos estáticos. Revisión de la técnica.
4	FASE INICIAL: Activación interna. Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: Entrenamiento técnico sobre los regles 3x3 FIBA. Cruzado de lanzamiento de larga distancia. FASE FINAL: Estiramientos estáticos. Revisión de la técnica.	FASE INICIAL: Coordinación y reacción. Entrenamiento dinámico. FASE CENTRAL: Entrenamiento técnico sobre los regles 3x3 FIBA. Estrategias ofensivas: pases, cortes, bloqueos, entradas, ataques. FASE FINAL: Estiramientos estáticos. Charlas sobre los regles en el 3x3.	FASE INICIAL: Juego dinámico por equipos. Movilidad articular dinámica. FASE CENTRAL: Defensa por línea de pase. Paseo con balón. FASE FINAL: Vuelta a la calma con tiro suave y respiración. Estiramientos estáticos.	FASE INICIAL: Juego dinámico de velocidad de reacción. Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: Fase 3x3 interno (fase de juego). FASE FINAL: Estiramientos estáticos. Refuerzo grupal.	FASE INICIAL: Calentamiento juego de activación "Se maneja con balón". Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: Pases de balón: 3x3. FASE FINAL: Paseos internos. Refuerzo final de procesos mentales.

La planificación de este entrenamiento debe basarse en los principios básicos de la sesión de entrenamiento. En este formato se detallan los temas a tratar y los ejercicios de entrenamiento planificados para cada día de la actividad.

FIRMA INSTRUCTOR

FIRMA SUPERVISOR

FECHA: 14 DE FEBRERO
LUGAR: COLISEO 20 DE JULIO

INFORME N° 01

PERIODO DE 26/01/2026 A 25/02/2026

ITEM	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	IMC			GÉNERO	TEST FÍSICOS					TEST TÉCNICO																	
							Velocidad 20 mts	CORE 30 SEG	SALTO VERTICAL	salto horizontal	Mecánica de lanzamiento tiro libre	Doble Filtro										Zig-Zag Dribling 20 Mts							
			Derecho									Izquierdo																	
			PESO	TALLA	PESU							M	F	1	2	3	4	5	1	2	3		4	5	1	2	3	4	5
1	JUAN FELIPE RODRIGUEZ BRITO	16				X		3.41	16	198.8	53						100%						100%					80%	100%
2	SAMUEL CELY	12				X		3.91	13	146.3	34						80%						80%					100%	80%
3	JOSE MANTILLA	14				X		3.59	17	208.1	45						60%						80%					60%	80%
4	ICKER SANTIAGO MARTINEZ CASTRO	14				X		3.54	15	206.5	38						80%						80%					80%	80%
5	JUAN ESTEBAN TORRES CHACON	14				X		3.84	16	203.8	37						100%						100%					80%	80%
6	LAURA XIMENA LOPEZ MONTENEGRO	14				X		3.91	14	146.3	34						100%						100%					80%	100%
7	FEBE ALEJANDRA BARRERA MACHADO	14				X		3.51	15	208.4	45						80%						80%					100%	80%
8	DANIEL SANTIAGO JIMENEZ RINCON	17				X		3.36	17	195.3	50						60%						80%					60%	60%
9	DAVID SANTIAGO PEREZ MUJICA	12				X		3.56	15	147.5	35						80%						80%					80%	80%
10	LAURA SOFIA PEREZ MUJICA	15				X		3.59	17	206.5	40						100%						100%					80%	80%
																													0%
																													0%


Nombre: JAVIER ENRIQUE TORRES
Contralista

FIRMA METODOLÓGICO Y/O APOYO METODOLÓGICO E.F.D.I.R.Y.

Enfoque pedagógico, participativo y progresivo. Cada sesión se divide en fase inicial (calentamiento), fase central (trabajo técnico-táctico) y fase final (juego aplicado).

Componentes técnicos de fundamentación.

Bote (dribling): control, cambios de mano, protección del balón.

Pase: pecho, picado, béisbol, pase en movimiento.

Lanzamiento: técnica de tiro, bandeja, tiro en suspensión.

