| | | |
|---|---|---|
| IDERF | **INFORME DE ACTIVIDADES DEL CONTRATISTA DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS** | **Código: FOR-GCO-18** |
| | | **Versión: 02** |
| | | **Página 1 de 5** |

| DATOS DEL INFORME | | | |
|---|---|---|---|
| Periodo reportado del | 01/02/2026 | Al | 28/02/2026 |
| Informe número: | 2 de 8 | | |
| Fecha presentación informe | 02/03/2026 | | |

| 1. DATOS GENERALES DEL CONTRATO | | | |
|---|---|---|---|
| Nombres y apellidos del contratista: | JIMENA VANESSA BARRIOS HERNANDEZ | | |
| Número de identificación: | 1005714111 DE FUSAGASUGÁ. | | |
| Fecha de acta de inicio: | 30/01/2026 | Numero de contrato: | CPS 070-2026 |
| Fecha de suscripción del contrato: | 29/01/2026 | Fecha de finalización contrato: | 31/08/2026 |
| Plazo de ejecución: | EL PLAZO DE EJECUCIÓN DEL CONTRATO SERÁ DE SIETE (7) Y UN (1) DIAS, TÉRMINO CONTADO A PARTIR DE LA SUSCRIPCIÓN DEL ACTA DE INICIO ENTRE EL CONTRATISTA Y EL SUPERVISOR. | | |
| Objeto del contrato: | PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES COMO FORMADOR DEPORTIVO PARA PLANIFICAR, ORIENTAR Y DESARROLLAR ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA, ENTRENAMIENTO Y FORMACIÓN INTEGRAL EN EL PROGRAMA DE DEPORTE FORMATIVO DEL IDERF. | | |
| Dependencia: | OFICINA MISIONAL | | |
| Supervisor del contrato: | JOHANA ALEXANDRA ASCENCIO RIVERA | | |
| Número del CDP: | 2026000028 | Número del RP: | 20268000067 |
| Valor contrato: | QUINCE MILLONES CIENTO NOVENTA Y DOS MIL PESOS ($15.192.000). M/CTE, INCLUYE IMPUESTOS DE LEY. | | |
| forma de pago: | A) UN PRIMER PAGO proporcional a los dias ejecutados contados a partir de la firma del acta de inicio. B) ACTAS parciales de pago correspondientes a mensualidades vencidas por la suma DOS MILLONES CIENTO SESENTA MIL PESOS M/CTE. ($2.160.000) C) UN ÚLTIMO PAGO, proporcional a los dias del último mes de ejecución. previo recibido a satisfacción del supervisor del contrato, la presentación del informe de actividades y los documentos idóneos que acrediten el cumplimiento del pago a los sistemas de seguridad social en salud y pensión y demás documentos correspondientes. | | |

| 2.1 EN CASO DE ADICION Y/O PRORROGA DILIGENCIE | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Tiempo de prorroga No.1 | N/A | | Nueva fecha de finalización contrato: | | N/A | | |
| Nuevo plazo ejecución: | N/A | | | | | | |
| Número del CDP: | N/A | | Número del RP: | | N/A | | |
| Valor adición (si aplica) | N/A | | | | | | |
| Nuevo valor contrato (si aplica) | N/A | | | | | | |
| Periodo reportado del | N/A | Al | N/A | Informe número: | N/A | de | N/A |

| 2. INFORMACIÓN DE PAGO | |
|---|---|
| VALOR CONTRATO | $ 15.192.000 |



Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| # PAGO PARCIAL | SALDO CONTRATO | PAGO PARCIAL VALOR | NUEVO SALDO |
|---|---|---|---|
| 1 | $15.192.000 | $72.000 | $ 15.120.000 |
| 2 | $ 15.120.000 | $ 2.160.000 | $ 12.960.000 |
| .1 EN CASO DE ADICION Y/O PRORROGA DILIGENTE | | | |
| ADICION No. | SALDO ANTERIOR | VALOR ADICION | NUEVO SALDO |
| N/A | N/A | N/A | N/A |
| INFORMACIÓN DE PAGO | | | |
| *# PAGO PARCIAL* | *SALDO CONTRATO* | *PAGO PARCIAL VALOR* | *NUEVO SALDO* |
| N/A | N/A | N/A | N/A |

| 3. INFORMACIÓN BANCARIA | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **BANCO** | BANCO DED BOGOTA | **# CUENTA:** | 396345597 | **TIPO DE CUENTA:** | AHORROS |

### 4. ESTADO FISICO

Hasta la fecha 28/02/2026 el PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES COMO FORMADOR DEPORTIVO PARA PLANIFICAR, ORIENTAR Y DESARROLLAR ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA, ENTRENAMIENTO Y FORMACIÓN INTEGRAL EN EL PROGRAMA DE DEPORTE FORMATIVO DEL IDERF, *No.* CPS 070-2026, presenta una ejecución del 14.69 % contra una programada del 100%.

### 5. ACTIVIDADES Y DESARROLLO

| ÍTEM 1 | **Fuente verificación:** Radicado carta de presentación |
|---|---|
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 1:** Desarrollar la organización, planeación y dirección de las actividades que se requieran para la realización de mínimo 2 grupos de formación en el deporte asignado por el supervisor, en los niveles de iniciación, profundización, en el municipio. El contratista será la persona responsable de adelantar y gestar los procesos de convocatoria, a través de los medios necesarios, involucrando a las Juntas de Acción Comunal, Instituciones Educativas, Resguardos Indígenas, personas con discapacidad, población diversa y demás comunidades que se puedan beneficiar con el programa | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Durante el presente mes se realizó la convocatoria de niños, niñas y adolescentes del municipio, se les hizo entrega de la carta de presentación y convocatoria a los diferentes grupos de acción comunal del Barrio: Pardo Leal y Ebenezer los cuales la mayoría de los niños ya se han inscritos a la escuela de patinaje. | |
| ÍTEM 2 | **Fuente verificación:** Horarios de intervención |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 2:** Coordinar previamente con el IDERF el cronograma para el desarrollo de las actividades y clases de la Escuela de formación deportiva en jornada mañana y tarde; esto debe socializarlo a la comunidad. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Durante el presente periodo se elaboraron los horarios de intervención de las clases de la escuela de patinaje, el cual se socializó con los padres de familia de los diferentes espacios deportivos. | |
| ÍTEM 3 | **Fuente verificación**: Evidencia fotográfica |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 3:** Apoyar el proceso de inscripción de su programa deportivo ante el IDERF. Llevar registros actualizados de los deportistas inscritos, deberá contar con la siguiente cobertura , para deportes en conjunto tener una cobertura mínima de 20 personas por grupo o una cobertura global mínima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los nivelas de formación en los que se encuentren y para deportes individuales tener una cobertura mínima de 12 personas por grupo o mínimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la | |