Recepción: coordinación óculo-manual, recepción en movimiento.

Desplazamientos defensivos: posición básica, marcaje, ayudas defensivas.

Principios tácticos básicos: ocupación de espacios, desmarques, juego colectivo

Iniciación: Coordinación y juegos predeportivos.

Formación: Drible, pase y lanzamiento básico.

Desarrollo: Defensa individual y toma de decisiones.

Proyección: Sistemas ofensivos y estrategia competitiva.

Componentes de prevención de Lesiones

- Calentamiento estructurado (10–15 min)

Objetivo: preparar músculos, articulaciones y sistema nervioso.

Incluye:

Activación cardiovascular: trote, skipping, movilidad con balón.
Movilidad articular: tobillos, rodillas, caderas, hombros, columna.
Activación muscular: glúteos, core, escápulas.
Ejercicios neuromusculares: cambios de dirección suaves, reacción.

Reduce el riesgo de esguinces y desgarros.

- Fortalecimiento preventivo

Objetivo: proteger las zonas más lesionadas en baloncesto.
Tobillos: elevaciones de talón, banda elástica (inversión/ eversión).
Rodillas: sentadillas, zancadas, trabajo excéntrico de cuádriceps e isquios.
Cadera y glúteos: puentes, abducciones, monster walks.
Core: planchas, dead bug, pallof press.
Hombros: manguito rotador con bandas.

Más fuerza = más estabilidad = menos lesiones.

- Técnica de movimiento y aterrizaje

Objetivo: enseñar a moverse "bien" para no lesionarse.
Caídas y aterrizajes con rodillas alineadas y cadera atrás.
Frenadas y cambios de dirección con centro de gravedad bajo.
Técnica de salto y recepción (bilateral y unilateral).

Previene lesiones de rodilla (LCA) y tobillo.

- Propiocepción y equilibrio

Objetivo: mejorar el control del cuerpo en situaciones inestables.
Equilibrio a una pierna.
Trabajo sobre colchonetas o superficies inestables.
Recepciones con perturbación (empujón suave del compañero).

Clave para prevenir esguinces de tobillo.

- Flexibilidad y movilidad funcional

Objetivo: mantener rangos de movimiento saludables.
Movilidad dinámica en el calentamiento.

Estiramientos activos post-entreno (isquios, gemelos, cadera, espalda).
Liberación miofascial (opcional).

No se trata de "ser más flexible", sino de moverse mejor.

- Control de la carga y Descanso

Objetivo: evitar sobrecargas y lesiones por fatiga.

Progresión gradual de volumen e intensidad.

Alternar días duros / suaves.

Pausas activas entre bloques.

Dormir bien y días de recuperación.

Muchas lesiones vienen por exceso de carga.

- Hidratación y hábitos saludables

Objetivo: mantener el cuerpo en condiciones óptimas.

Hidratación antes, durante y después.

Alimentación adecuada.

Evitar bebidas energéticas antes de entrenar.

La deshidratación aumenta el riesgo de calambres y fatiga muscular.

- Vuelta a la calma y recuperación

Objetivo: ayudar al cuerpo a recuperarse.

Trote suave o caminata.

Respiración consciente.

Estiramientos suaves.

Reduce rigidez muscular y acelera la recuperación.

4. HORARIOS

LUNES A VIERNES

LUGAR: COLEGIO BRAULIO GONZALEZ SEDE CENTRAL

HORA: 3:00 PM A 5:00 PM

LUGAR: COLISEO 20 DE JULIO

HORA: 6:00 AM A 8:00 AM

5. DURACIÓN DEL PROGRAMA

El programa Deportivo de baloncesto 3X3 en la Comuna 1 de Yopal tiene una duración de 10 meses comprendida entre febrero a noviembre.

6. PROPUESTA DE TESTS PEDAGÓGICOS Y/O DEPORTIVOS

a) Tests Deportivos

Test de bote en zig-zag: tiempo en segundos.

Test de pases a pared (30 segundos): número de pases efectivos.