| | |
|---|---|
| distribución dentro de los niveles de formación en los niveles en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** En el presente periodo hasta la fecha se encuentran inscritos de los diferentes barrios 46 deportistas. | |
| **ÍTEM 4** | **Fuente verificación:** Horario |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 4:** Atender los grupos de acuerdo con las indicaciones, parámetros, cronograma de actividades, intensidad horaria, mínimo de 20 horas en lugares y demás requerimientos establecidos por el IDERF a través del supervisor del contrato y según acuerdo con la comunidad, el formador no podrá cambiar el compromiso (horarios días de clases, lugar de las sesiones) sin previo aviso y autorización de la supervisión. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Durante el presente periodo se establecieron los horarios de intervención en los diferentes barrios para desarrollar las clases de patinaje.<br>*Lunes Estadio Municipal, nivel 2: 02:00 a 04:00 pm<br>* Martes y jueves barrio Ebenezer, nivel 1: 02:00 a 04:00 pm nivel 2 04:00 a 06:00 pm<br>* Miércoles barrio pardo leal: nivel 1: 02:00 a 04:00 pm nivel 2 04:00 a 06:00 pm<br>* Viernes estadio municipal, nivel 1: 02:00 a 04:00 pm | |
| **ÍTEM 5** | **Fuente verificación:** propuesta metodológica |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 5:** Crear y ejecutar una propuesta metodológica mensual con contenidos técnicos, tácticos y físicos, orientada a los procesos pedagógicos de desarrollo motor acordes con la edad y nivel deportivo (Iniciación-Fundamentación) con énfasis en la disciplina del deporte asignado por el supervisor. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Durante el presente mes se elaboró una propuesta metodológica en base al desarrollo de habilidades motrices básicas y técnicas las cuales se desarrollarán en los dos niveles | |
| **ÍTEM 6** | **Fuente verificación:** Planeaciones |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 6:** Planear las clases y/o sesiones de entrenamiento a desarrollar con anterioridad teniendo en cuenta los contenidos establecidos en la propuesta metodológica presentada, detallar en ella las particularidades de cada sesión. | |
| **ACCIONES REALIZADA:** Durante el presente mes se realizaron las planeaciones del mes de marzo acorde a las edades y al reconocimiento de habilidades y destrezas de los deportistas nuevos. | |
| **ÍTEM 7** | **Fuente verificación:** N/A |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 7:** Realizar un festival deportivo trimestral en la disciplina asignada; si para su desarrollo requiere de algún apoyo, este deberá ser acordado y aprobado por su supervisor con un mínimo de 15 días calendario, al finalizar el evento se deberá presentar un informe con sus respectivos soportes. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Durante el presente mes no se realizaron festivales | |
| **ÍTEM 8** | **Fuente verificación**: Evidencia fotográfica |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 8:** Participar y apoyar activamente en la convocatoria y organización de los encuentros de actividad física, recreación y deporte que lidere el instituto. Además, realizar apoyo técnico y/o logístico en el desarrollo de los juegos Intercolegiados, escolares, comunales, clásica de ciclismo, carrera atlética, ciclo vía y copa ciudad jardín entre otros. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Se realizo apoyo a la convocatoria y a la logística de la carrera color run que se desarrolló el día viernes 06 del presente mes. | |
| **ÍTEM 9** | **Fuente verificación:** Evidencia fotográfica |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 9:** Garantizar un trato respetuoso, inclusivo y libre de cualquier forma de violencia y discriminación. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Durante el presente periodo se garantizó un trato respetuoso a los compañeros | |
| **ÍTEM 10** | **Fuente verificación:** N/A |



Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 10:** El contratista se compromete a cuidar y hacer un buen uso de los bienes entregados para la ejecución y el desarrollo del objeto contractual, aplicando las mejores prácticas de uso e higiene, además de devolver al finalizar el contrato en las condiciones y mismas características entregadas con conformidad con los procedimientos establecidos, para el trámite de la paz y salvo. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** En el presente periodo no se realizo la entrega de ningún material | |
| **ÍTEM 11** | **Fuente verificación:** N/A |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 11:** Reportar de manera escrita novedades, incidentes o situaciones disciplinarias a la supervisión del contrato. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Debido el mes de febrero no hubo novedades para reportar. | |
| **ÍTEM 12** | **Fuente verificación:** N/A |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 12:** El instructor tiene estrictamente prohibido solicitar, recibir, administrar o gestionar dinero, cuotas, aportes, donaciones, pagos o cualquier beneficio económico, en efectivo por medios electrónicos, por parte de los deportistas, padres de familia, acudientes o terceros, por conceptos relacionados directa o indirectamente con la Escuela de Formación Deportiva. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Durante el mes de febrero no se realizaron ninguna de estas acciones. | |
| **ÍTEM 13** | **Fuente verificación:** Radicado Secop II |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 13:** Radicar mensualmente el informe de actividades ante el Supervisor del contrato, durante los primeros diez (10) días calendario al vencimiento de cada periodo, de conformidad con la forma de pago establecida y realizar las publicaciones de los documentos en el portal único de contratación (SECOP II), según corresponda. | |
| **ACCIONES REALIZADAS**: Durante el presente periodo se realizó la radicación del informe de actividades y de la cuenta correspondiente ante el supervisor del contrato, dentro de los tiempos establecidos, durante los primeros diez (10) días calendario siguientes al vencimiento del periodo, conforme a la forma de pago pactada. Así mismo, se efectuaron las publicaciones de los documentos requeridos en el Portal Único de Contratación – SECOP II. | |
| **ITEM 14** | **Fuente verificación:** Evidencia fotográfica |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 14:** Asistir a las reuniones y actividades a nivel técnico, pedagógico, operativo y/o administrativo convocadas por el IDERF. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** El jueves 5 de febrero se acompaño al evento de la alcaldía con la presencia del señor alcalde, donde se realizaron reconocimientos a la comunidad.<br>El martes 10 de febrero se realizó un encuentro en las instalaciones del instituto para la toma de fotografías de la ficha publicitaria<br>El jueves 12 de febrero se participó del lanzamiento de la "Unidad móvil de atención psicosocial estratégica "lila en el territorio"<br>El viernes 13 de febrero se participó de una capacitación sobre la elaboración y desarrollo de los diferentes formatos a presentar en el instituto. | |
| **ITEM 15** | **Fuente de verificación:** N/A |
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 15:** Todas las demás actividades inherentes a la naturaleza, objeto y/o ejecución del contrato y las que sean identificadas como necesidad del servicio por parte del supervisor del programa o dirección. | |
| **ACCIONES REALIZADAS:** Debido al tiempo laborado este ítem no aplica | |

Yo, Jimena Vanessa Barrios Hernández, identificado con la cédula de ciudadanía número 1.005.714.111 de Fusagasugá, certifico bajo la gravedad de juramento: Que en cumplimiento del Decreto No. 1070 del 28 de mayo de 2013, Artículo 3 **"Contribuciones al Sistema General de Seguridad Social**. De acuerdo con lo previsto en el artículo 26 de la ley 1393 de 2010 y el artículo 108 del Estatuto Tributario, la disminución de la base de retención para las personas naturales residentes cuyos ingresos no provengan de una relación laboral, o legal y reglamentaria, por concepto de contribuciones al Sistema General de Seguridad Social, pertenezcan o no a la categoría de empleados, estará condicionada a su pago en debida forma, para lo cual se adjuntará a la respectiva factura o documento equivalente copia de la planilla o documento de pago". Los documentos soporten la afiliación de aportes obligatorios al Sistema General de Seguridad en Salud, Pensiones y Riesgos Laborales del mes de **FEBRERO** corresponden a los ingresos provenientes del contrato numero **CPS 070-2026** de acuerdo al siguiente detalle:

| No. De pago | Numero de planilla | Fecha de pago | EPS | IBC | AFP o FSP | ARL | CAJA DE COMPEN SACIÓN | INTERÉS | TOTAL |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 9499320748 | 2026/02/06 | $14.600 | $116.727 | $18.700 | $700 | $0 | $300 | $34.300 |
| 2 | 9499935185 | 2026/02/23 | $218,900 | $1,750,905 | $280,200 | $9,200 | $0 | $0 | $508,300 |
| | 9500202487 | 2026/02/23 | $0 | $0 | $0 | $9,100 | $0 | $0 | $9,100 |

**Dada en Fusagasugá - Cundinamarca a los 02/03/2026**

| | |
|---|---|
| FIRMA | |
| NOMBRE | Jimena Vanessa Barrios Hernández |
| CÉDULA | C.C No 1005714111 |
| CARGO | CONTRATISTA |

Elaboró: JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ
Revisó: JOHANA ALEXANDRA ASCENCIO RIVERA
Adjunto: Evidencia fotográfica dos (2) folios
Planilla de salud pensión ARL dos (2) folios
Anexos tres (3) folios

| MES: FEBRERO | CONTRATISTA: JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ |
|---|---|
| DESCRIPCIÓN | NUMERO DE CONTRATO: CPS 070-2026 |

**ACTIVIDAD REFERENCIADA 3:** Apoyar el proceso de inscripción de su programa deportivo ante el IDERF. Llevar registros actualizados de los deportistas inscritos, deberá contar con la siguiente cobertura , para deportes en conjunto tener una cobertura minima de 20 personas por grupo o una cobertura global minima de 45 beneficiados activos, sin importar la distribución dentro de los nivelas de formación en los que se encuentren y para deportes individuales tener una cobertura minima de 12 personas por grupo o minimo una cobertura global de 30 beneficiados activos sin importar la distribución dentro de los niveles de formación en los niveles en los que se encuentren. De todo lo anterior, deberá tener los soportes respectivos organizados por sesiones, actividades y niveles de formación.







**ACCIONES REALIZADAS:** En el presente periodo hasta la fecha se encuentran inscritos de los diferentes barrios 46 deportistas.

**ACTIVIDAD REFERENCIADA 8:** Participar y apoyar activamente en la convocatoria y organización de los encuentros de actividad fisica, recreación y deporte que lidere el instituto. Además, realizar apoyo técnico y/o logistico en el desarrollo de los juegos Intercolegiados, escolares, comunales, clásica de ciclismo, carrera atlética, ciclo vía y copa ciudad jardin entre otros.






**06-02-2026** Se realizo apoyo a la convocatoria y a la logistica de la carrera color run que se desarrolló el dia viernes del presente mes.





**ACTIVIDAD REFERENCIADA 9:** Garantizar un trato respetuoso, inclusivo y libre de cualquier forma de violencia y discriminación.

**ACCIONES REALIZADAS:** Durante el presente periodo se garantizó un trato respetuoso a los compañeros

| | |
|---|---|
| **ACTIVIDAD REFERENCIADA 14:** Asistir a las reuniones y actividades a nivel técnico, pedagógico, operativo y/o administrativo convocadas por el IDERF.<br><br>**ACCIONES REALIZADAS:** El jueves 5 de febrero se acompañó al evento de la alcaldía con la presencia del señor alcalde, donde se realizaron reconocimientos a la comunidad.<br>El martes 10 de febrero se realizó un encuentro en las instalaciones del instituto para la toma de fotografías de la ficha publicitaria<br>El jueves 12 de febrero se participó del lanzamiento de la "Unidad móvil de atención psicosocial estratégica "lila en el territorio"<br>El viernes 13 de febrero se participó de una capacitación sobre la elaboración y desarrollo de los diferentes formatos a presentar en el instituto. |  |

**Fusagasugá - Cundinamarca a los 02/03/2026**

| | |
|---|---|
| FIRMA | |
| NOMBRE | JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ |
| CÉDULA | 1.005.714.111 |
| CARGO | CONTRATISTA |




Carrera 3 No. 14 A- 66 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| IDERF | PLANEACIÓN Y REPORTE DE ESCUELAS DE FORMACIÓN | Código: FOR-GFD-01<br>Versión:01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| **ESCUELA DE FORMACION** | PATINAJE | **OBJETIVO FISICO** | MEJORAR RESISTENCIA AEROBICA |
| **LUGAR** | EBENEZER, PARDO LEAL, ESTADIO MUNICIPAL | **OBJETIVO PSICOLOGICO** | MEJORAR CONCENTRACION Y ATENCION |
| **FECHA Y HORA** | 223-24-25-26-30-31 DE MARZO | **OBJETIVO TECNICO-TACTICO** | MEJORAR LA VELOCIDAD DE REACCION |
| **CATEGORIA** | | **NIVEL 2** | |
| **MATERIAL REQUERIDO** | | Conos y platillos | |

| **ACTIVIDAD** | **VOLUMEN** | **INTENSIDAD** | **DENSIDAD** | **COMENTARIO** |
|---|---|---|---|---|
| **F. INICIAL:** Realizaran desplazamientos de un costado a otro moviendo algunas partes del cuerpo y buscando la movilidad articular y elongacion muscular y al finalizar se complementara con la actividad voltea el platillo el cual consiste en voltearle al platillo al compañero, habra un equipo con los platillos boca abajo y otro con los platillos hacia arriba, debera cambiarle los platillos al compañero, si el compañero debe tener los platillos abajo entonces debera voltearlos hacia arriba | 15 min | 2 min cada variante | Micro 1min<br>Macro 2 min | El deportista aprende los diferentes ejercicios para la preparacion a lo mas especifico |
| **F. PREVENTIVA:** En parejas se desplazaran por todo el campo realizando la posicion de carrito, un compaero sera el que ira atrás empujando y el otro debera estar en posicion sin mover los patines. | 20 min | 2 min cada variante | Micro 2min<br>Macro 5 min | El deportista realiza un tipo de calentamiento haciendo trabajo en equipo |
| **F. CENTRAL:** Desde la linea final se debera realizar salidas rapidas, desde sentados, acostados boca abajo, boca arriba, etc, buscando mejorar la velocidad de reaccion, | 60 min | 15 min cada variante | Micro 2 min<br>Macro 4 min | El deportista debera mejorar la velocidad de reaccion |
| **F. FINAL:** Se realizaran equipos para realizar salidas rapidas por bloque y deberan patinar hasta otro punto y volver. | 20 min | 5 min cada variante | Macro 3 min | Busca a aplicar lo aprendido |

| | |
|---|---|
| **FITBACK Y OBSERVACIONES** | |
| **JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ** | |
| NOMBRE Y FIRMA DEL INSTRUCTOR | FIRMA ARTICULADOR |