Test de lanzamiento: 10 lanzamientos desde posición media (porcentaje de acierto).

Test de velocidad: carrera de 20 metros.

Test de resistencia: carrera continua de 6 minutos.

b) Tests Pedagógicos (Formativos)

Lista de chequeo de valores:

Trabajo en equipo

Respeto por las normas

Responsabilidad en el entrenamiento

Autoevaluación del estudiante:

¿Qué aprendí?

¿En qué mejoré?

¿Cómo me comporté con mi equipo?

Observación del docente/entrenador:

Participación

Actitud

Progreso técnico

EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO

- Evaluación diagnóstica, formativa y final.
- Indicadores: asistencia, mejoría técnica, condición física y comportamiento.
- Aplicación de test: físicos, técnicos y lanzamientos.

IMPACTO ESPERADO

- Disminución del sedentarismo
- Mayor participación deportiva y fortalecimiento del tejido social en la Comuna 1.
- Fortalecer capacidades coordinativas, condicionales y capacidades físicas básicas: velocidad, Resistencia, fuerza y coordinación.
- Fomentar valores deportivos y convivencia.

6. CONCLUSIONES

La Escuela de Baloncesto 3x3 representa una estrategia de transformación social y desarrollo integral para la niñez y juventud de Yopal.

El plan de entrenamiento propuesto permite estructurar el proceso de formación en baloncesto desde una perspectiva pedagógica y contextualizada.

Su aplicación en Yopal, Casanare, puede contribuir al mejoramiento del rendimiento deportivo, al fortalecimiento de habilidades socioemocionales y a la construcción de ambientes escolares más participativos y saludables.

El baloncesto, más allá de la competencia, se convierte en una estrategia educativa para la formación integral del joven.

INFORME No.

01

TEMA:	OBJETIVO	FECHA		
INTRODUCCIÓN PROGRAMA ESCUELA DE BALONCESTO 3X3	INFORMAR A LOS ACUDIENTES DEL PROGRAMA	D	M	A
BARRIO/VDA: BRAULIO GONZALEZ	DEPORTE: BALONCESTO 3X3	11	02	2026

ITEM	NOMBRES Y APELLIDOS	Nº CONTACTO	FIRMA
	Edgar Beltrán Vargas Rodríguez	322 349 2693	Edgar Vargas R.
	Ledy Yurisel Camargo Sánchez	320 285 9152	Ledy Camargo
	Ludry Bryndil Silva Silva	313 374 2343	Ludry Silva
	Sebastian Banera	302 607 2965	Sebastian Banera
	Catalina Nossá Aguirre	320 346 0605	Catalina Nossá
	Zayda Liliana Parra Guerrero	320 939 1503	Zayda Parra
	Aleida Yurina Brito Correa	313 487 2240	Aleida Brito

ENTRENADOR: JAVIER TORRES

120_43_05

INFORME No. 01

SESIÓN No. 13

TEMA:	OBJETIVO	FECHA		
INICIO DE PROCESO DE ESCUELA DE BALONCESTO 3X3 IDRY	INFORMAR A los DEPORTISTAS EN QUE CONSISTE y COMO SE VA A DESARROLLAR el PROGRAMA	D	M	A
		12	02	2026
BARRIO/UDA:	BRAULIO GONZALEZ	DEPORTE: BALONCESTO 3 X 3		

ITEM	NOMBRES Y APELLIDOS	FIRMA
1	MIGUEL LONDOÑO	Miguel
2	LORRAINE FAGUA	Lorraine
3	ANGEL PEREZ	Angel Perez
4	FEIBE BARRERA	FEIBE
5	CRISTIAN ADAME	Cristian Adame
6	JOHAN ALVAREZ	Johan Alvarez
7	LIZETH MORENO	Lizeth
8	ANDRES OCHOA	Andres
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		

ENTRENADOR: 