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FLORIDABLANCA
Carrera 3 No. 14 A- 65 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680335-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| IDERF | PLANEACIÓN Y REPORTE DE ESCUELAS DE FORMACIÓN | Código: FOR-GFD-01<br>Versión:01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| ESCUELA DE FORMACION | PATINAJE | OBJETIVO FISICO | MEJORAR RESISTENCIA AEROBICA |
| LUGAR | EBENEZER, PARDO LEAL, ESTADIO MUNICIPAL | OBJETIVO PSICOLOGICO | MEJORAR CONCENTRACION Y LA AUTO CONFIANZA |
| FECHA Y HORA | 09-10-11-12 DE MARZO | OBJETIVO TECNICO-TACTICO | ADQUIRIR FUNDAMENTOS TECNICOS BASICOS |
| CATEGORIA | | NIVEL 2 | |
| MATERIAL REQUERIDO | | Conos y platillos | |

| ACTIVIDAD | VOLUMEN | INTENSIDAD | DENSIDAD | COMENTARIO |
|---|---|---|---|---|
| **F. INICIAL:** Realizaran desplazamientos de un costado a otro moviendo algunas partes del cuerpo y buscando la movilidad articular y elongacion muscular como trotar, caminar hacia atrás, caminar en puntas, etc. Y al finalizar se complementara con un juego para elevar la temperatura | 20 min | 2 min cada variante | Micro 10seg<br>Macro 2 min | El deportista aprende los diferentes ejercicios para la preparacion a lo mas especifico |
| **F. PREVENTIVA:** Desplazamiento por todo el campo llevando platillo en la espalda, arrantrando el platillo, realizando ochos, etc. | 20 min | 10 min cada variante | Micro 2min<br>Macro 5 min | El deportista realiza un tipo de calentamiento con el patin |
| **F. CENTRAL:** Desplazamientos en los diferentes circuitos buscando mejorar la posicion que se debe ejecutar en la curva, tocando el platillo en zigzag, realizando circulos, etc | 60 min | 20 min cada variante | Micro 4 min<br>Macro 2 min | El deportista debera ser consiente sobre el movimiento realizado para mejorar en la curva |
| **F. FINAL:** Realizar carreras de meta contra meta por grupos. | 20 min | 5 min cada variante | Macro 4 min | Buscara aplicar lo aprendido |

| | |
|---|---|
| FITBACK Y OBSERVACIONES | |
| JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ | |
| NOMBRE Y FIRMA DEL INSTRUCTOR | FIRMA ARTICULADOR |

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FUSAGASUGA
Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| IDERF | PLANEACIÓN Y REPORTE DE ESCUELAS DE FORMACIÓN | Código: FOR-GFD-01<br>Versión:01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| **ESCUELA DE FORMACION** | PATINAJE | **OBJETIVO FISICO** | MEJORAR RESISTENCIA AEROBICA |
| **LUGAR** | EBENEZER, PARDO LEAL, ESTADIO MUNICIPAL | **OBJETIVO PSICOLOGICO** | MEJORAR CONCENTRACION Y ATENCION |
| **FECHA Y HORA** | 16-17-18-19 DE MARZO | **OBJETIVO TECNICO-TACTICO** | MEJORAR LA HABILIDAD CON EL PATIN |
| **CATEGORIA** | | **NIVEL 2** | |
| **MATERIAL REQUERIDO** | | Conos y platillos | |

| ACTIVIDAD | VOLUMEN | INTENSIDAD | DENSIDAD | COMENTARIO |
|---|---|---|---|---|
| **F. INICIAL:** Realizaran desplazamientos de un costado a otro moviendo algunas partes del cuerpo y buscando la movilidad articular y elongacion muscular como trotar, caminar hacia atrás, caminar en puntas, etc. Y al finalizar se complementara con un juego para elevar la temperatura | 20 min | 2 min cada variante | Micro 10seg<br>Macro 2 min | El deportista aprende los diferentes ejercicios para la preparacion a lo mas especifico |
| **F. PREVENTIVA:** Desplazamiento por todo el campo empujandose con las manos para generar velocidad, luego buscar velocidad y tocar la punta de los patines, etc | 20 min | 5 min cada variante | Micro 2min<br>Macro 5 min | El deportista realiza un tipo de calentamiento con el patin |
| **F. CENTRAL:** Desplazamientos en los diferentes circuitos mejorando las habilidades motrices, asi mismo saltando platillos, realizando zigzag con platillos a corta distancia y asi mismo buscando velocidad de reaccion al momento de ejecutarlos. | 60 min | 20 min cada variante | Micro 4 min<br>Macro 2 min | El deportista debera mejorar la habilidad con el patin. |
| **F. FINAL:** Realizar carreras cruzando por el circuito | 20 min | 5 min cada variante | Macro 3 min | Buscara aplicar lo aprendido |

| | |
|---|---|
| **FITBACK Y OBSERVACIONES** | |
| **JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ** | |
| NOMBRE Y FIRMA DEL INSTRUCTOR | FIRMA ARTICULADOR |

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FLORIDABLANCA
Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| IDERF | PLANEACIÓN Y REPORTE DE ESCUELAS DE FORMACIÓN | Código: FOR-GFD-01<br>Versión:01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| ESCUELA DE FORMACION | PATINAJE | OBJETIVO FISICO | MEJORAR RESISTENCIA AEROBICA |
| LUGAR | EBENEZER, PARDO LEAL, ESTADIO MUNICIPAL | OBJETIVO PSICOLOGICO | MEJORAR CONCENTRACION Y TECNICA |
| FECHA Y HORA | 02-03-04-05 DE MARZO | OBJETIVO TECNICO-TACTICO | MEJORAR LOS FUNDAMENTOS TECNICOS BASICOS |
| CATEGORIA | | NIVEL 2 | |
| MATERIAL REQUERIDO | | Conos y platillos | |

| ACTIVIDAD | VOLUMEN | INTENSIDAD | DENSIDAD | COMENTARIO |
|---|---|---|---|---|
| **F. INICIAL:** Realizaran desplazamientos de un costado a otro moviendo algunas partes del cuerpo y buscando la movilidad articular y elongacion muscular como trotar, realizar caballito, caminar hacia atrás, caminar en puntas, etc. Y al finalizar se complementara con un juego | 15 min | 5 min cada variante | Micro 10seg<br>Macro 2 min | El deportista aprende los diferentes ejercicios para la preparacion a lo mas especifico |
| **F. PREVENTIVA:** Rodar por el campo realizando diferentes movimientos como tocar la punta de los pies en la parte recta y en la curva tomar impulso, realizar posicion, ubicar los codos en las rodillas | 30 min | 10 min cada variante | Micro 2min<br>Macro 5 min | El deportista busca mejorar la posicion por medio de desplazamientos |
| **F. CENTRAL:** Realizar desplazamientos arrastrando el platillo por el medio de las piernas, trasladandolo en la espalda y cruzando el circuitos los cuales obligaran al deportista a mejorar la posicion. | 45 min | 15 min cada variante | Micro 4 min<br>Macro 2 min | El deportista ira reconociendo la posicion y buscara acostumbrarse a ello |
| **F. FINAL:** Se realizaran desplazamientos amplios donde deberan realizar la posicion | 15 min | 5 min cada variante | Macro 5 min | Debera hacer posicion mientras patina constantemente. |

| | |
|---|---|
| FITBACK Y OBSERVACIONES | |
| JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ | |
| NOMBRE Y FIRMA DEL INSTRUCTOR | FIRMA ARTICULADOR |

| IDERF | PLANEACIÓN Y REPORTE DE ESCUELAS DE FORMACIÓN | Código: FOR-GFD-01<br>Versión:01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| ESCUELA DE FORMACION | PATINAJE | OBJETIVO FISICO | MEJORAR RESISTENCIA AEROBICA |
| LUGAR | EBENEZER, PARDO LEAL, ESTADIO MUNICIPAL | OBJETIVO PSICOLOGICO | MEJORAR CONCENTRACION Y CONFIANZA |
| FECHA Y HORA | 10-11-12-13 DE MARZO | OBJETIVO TECNICO-TACTICO | ADQUIRIR HABILIDADES MOTRICES CON EL PATIN |
| CATEGORIA | | NIVEL 1 | |
| MATERIAL REQUERIDO | | Conos y platillos | |

| ACTIVIDAD | VOLUMEN | INTENSIDAD | DENSIDAD | COMENTARIO |
|---|---|---|---|---|
| **F. INICIAL:** Realizaran desplazamientos de un costado a otro moviendo algunas partes del cuerpo y buscando la movilidad articular y elongacion muscular como trotar, realizar caballito, caminar hacia atrás, caminar en puntas, etc. Y al finalizar se complementara con un juego | 15 min | 5 min cada variante | Micro 10seg<br>Macro 2 min | El deportista aprende los diferentes ejercicios para la preparacion a lo mas especifico |
| **F. PREVENTIVA:** Desplazamientos en un solo patin por el campo para poder realizar la actividad central | 20 min | 10 min cada variante | Micro 2min<br>Macro 5 min | El deportista realiza un tipo de calentamiento con el patin |
| **F. CENTRAL:** Realizar desplazamientos con un solo patin de un costado a otro cruzando por los diferentes circuitos, este con el objetivo de seguir buscando la estabilidad y generando confianza con el patin. | 60 min | 15 min cada variante | Micro 4 min<br>Macro 2 min | El deportista buscara la estabilidad y confianza en el patin |
| **F. FINAL:** Realizar desplazamientos cortos con los dos patines | 15 min | 5 min cada variante | Macro 5 min | Buscara explorar con los dos patines |

| | |
|---|---|
| FITBACK Y OBSERVACIONES | |
| JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ | |
| NOMBRE Y FIRMA DEL INSTRUCTOR | FIRMA ARTICULADOR |



Carrera 3 No 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| IDERF | PLANEACIÓN Y REPORTE DE ESCUELAS DE FORMACIÓN | Código: FOR-GFD-01<br>Versión:01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| ESCUELA DE FORMACION | PATINAJE | OBJETIVO FISICO | MEJORAR RESISTENCIA AEROBICA |
| LUGAR | EBENEZER, PARDO LEAL, ESTADIO MUNICIPAL | OBJETIVO PSICOLOGICO | MEJORAR CONCENTRACION Y CONFIANZA |
| FECHA Y HORA | 17-18-19-20DE MARZO | OBJETIVO TECNICO-TACTICO | ADQUIRIR HABILIDADES MOTRICES CON EL PATIN |
| CATEGORIA | | NIVEL 1 | |
| MATERIAL REQUERIDO | | Conos y platillos | |

| ACTIVIDAD | VOLUMEN | INTENSIDAD | DENSIDAD | COMENTARIO |
|---|---|---|---|---|
| **F. INICIAL:** Realizaran desplazamientos de un costado a otro moviendo algunas partes del cuerpo y buscando la movilidad articular y elongacion muscular como trotar, realizar caballito, caminar hacia atrás, caminar en puntas, etc. Y al finalizar se complementara con un juego | 15 min | 5 min cada variante | Micro 10seg<br>Macro 2 min | El deportista aprende los diferentes ejercicios para la preparacion a lo mas especifico |
| **F. PREVENTIVA:** caminar con los patines por todo el campo asimilando los nuevos movimientos | 15min | 5 min cada variante | Micro 1min<br>Macro 2 min | El deportista realiza un tipo de calentamiento con el patin |
| **F. CENTRAL:** Cruzar por los circuitos caminando y al mismo tiempo buscar rodar el patin, generando equilibrio y mejorando la habilidad con el patin | 50 min | 10 min cada variante | Micro 4 min<br>Macro 2 min | El deportista buscara la estabilidad y confianza en el patin |
| **F. FINAL:** Se realizara una actividad ludica | 15 min | 5 min cada variante | Macro 5 min | Se buscara aplicar lo aprendido |

| | |
|---|---|
| FITBACK Y OBSERVACIONES | |
| JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ | |
| NOMBRE Y FIRMA DEL INSTRUCTOR | FIRMA ARTICULADOR |

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FUSAGASUGA
Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 8906803385-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| IDERF | PLANEACIÓN Y REPORTE DE ESCUELAS DE FORMACIÓN | Código: FOR-GFD-01<br>Versión:01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| **ESCUELA DE FORMACION** | PATINAJE | **OBJETIVO FISICO** | MEJORAR RESISTENCIA AEROBICA |
| **LUGAR** | EBENEZER, PARDO LEAL, ESTADIO MUNICIPAL | **OBJETIVO PSICOLOGICO** | MEJORAR CONCENTRACION, SEGURIDAD, CONFIANZA |
| **FECHA Y HORA** | 03-04-05-06 DE MARZO | **OBJETIVO TECNICO-TACTICO** | ADQUIRIR HABILIDADES MOTRICES CON EL PATIN |
| **CATEGORIA** | | **NIVEL 1** | |
| **MATERIAL REQUERIDO** | | Conos y platillos | |

| ACTIVIDAD | VOLUMEN | INTENSIDAD | DENSIDAD | COMENTARIO |
|---|---|---|---|---|
| **F. INICIAL:** Realizaran desplazamientos de un costado a otro moviendo algunas partes del cuerpo y buscando la movilidad articular y elongacion muscular como trotar, realizar caballito, caminar hacia atrás, caminar en puntas, etc. Y al finalizar se complementara con un juego | 15 min | 5 min cada variante | Micro 10seg<br>Macro 2 min | El deportista aprende los diferentes ejercicios para la preparacion a lo mas especifico |
| **F. PREVENTIVA:** Explorar en el pasto como caminar con los dos patines, trasladando elementos de un lado a otro para vivenciar el terreno, cruzando circuitos donde implique buscar el equilibrio y la fuerza. | 30 min | 10 min cada variante | Micro 2min | El deportista busca generar confianza en el patin realizando desplazamientos |
| **F. CENTRAL:** Explorar en pista con un solo patin, desplazandose de un lado a otro buscando de apoyo el pie que tiene el patin, asi mismo trasladando elementos y generando equilibrio en un solo patin y cruzar circuitos que impliquen apoyar el patin. | 45 min | 15 min cada variante | Micro 4 min<br>Macro 2 min | El deportista explora un nuevo terreno y busca gener el equilibrio con un solo patin |
| **F. FINAL:** Se realizaran recorridos por equipos llevando el platillo. | 15 min | 5 min cada variante | Macro 5 min | Se vivencia una competencia buscando mostrar lo aprendido |

| | |
|---|---|
| **FITBACK Y OBSERVACIONES** | |
| **JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ** | |
| NOMBRE Y FIRMA DEL INSTRUCTOR | FIRMA ARTICULADOR |