120_43_05

FECHA: 14 DE FEBRERO
LUGAR: COLISEO 20 DE JULIO

INFORME N°: 01
PERIODO DE: 26/01/2026 A 25/02/2026

ITEM	NOMBRES Y APELLIDOS	EDAD	IMC			GENERO		TEST FISICOS				TEST TECNICO																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			
			PESO	TALLA	RESU	M	F	Velocidad 20 mts	CORE 30 SEG	SALTO VERTICAL	salto horizontal	Mecanica de lanzamiento tiro libre					Derecho					Izquierdo					Zig-Zag Dribling 20 Mts																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
												1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					
1	JUAN FELIPE RODRIGUEZ BRITO	16				X		3,41	16	198,8	53																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				

Nombre: JAVIER ENRIQUE TORRES

Contratista

FIRMA METODÓLOGO Y/O APOYO METODOLÓGICO E.F.D. IDRY

120_43_05

BARRIO Y/O CORREGIMIENTO COMUNA I		NOMBRE DEL INSTRUCTOR : JAVIER ENRIQUE TORRES SIERRA		N° CONTRATO: 075 - 2026	
INSTITUCIÓN Y/O ESCENARIO: COLEGIO BRAULIO GONZALEZ / COLISEO 20 DE JULIO.		DEPORTE : BALONCESTO 3X3			
PERIODO DE EJECUCIÓN: 26/01/2026 AL 25/02/2026		HORARIO : 6:00 AM A 8:00 / 3:00 PM A 5:00 PM			
SEMANA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	FASE INICIAL: -Calentamiento juego de activación "Semáforo con control de balón" -Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: -Bote (cambios de mano, protección), 1x1 ofensivo, 3x3 juego libre. FASE FINAL: -Vuelta a la calma: Estiramientos estáticos -Retroalimentación técnica.	FASE INICIAL: -Calentamiento juego de activación "la mancha con balón" -Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: -Activación con pases en movimiento. -Pase de pecho y picado -Entradas con bandeja derecha e izquierda. -Trabajo ofensivo 3x2 transición. FASE FINAL: -Respiración.	FASE INICIAL: -Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: -Círculo coordinado+ desplazamientos laterales, rebote básico. -Trabajo defensivo 3x3. FASE FINAL: -Estiramientos estáticos -Reflexión grupal.	FASE INICIAL: -Juego dinámico de velocidad de reacción -Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: -Círculo de lanzamiento con tiro corto y de media distancia. -Salidas tras rebote. -Mini juego 3x3 a 7 puntos. FASE FINAL: -Trote suave -Movilidad articular -Charla sobre sistema defensivo 3x3	FASE INICIAL: -Calentamiento con dribble en diferentes direcciones y ritmos. -Movilidad articular con estiramientos estáticos. FASE CENTRAL: -Técnica de lanzamiento. -Repaso principios sistema de juego 3x3. -Torneo interno. FASE FINAL: -Movilidad articular -Charla sobre falencias presentadas en la práctica.
2	FASE INICIAL: -Activación con cambios de ritmo. -Estiramientos estáticos. FASE CENTRAL: -1 vs 1 -Lectura de juego y sistema defensivo. -3 vs 3 con regla de 12 segundos. FASE FINAL: -Estiramientos. -Análisis de la defensa 3x3.	FASE INICIAL: -Estiramientos dinámicos con movilidad articular. FASE CENTRAL: -Juego sin balón (cortes y reemplazos) -2 vs 2 dinámico -3 vs 3 obligatorio pase extra antes de lanzar -Lectura de juego y sistema defensivo. -3vs3 con regla de 12 segundos. FASE FINAL: -Caminata con respiración guiada. -Toma de pulsaciones. -Estiramientos	FASE INICIAL: -Coordinación y reacción visual. FASE CENTRAL: -Defensa activa con ayudas cortas. -Rebote y salida rápida. FASE FINAL: -Estiramientos. -Evaluación grupal.	