IDERF
Carrera 3 No. 14 A- 60 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| IDERF | PLANEACIÓN Y REPORTE DE ESCUELAS DE FORMACIÓN | Código: FOR-GFD-01<br>Versión:01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

| | | | |
|---|---|---|---|
| ESCUELA DE FORMACION | PATINAJE | OBJETIVO FISICO | MEJORAR RESISTENCIA AEROBICA |
| LUGAR | EBENEZER, PARDO LEAL, ESTADIO MUNICIPAL | OBJETIVO PSICOLOGICO | MEJORAR CONCENTRACION Y CONFIANZA |
| FECHA Y HORA | 24-25-26-27-31 DE MARZO | OBJETIVO TECNICO-TACTICO | ADQUIRIR HABILIDADES MOTRICES CON EL PATIN |
| CATEGORIA | | NIVEL 1 | |
| MATERIAL REQUERIDO | | Conos y platillos | |

| ACTIVIDAD | VOLUMEN | INTENSIDAD | DENSIDAD | COMENTARIO |
|---|---|---|---|---|
| **F. INICIAL:** Realizaran desplazamientos de un costado a otro moviendo algunas partes del cuerpo y buscando la movilidad articular y elongacion muscular etc. Y al finalizar se complementara con un juego | 15 min | 5 min cada variante | Micro 10seg<br>Macro 2 min | El deportista aprende los diferentes ejercicios para la preparacion a lo mas especifico |
| **F. PREVENTIVA:** Rodar por todo el campo buscando tocar la punta de los patines, luego tocando las rodillas. | 15min | 5 min cada variante | Micro 1min<br>Macro 2 min | El deportista realiza un tipo de calentamiento para la actividad central |
| **F. CENTRAL:** Se realizaran circuitos de habilidad, donde deba levantar el patin, caminar hacia atrás, de lado, realizar zig zag, inciar desde sentados para mejorar la estabilidad, asi mismo realizar trayectos largos. | 50 min | 10 min cada variante | Micro 4 min<br>Macro 2 min | El deportista buscara mejorar la habilidad con el patin |
| **F. FINAL:** Se realizaran salidas desde sentados y patinar trayectos cortos. | 15 min | 5 min cada variante | Macro 5 min | Se buscara aplicar lo aprendido |

| | |
|---|---|
| FITBACK Y OBSERVACIONES | |
| JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ | |
| NOMBRE Y FIRMA DEL INSTRUCTOR | FIRMA ARTICULADOR |

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FUSAGASUGA
Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

| IDERF | CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES ESCUELA DE FORMACION DE PATINAJE | Código: FOR-GRA-01<br>Versión: 01<br>Pagina 1 de 1 |
|---|---|---|

ESCUELA DE FORMACION DE PATINAJE IDERF

| No | PROGRAMA | DESCRIPCION | RESPONSABLE NOMBRE Y APELLIDOS | P/E | 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 | 28 | 29 | 30 | 31 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | MES: | FESTIVAL | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | MARZO | FESTIVAL DE HABILIDADES | JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | E | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | MAYO | COMPETENCIA INTERNA | JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | E | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | JULIO | COMPETENCIA GENERAL | JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | E | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 7 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 9 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | | | | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | E | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

EJECUTADO
POR EJECUTAR

IDERF
INSTITUTO DEPORTIVO Y RECREATIVO DE FUSAGASUGA

Carrera 3 No. 14 A- 68 Colinas Coburgo - Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890630338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderfusy.co
WEB: www.iderfusy.co
Código Postal: 252211

# ESCUELA DE PATINAJE

**Docente:** Jimena Barrios

**Celular:** 3219406382

| | HORARIO DE PATINAJE | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| **HORA** | LUNES | MARTES | MIERCOLES | JUEVES | VIERNES |
| **02:00 - 03:00** | ESTADIO MUNICIPAL-NIVEL 2 | POLIDEPORTIVO EBENEZER- NIVEL 1 | POLIDEPORTIVO PARDO LEAL-NIVEL 1 | POLIDEPORTIVO EBENEZER- NIVEL 1 | ESTADIO MUNICIPAL-NIVEL 1 |
| **03:00 - 04:00** | ESTADIO MUNICIPAL-NIVEL 2 | POLIDEPORTIVO EBENEZER- NIVEL 1 | POLIDEPORTIVO PARDO LEAL-NIVEL 1 | POLIDEPORTIVO EBENEZER- NIVEL 1 | ESTADIO MUNICIPAL-NIVEL 1 |
| **04:00 - 05:00** | | POLIDEPORTIVO EBENEZER -NIVEL 2 | POLIDEPORTIVO PARDO LEAL-NIVEL 2 | POLIDEPORTIVO EBENEZER- NIVEL 2 | |
| **05:00 - 06:00** | | POLIDEPORTIVO EBENEZER -NIVEL 2 | POLIDEPORTIVO PARDO LEAL-NIVEL 2 | POLIDEPORTIVO EBENEZER- NIVEL 2 | |

Fusagasugá, febrero 10 de 2026

**Señores**
**JUNTA DE ACCIÓN COMUNAL**
**Fusagasugá**
Ciudad

**Asunto:** Solicitud de préstamo del polideportivo para programas IDERF – Vigencia 2026

Respetados señores:

Reciban un cordial saludo por parte del Instituto Deportivo y Recreativo de Fusagasugá – IDERF.

Para la vigencia 2026, el IDERF, en articulación con la Administración Municipal "Fusagasugá Florece", viene adelantando acciones orientadas al fortalecimiento de los programas deportivos y recreativos en las comunidades, promoviendo la práctica de la actividad física y el deporte como herramientas de bienestar, inclusión social y aprovechamiento del tiempo libre.

En este sentido, de manera respetuosa pero enfática, solicitamos a esta Honorable Junta de Acción Comunal el préstamo y autorización para el uso del polideportivo del barrio, con el fin de desarrollar de manera continua las Escuelas de Formación Deportiva y demás actividades programadas por el IDERF durante la vigencia 2026.

El uso del escenario deportivo se realizará en los horarios previamente concertados, garantizando el adecuado manejo, cuidado y conservación del mismo, así como el cumplimiento de las normas establecidas por la Junta de Acción Comunal y la comunidad.

Agradecemos su apoyo y disposición para trabajar de manera articulada en beneficio del desarrollo deportivo y la sana convivencia de niños, jóvenes y comunidad en general.

Cordialmente,

**ELIANA DE LOS ANGELES GUEVARA FERNANDEZ**
**Directora IDERF(E)**
Director Gestión Documental
Revisó: JAAR Profesional Especializada
Proyectó CACC
Aprobó: EAGF- Directora
Original destinatario: JAC
Copia: Carpeta Contratistas

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

Powered by CamScanner

Fusagasugá, febrero 10 de 2026

Señores
**JUNTA DE ACCIÓN COMUNAL**
**Fusagasugá**
Ciudad

**Asunto:** Solicitud de préstamo del polideportivo para programas IDERF – Vigencia 2026

Respetados señores:

Reciban un cordial saludo por parte del Instituto Deportivo y Recreativo de Fusagasugá – IDERF.

Para la vigencia 2026, el IDERF, en articulación con la Administración Municipal "Fusagasugá Florece", viene adelantando acciones orientadas al fortalecimiento de los programas deportivos y recreativos en las comunidades, promoviendo la práctica de la actividad física y el deporte como herramientas de bienestar, inclusión social y aprovechamiento del tiempo libre.