FASE INICIAL: -Juego de activación la mancha. -Movilidad articular dinámica FASE CENTRAL: -Tiro tras pase, tiro tras bote -3 vs 3 puntuación doble por asistencia. FASE FINAL: -Vuelta a la calma trote suave -Estiramientos estáticos.	FASE INICIAL: -Movilidad articular dinámica -Trote suave con desplazamientos laterales y en zigzag. FASE CENTRAL: -Círculo de lanzamiento de media distancia. -Mini torneo interno con aplicación de reglas oficiales 3x3. FASE FINAL: -Estiramientos estáticos. -Reflexión sobre comunicación y trabajo en equipo.
3	FASE INICIAL: -Juego reactivo competitivo -Movilidad articular dinámica FASE CENTRAL: -Trabajo de pases por parejas. -Transición rápida 3 vs 2 - 2 vs 1 - 1 vs 1 con contacto controlado. FASE FINAL: -Estiramientos estáticos. -Respiración controlada.	FASE INICIAL: -Movilidad articular + core FASE CENTRAL: -Rebote ofensivo, segunda oportunidad. -3 vs 3 enfatizando segunda jugada. FASE FINAL: -Trote suave y estiramientos estáticos. -Respiración profunda.	FASE INICIAL: -Trote suave -Activación con balón medicinal liviano (coordinación) FASE CENTRAL: -Defensa intensa 1 vs 1 -Cambio defensa - ataque inmediato FASE FINAL: -Trote suave y estiramientos estáticos. -Relajación muscular.	FASE INICIAL: -Competencia de tiro de media y larga distancia. -Estiramientos. FASE CENTRAL: -Trabajo de pick and roll -Situaciones especiales (última posesión, empate, falta táctica). FASE FINAL: -Estiramientos estáticos. -Retroalimentación táctica.	FASE INICIAL: -Calentamiento juego de activación "Semáforo con control de balón" -Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: -Círculo de lanzamiento con énfasis en lanzamiento de tiro libre. -Torneo interno a 10 puntos, aplicación total reglamento 3x3. FASE FINAL: -Estiramientos estáticos. -Retroalimentación táctica
4	FASE INICIAL: -Activación intensa. -Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: -Entrenamiento teórico sobre las reglas 3x3 FIBA. -Círculo de lanzamiento de larga distancia. FASE FINAL: -Estiramientos estáticos. -Retroalimentación principios defensivos.	FASE INICIAL: -Coordinación y reacción -Estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: -Entrenamiento teórico sobre las reglas 3x3 FIBA. -Estrategias ofensivas (espacios, cortes, bloqueos indirectos simples). FASE FINAL: -Estiramientos estáticos. -Charla técnica sobre los tiempos en el 3x3	FASE INICIAL: -Juego dinámico por equipos -Movilidad articular dinámica. FASE CENTRAL: -Defensa por líneas de pase. -Presión tras anotación. FASE FINAL: -Vuelta a la calma con trote suave y respiración -Estiramientos estáticos.	FASE INICIAL: -Juego dinámico de velocidad de reacción -Movilidad articular con estiramientos FASE CENTRAL: -Festival 3x3 interno (fase de grupos). FASE FINAL: -Estiramientos estáticos -Reflexión grupal.	FASE INICIAL: -Calentamiento juego de activación "la mancha con balón" -Movilidad articular con estiramientos dinámicos. FASE CENTRAL: -Finales del torneo interno 3x3 FASE FINAL: -Premiación simbólica. -Reflexión final del proceso mensual.