En este sentido, de manera respetuosa pero enfática, solicitamos a esta Honorable Junta de Acción Comunal el préstamo y autorización para el uso del polideportivo del barrio, con el fin de desarrollar de manera continua las Escuelas de Formación Deportiva y demás actividades programadas por el IDERF durante la vigencia 2026.

El uso del escenario deportivo se realizará en los horarios previamente concertados, garantizando el adecuado manejo, cuidado y conservación del mismo, así como el cumplimiento de las normas establecidas por la Junta de Acción Comunal y la comunidad.

Agradecemos su apoyo y disposición para trabajar de manera articulada en beneficio del desarrollo deportivo y la sana convivencia de niños, jóvenes y comunidad en general.

Cordialmente,

**ELIANA DE LOS ANGELES GUEVARA FERNANDEZ**
**Directora IDERF(E)**
Director Gestión Documental
Revisó: JAAR Profesional Especializada
Proyectó:CACC
Aprobó: EAGF- Directora
Original destinatario: JAC
Copia: Carpeta Contratistas

Carrera 3 No. 14 A- 68 Coliseo Coburgo – Futsal
Teléfonos: (091) 874 8080
Celular: 3224154377
NIT: 890680338-1
E-mail: atencionalciudadano@iderf.gov.co
WEB: www.iderf.gov.co
Código Postal: 252211

Powered by CamScanner

**PROPUESTA METODOLOGICA**

**METODOLOGÍA PARA LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE DE PATINAJE DE VELOCIDAD**

Se basará en métodos globales progresivos, los cuales nos ayuda a enseñar desde lo más simple a lo más complejo

Gracias al siguiente método los temas a tratar serán los siguientes

- Fundamentación
- Espacios de conocimiento
- Familiarización con el patín, caminando por el césped para mayor seguridad y para que se genere confianza con el mismo.
- Iniciar con un solo patín en piso, generando equilibrio y confianza
- Marchar con los dos patines
- Caminar como pingüino
- Técnica básica y equilibrio

Fundamentos de velocidad

- Empuje lateral
- Técnica de recta y curva
- Posición de competición

Desarrollo físico

- Pliometría
- Trabajo de fuerza

Se implementará circuitos que nos ayuden a mejorar paso a paso como:

- Cruzar por hilera de platillos
- Realizar zigzag
- Realizar desplazamientos en circulo
- Salidas desde la línea final
- Juegos

aportes en línea

# Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

| Identificación | dv | Razón Social | Clase Aportante | Sucursal Principal | Dirección | Ciudad-Departamento | Teléfono | Exonerado SENA e ICBF |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CC 1005714111 | | BARROS HERNANDEZ JIMENA VANESSA | INDEPENDIENTE | PRINCIPAL | CRA 10 H 18A 43 | FUSAGASUGA-CUNDINAMARCA | 8714521 | No |

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACIÓN

| Periodo | | Clave | | Tipo | Fecha | | Pago | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pensión | Salud | Pago | Planilla | Planilla | Límite | Pago | Banco | Días Mora | Valor |
| 2026-02 | 2026-02 | 83865179 | 9499935185 | I | 2026/03/04 | 2026/02/23 | NEQUI | 0 | $508,300 |

**RESUMEN DE PAGO**

| RIESGO | CODIGO | NIT | DV | AFILIADOS | VALOR LIQUIDADO | INTERESES MORA | SALDOS E INCAPACIDADES | VALOR A PAGAR |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| AFP (ADMINISTRADORAS: 1) | | | | 1 | $280,200 | $0 | $0 | $280,200 |
| PORVENIR | 230301 | 800,224,808 | 8 | 1 | $280,200 | $0 | $0 | $280,200 |
| ARL (ADMINISTRADORAS: 1) | | | | 1 | $9,200 | $0 | $0 | $9,200 |
| POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS | 14-23 | 860,011,153 | 6 | 1 | $9,200 | $0 | $0 | $9,200 |
| EPS (ADMINISTRADORAS: 1) | | | | 1 | $218,900 | $0 | $0 | $218,900 |
| FAMISANAR | EPS017 | 830,003,564 | 7 | 1 | $218,900 | $0 | $0 | $218,900 |
| **TOTAL** | | | | **1** | **$508,300** | **$0** | **$0** | **$508,300** |

aportes en linea

# Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

| Identificacion | dv | Razon Social | Clase Aportante | Sucursal Principal | Direccion | Ciudad-Departamento | Telefono | Exonerado SENA e ICBF |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CC 1005714111 | | BARRIOS HERNANDEZ JIMENA VANESSA | INDEPENDIENTE | PRINCIPAL | CRA 10 H 18A 43 | FUSAGASUGA-CUNDINAMARCA | 8714523 | No |

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

| Periodo | | Clave | | Tipo | Fecha | | Pago | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pension | Salud | Pago | Planilla | Planilla | Limite | Pago | Banco | Dias Mora | Valor |
| 2026-02 | 2026-02 | 83665179 | 9499955189 | I | 2026/03/04 | 2026/02/23 | RECIBI | 0 | 1508.300 |

**LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES**

| EMPLEADO | | | | NOVEDADES | | | | | | | | | | | | | | | | | | PENSION | | | | SALUD | | | | CCF | | | | RIESGOS | | | | PARAFISCALES | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| No. | Identificacion | | Nombre | ing | ret | tde | tae | tdp | tap | vsp | cor | vst | sln | ige | lma | vac | avp | vct | irl | rep | | Codigo | Dias | IBC | Aporte | Codigo | Dias | IBC | Aporte | Codigo | Dias | IBC | Aporte | Codigo | Dias | IBC | Aporte | Dias | IBC | Aporte | Exonerado SENA e ICBF | Total Aportes |
| 1 | CC | 1005714111 | BARRIOS HERNANDEZ JIMENA VANESSA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 230301 | 30 | $1,750,905 | $280,200 | EPS017 | 30 | $1,750,905 | $210,900 | | 0 | $0 | $0 | 14 21 | 30 | $1,750,905 | $9,200 | 0 | $0 | $0 | No | $508,300 |
| Total | Afiliados( 1) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | $1,750,905 | $280,200 | | | $1,750,905 | $210,900 | | | $0 | $0 | | | $1,750,905 | $9,200 | | $0 | $0 | | $508,300 |

aportes en línea

# Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

| Identificación | dv | Razon Social | Clase Aportante | Sucursal Principal | Dirección | Ciudad-Departamento | Teléfono | Exonerado SENA e ICBF |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CC 1005714111 | | BARRIOS HERNANDEZ JIMENA VANESSA | INDEPENDIENTE | PRINCIPAL | CRA 10 N 18A 42 | FUSAGASUGA-CUNDINAMARCA | 8714523 | No |

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

| Periodo | | Clave | | Tipo | Fecha | | Pago | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pensión | Salud | Pago | Planilla | Planilla | Limite | Pago | Banco | Dias Mora | Valor |
| 2026-03 | 2026-02 | Bet83070 | 9500202487 | N | 2026/03/04 | 2026/02/23 | HEQUA | 0 | $9,100 |

LIQUIDACION DETALLADA DE APORTES

| EMPLEADO | | | | NOVEDADES | | | | | | | | | | | | | | | | PENSION | | | | SALUD | | | | CCF | | | | RIESGOS | | | | PARAFISCALES | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| No. | Identificación | | Nombre | Vsp | Vst | Sln | Ige | Lma | Vac | Avp | Vct | Irl | Vip | Vlr | Ine | Dias | IBC | Aporte | Codigo | Dias | IBC | Aporte | Codigo | Dias | IBC | Aporte | Codigo | Dias | IBC | Aporte | Codigo | Dias | IBC | Aporte | Dias | IBC | Aporte | Exonerado SENA e ICBF | Total Aportes |
| 1 | CC | 1005714111 | BARRIOS HERNANDEZ JIMENA VANESSA | | | | | | A | | | X | X | | | | | | 230301 | 30 | $1,750,905 | $280,200 | EPS017 | 30 | $1,750,905 | $218,900 | | 0 | $0 | $0 | 14-23 | 30 | $1,750,905 | $19,200 | 0 | $0 | $0 | No | $500,300 |
| 2 | CC | 1005714111 | BARRIOS HERNANDEZ JIMENA VANESSA | | | | | | C | | | | | | | | | | 230301 | 30 | $1,750,905 | $280,200 | EPS017 | 30 | $1,750,905 | $238,900 | | 0 | $0 | $0 | 14-23 | 30 | $1,750,905 | $18,300 | 0 | $0 | $0 | No | $537,400 |
| Total | Afiliados( 1) | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | $0 | $0 | | | $0 | $0 | | | $0 | $0 | | | $0 | $9,100 | | $0 | $0 | | $9,100 |

aportes en línea

# Planilla Resumen

DATOS GENERALES DEL APORTANTE

| Identificación | dv | Razon Social | Clase Aportante | Sucursal Principal | Direccion | Ciudad-Departamento | Teléfono | Exonerado SENA e ICBF |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| CC 1005714111 | | BARRIOS HERNANDEZ JIMENA VANESSA | INDEPENDIENTE | PRINCIPAL | CRA 10 H 18A 43 | FUSAGASUGA-CUNDINAMARCA | 8714523 | no |

DATOS GENERALES DE LA LIQUIDACION

| Periodo | | Clave | | Tipo | Fecha | | Pago | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Pensión | Salud | Pago | Planilla | Planilla | Limite | Pago | Banco | Dias Mora | Valor |
| 2026-02 | 2026-02 | 84193070 | 95080203487 | H | 2026/03/04 | 2026/02/23 | HEQUI | 0 | $9,100 |

**RESUMEN DE PAGO**

| RIESGO | CODIGO | NIT | DV | AFILIADOS | VALOR LIQUIDADO | INTERESES MORA | SALDOS E INCAPACIDADES | VALOR A PAGAR |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ARL (ADMINISTRADORAS: 1) | | | | 1 | $9,100 | $0 | $0 | $9,100 |
| POSITIVA COMPAÑIA DE SEGUROS | 14-23 | 860,011,153 | 6 | 1 | $9,100 | $0 | $0 | $9,100 |
| **TOTAL** | | | | **1** | **$9,100** | **$0** | **$0** | **$9,100** |

**CUENTA DE COBRO N.º 02**

**EL INSTITUTO MUNICIPAL DEL DEPORTE, LA RECREACIÓN, EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE, LA EDUCACIÓN EXTRAESCOLAR Y LA EDUCACIÓN FÍSICA DE FUSAGASUGÁ "IDERF"**
**NIT :890.680.338-1**

DEBE A:

**JIMENA VANESSA BARRIOS HERNANDEZ**
CC: 1005714111 De Fusagasugá
Carrera 1 No 15A-38 Barrio los Robles- Fusagasugá

LA SUMA DE:

**DOS MILLONES CIENTO SESENTA MIL PESOS M/CTE. ($2.160.000).**

correspondiente a las actividades realizadas del 01 de febrero al 28 de febrero de 2026 en cumplimiento del contrato de Prestación de Servicios No. CPS 070-2026.

Nota: Manifiesto y certifico que me acojo al beneficio de la retención en la fuente en cumplimiento del artículo 383 del Estatuto Tributario, para efectos de determinar el régimen que me es aplicable en materia de retención en la fuente para el año 2026, bajo la gravedad de juramento que sumando el valor de todos mis contratos no exceden las trescientas (300) UVT.

Dada a los dos (2) días del mes de Marzo de 2026.

CORDIALMENTE,

**JIMENA VANESSA BARRIOS HERNANDEZ**

**CC No** 1005714111 EXPEDIDA EN FUSAGASUGÁ- CUNDINAMARCA.

| IDERF | CERTIFICACIÓN DE SUPERVISOR | Código: FOR-GCO-33 |
|---|---|---|
| | | Versión: 01 |
| | | Página 1 de 1 |

**EL SUSCRITO SUPERVISOR DEL CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES NÚMERO CPS 070-2026, SUSCRITO ENTRE IDERF Y JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ**

**CERTIFICA**

Que de acuerdo al informe de actividades N.° 02 presentado por JIMENA VANESSA BARRIOS HERNÁNDEZ, identificado con cedula de ciudadanía N.° 1.005.714.111 de Fusagasugá, en su condición de contratista, dio cumplimiento al objeto del CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES N° CPS 070-2026, por el periodo comprendido entre 01/02/2026 y 28/02/2026, cuyo objeto es: PRESTAR SERVICIOS PROFESIONALES COMO FORMADOR DEPORTIVO PARA PLANIFICAR, ORIENTAR Y DESARROLLAR ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA, ENTRENAMIENTO Y FORMACIÓN INTEGRAL EN EL PROGRAMA DE DEPORTE FORMATIVO DEL IDERF. Que las actividades fueron realizadas conforme a las obligaciones pactadas en el CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS PROFESIONALES número CPS 070-2026, para constancia el contratista entregó informe de actividades.

De otro lado, se certifica que el valor correspondiente al pago del presente informe de actividades y de acuerdo al registro presupuestal generado en el contrato celebrado entre las partes, podrá ser cancelado de la siguiente forma:

| RUBRO | SECTOR | PROGRAMA | PRODUCTO | META | FUENTE | CPC | VALOR |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2.3.2.02.02.009 | 43 | 4301 | 4301007 | 038 | 1.3.3.3.10 | 92912 | $2.160.000 |

he verificado el cumplimiento de los aportes al sistema de seguridad social en salud, pensiones y ARL del mes de febrero de 2026.

| No. De pago | Numero de planilla | Fecha de pago | EPS | IBC | AFP o FSP | ARL | CAJA DE COMPENSACIÓN | INTERÉS | TOTAL |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 2 | 9499935185 | 2026/02/23 | $218,900 | $1,750,905 | $280,200 | $9,200 | $0 | $0 | $508,300 |
| | 9500202487 | 2026/02/23 | $0 | $0 | $0 | $9,100 | $0 | $0 | $9,100 |

La presente certificación se expide el 02/03/2026, para efectos pago N.° 2 de 8

**JOHANA ALEXANDRA ASCENCIO RIVERA**
**Supervisor**
Gestión Documental: (AREA MISIONAL)
Original Destinatario: Carpeta Contrato N° CPS 070-2026
1 copia: Tesoreria IDERF