La planificación del entrenamiento debe contener los principios básicos de una sesión de entrenamiento. En este formato se evidencia la fase inicial, central y final de una sesión de entrenamiento planificándolo mensualmente acorde a las actividades proyectadas.

FIRMA INSTRUCTOR:

FIRMA SUPERVISOR:

FECHA: 13-FEB-2026
HORA: 4:00pm
LUGAR: CANCHA CA JALUITA

INFORME No: 01
DEPORTE: BALONCESTO 3x3

vs

$$\boxed{18} \times \boxed{15}$$

FIRMA ENTRENADOR
NOMBRE ENTRENADOR JAVIER TORRES
CONTACTO: 312 6811533


 FIRMA ENTRENADOR
 NOMBRE ENTRENADOR LYU TORRES
 CONTACTO: 3108571486

120_43_05

FECHA: 14/02/2025
HORA: 10:40 a.m.
LUGAR: COLIBCO BICENTENARIO

INFORME No: 01
DEPORTE: Balanceo 3x3

[illegible]

MARCADOR FINAL:

21

X

12

OBSERVACIONES GENERALES

SE EVIDENCIA QUE HAY DIFICULTAD PARA ENTENDER LAS
REGLAS DE LOS DEPORTISTAS DE 5X5 AL 3X3

FIRMA ENTRENADOR

NOMBRE ENTRENADOR: JAVIER TORRES
CONTACTO: 3176811532

FIRMA ENTRENADOR

NOMBRE ENTRENADOR: Sebastian Vero
CONTACTO: 312 3456616

TEMA: Socialización Obligaciones Contratos Vigencia 2026

FECHA: 10-02-2026

HORA: 8:00 a

DEPENDENCIA/LUGAR: IDRY

CIUDAD/MCPIO: YOPAL

QUIEN DIRIGE y/o
EXPONE: SUBDIRECCION
TECNICA

FIRMA: _____

TIPO DE EVENTO

CAPACITACIÓN: _____

DIVULGACIÓN: _____

OTRO: _____

No	NOMBRES	APELLIDOS	CARGO	DEPENDENCIA	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO (CEL)	FIRMA
1	JUAN MARCELO	ANGEL	Monitor	IDRY	juan201944@hotmail.com	3217819512	Juan Angel
2	Edil Santiago	Matorano Matorano	Monitor	IDRY	matoranop91@gmail.com	3214184557	Santiago Matorano
3	Faustino Gutierrez	Favero	Entrenador	IDRY	faustinogutierrezfavero@gmail.com	3103849894	Faustino
4	Julian M.	Viguer	Metodologo	TECNICA	julianviguer@gmail.com	3143511507	Julian
5	JAVIER E.	TORRES S.	ENTRENADOR	IDRY	kikejames4@gmail.com	3176811532	Javier
6	Guillermo	GONZALEZ C.	APoyo SUPERVISOR	TECNICA	guta186@yahoo.es	318079970	Guillermo
7	Nicolás Alonso	Aguirre Cepeda	Apoyo Supervision	TECNICA	nicolasaguirrecepda@hotmail.com	3144887655	Nicolas Aguirre
8	David Celemín	Niño	Entrenador	IDRY	Davidcelem10@gmail.com	3108513549	David Celemín
9	Edward	CUERNI	entrenador	IDRY	edwardcuerni@gmail.com	3212924928	Edward C.
10	Pablo Antonio	Sanchez	entrenador	IDRY	pabantonio.sanchez@gmail.com	320917065	Pablo Sanchez

DATOS GENERALES DEL APORTANTE		
TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN: 1057590129
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERRA	
CIUDAD/MUNICIPIO:	YOPAL DEPARTAMENTO:	CASANARE
DIRECCIÓN:	CALLE63#2A-54	TÉLEFONO: 3176811
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE: I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA: Otras actividades de servicios
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO	
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):		NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA		
NÚMERO PLANILLA:	6008812403	TIPO DE PLANILLA: I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN:	MES: febrero	PERIODO COTIZACIÓN: febrero
OTROS SUBSISTEMAS:	AÑO: 2026	SALUD: AÑO: 2026
DÍAS DE MORA:	3	
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2026/03/12	NÚMERO AUTORIZACIÓN: 133944429

NOVEDADES																
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT	IRP

LIQUIDACIÓN GENERAL				
			TOTALES	
			COTIZANTES	TOTAL PAGADO
PENSIÓN				
ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8002248088	230301	230301-PORVENIR	1	\$ 280.800
SUBTOTAL:			1	\$ 280.800
SALUD				
ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
9001562642	EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1	\$ 219.400
SUBTOTAL:			1	\$ 219.400
RIESGOS PROFESIONALES				
ADMINISTRADORA				
NIT	CÓDIGO	NOMBRE		
8600111536	14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A	1	\$ 42.800
SUBTOTAL:			1	\$ 42.800

VALOR SIN MORA:	\$ 541.800
VALOR MORA:	\$ 1.200
TOTAL PAGADO:	\$ 543.000

DATOS GENERALES DEL APORTANTE		
TIPO IDENTIFICACIÓN:	CÉDULA DE CIUDADANÍA	NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN: 1057590129
NOMBRE Ó RAZÓN SOCIAL:	JAVIER ENRIQUE TORRES SIERRA	
CIUDAD/MUNICIPIO:	YOPAL DEPARTAMENTO:	CASANARE
DIRECCIÓN:	CALLE63#2A-54	TELÉFONO: 3176811
TIPO APORTANTE:	02-INDEPENDIENTE	CLASE APORTANTE: I-INDEPENDIENTE
TIPO EMPRESA:	PRIVADA	ACTIVIDAD ECONOMICA: Otras actividades de servicios
FORMA DE PRESENTACIÓN:	ÚNICO	
APORTANTE EXONERADO PAGO APORTES SALUD, SENA E ICBF (REFORMA TRIBUTARIA):		NO

DATOS GENERALES DE LA PLANILLA		
NÚMERO PLANILLA:	6008811891	TIPO DE PLANILLA: I-INDEPENDIENTES
PERIODO COTIZACIÓN	MES: enero	PERIODO COTIZACIÓN MES: enero
OTROS SUBSISTEMAS:	AÑO: 2026	SALUD: AÑO: 2026
DÍAS DE MORA:	17	
FECHA PAGO (aaaa/mm/dd):	2026/02/26	NÚMERO AUTORIZACIÓN: 92436410

NOVEDADES															
ING	RET	TDE	TAE	TDP	TAP	COR	VSP	VST	SLN	COM	IGE	LMA	VAC	AVP	VCT
X															

LIQUIDACIÓN GENERAL					TOTALES	
					COTIZANTES	TOTAL PAGADO
PENSIÓN						
NIT		CÓDIGO	ADMINISTRADORA			
			NOMBRE			
8002248088		230301	230301-PORVENIR	1		\$ 47.300
SUBTOTAL:				1		\$ 47.300
SALUD						
NIT		CÓDIGO	ADMINISTRADORA			
			NOMBRE			
9001562642		EPS037	EPS037-NUEVA EPS	1		\$ 36.900
SUBTOTAL:				1		\$ 36.900
RIESGOS PROFESIONALES						
NIT		CÓDIGO	ADMINISTRADORA			
			NOMBRE			
8600111536		14-23	14-23-POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS S.A	1		\$ 3.200
SUBTOTAL:				1		\$ 3.200

VALOR SIN MORA:	\$ 86.300
VALOR MORA:	\$ 1.100
TOTAL PAGADO:	\$ 87.400

REGISTRO FOTOGRÁFICO.

PERIODO COMPRENDIDO: 26/01/2026 AL 25/02/2026

N° DE ACTIVIDAD

EVIDENCIA

2

ENTRENAMIENTOS



FECHA: 29/01/2026



FECHA: 05/02/2026

2

**CHARLA A
PADRES**



FECHA: 14/02/2026



FECHA: 16/02/2026

PERIODO COMPRENDIDO: 26/01/2026 AL 25/02/2026

Nº DE ACTIVIDAD

EVIDENCIA

2

**CHARLA A
DEPORTISTAS**



FECHA: 02/02/2026



FECHA: 12/02/2026

2

TEST INICIAL



FECHA: 14/02/2026



FECHA: 14/02/2026

PERIODO COMPRENDIDO: 26/01/2026 AL 25/02/2026

N° DE ACTIVIDAD

EVIDENCIA

3

**INTERCABIOS
DEPORTIVOS**



FECHA: 13/02/2026



FECHA: 14/02/2026

4

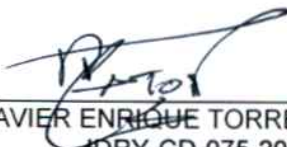
REUNIONES



FECHA: 10/02/2026



FECHA: 13/02/2026


JAVIER ENRIQUE TORRES SIERRA
IDRY-CD-075-2026
Contratista