



FORMATO  
INFORME DE ACTIVIDADES Y CERTIFICACIÓN DE CUMPLIMIENTO

CÓDIGO: BS-FO-055  
VERSIÓN: 2  
FECHA: 15-11-2024

DATOS DEL CONTRATO

|                                                                                                                                                      |                                       |        |      |                                          |                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------|------|------------------------------------------|-------------------------|
| CONTRATISTA:                                                                                                                                         | YONATAN . ARBELAEZ AGUIRRE            |        |      | C.C. No:                                 | 1088318773              |
| DEPENDENCIA:                                                                                                                                         | GRUPO ACADÉMICO TERRITORIAL RISARALDA |        |      | No CONTRATO:                             | QUI-037-2026            |
| FECHA DE INICIO DEL CTO:                                                                                                                             | 27/01/2026                            |        |      | FECHA DE TERMINACIÓN DEL CTO:            | 26/12/2026              |
| No CDP:                                                                                                                                              | 3826                                  | No RP: | 4726 | TIPO CONTRATO DE PRESTACIÓN DE SERVICIOS | PRESTACION DE SERVICIOS |
| Número de Planilla PILA                                                                                                                              |                                       |        |      | Fecha de Pago de planilla PILA           |                         |
| 37196506                                                                                                                                             |                                       |        |      | 2026-04-28                               |                         |
| OBJETO:                                                                                                                                              |                                       |        |      |                                          |                         |
| Prestar servicios profesionales para la realización de talleres de deporte y recreación de la Dirección de Bienestar Universitario a nivel nacional. |                                       |        |      |                                          |                         |

PERIODO DE REPORTE

|           |       |                             |    |                                     |   |
|-----------|-------|-----------------------------|----|-------------------------------------|---|
| MES PAGO: | ABRIL | PAGOS TOTALES DEL CONTRATO: | 12 | NÚMERO DE PAGO Y/O CUENTA DE COBRO: | 4 |
|-----------|-------|-----------------------------|----|-------------------------------------|---|

INFORMACIÓN FINANCIERA DEL CONTRATO O CONVENIO

|                  |                  |
|------------------|------------------|
| Valor Inicial:   | \$ 28.347.000,00 |
| Valor Adición:   | \$ 0,00          |
| Valor Reducción: | \$ 0,00          |
| Valor Total:     | \$ 28.347.000,00 |
| Valor a pagar:   | \$ 2.577.000,00  |

ACTIVIDADES DE EJECUCIÓN

INFORME DE ACTIVIDADES CONTRATISTA Y/O PROVEEDOR

| OBLIGACIONES CONTRACTUALES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | ACTIVIDADES                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Apoyar la formulación e implementación de eventos y clases continuas que permitan a la comunidad esapista el acceso a los servicios del portafolio de la Dirección de Bienestar Universitario, de conformidad con el programa anual de bienestar universitario.                                                                                                                                                                        | Se dictaron clases y se apoyó la realización de actividades continuas para la comunidad esapista, promoviendo el acceso a los servicios de Bienestar Universitario de acuerdo con el programa anual.   |
| 2. Formular su plan de trabajo y guías pedagógicas con enfoques y acciones enmarcados en el bienestar universitario, orientados a fortalecer la calidad de vida, la participación y el desarrollo integral de la comunidad esapista.                                                                                                                                                                                                      | Se realizó el plan de trabajo y las guías pedagógicas, orientadas al bienestar universitario, buscando mejorar la calidad de vida, la participación y el desarrollo integral de la comunidad esapista. |
| 3. Desarrollar, formular e implementar por lo menos una actividad mensual dirigida a la comunidad académica donde se incluya el componente de inclusión y equidad.                                                                                                                                                                                                                                                                        | Se formularon e implementaron actividades mensuales para la comunidad académica, incorporando el enfoque de inclusión y equidad.                                                                       |
| 4. Adelantar la instrucción de los talleres que sean programados en desarrollo de los diferentes canales de acceso tanto presenciales como virtuales que desde la Dirección de Bienestar Universitario y la Dirección Territorial se determinen, de común acuerdo y haciendo uso de los diferentes accesos tecnológicos con que cuenta la entidad.                                                                                        | Se desarrollaron y orientaron talleres programado, según lo definido por la Dirección de Bienestar Universitario y la Dirección Territorial, haciendo uso de los medios tecnológicos disponibles.      |
| 5. Realizar la recopilación, consolidación y cargue de los reportes estadísticos requeridos a fin de garantizar el cumplimiento del sistema de gestión de calidad institucional y gestión del conocimiento de la dependencia, de manera oportuna y en los tiempos establecidos para el proceso.                                                                                                                                           | Se realizó el registro y reporte de las actividades desarrolladas, por medio de listado de asistencia, dando cumplimiento a los tiempos establecidos. Se anexa evidencia de la clase realizada.        |
| 6. Acompañar a los grupos representativos que actúen en representación de la entidad a nivel interno y externo, velando por la seguridad y el buen desempeño de los participantes, se deberá presentar un informe que contemple como mínimo los siguientes ítems: Disciplina, nombre del evento en que se participó, participantes, fecha y horas en que se desarrollaron las actividades, desarrollo de la actividad, acciones de mejora | se continua realizando acompañamientos y clases dirigidas a la comunidad esapista con el fin de seguir preparando para próximas competencias.                                                          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| de requerirse, el cual deberá ser presentado dentro de los tres días hábiles siguientes a la realización del evento.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                           |
| 7. Gestión documental y cumplimiento archivístico: el contratista se obliga a realizar, de manera mensual y permanente, la gestión documental derivada de todas las actividades, productos y obligaciones a su cargo en ejecución del presente contrato. Dicha gestión documental deberá comprender la organización, clasificación, foliación, custodia y entrega de los documentos soporte que acrediten el desarrollo efectivo de las labores contratadas. El contratista deberá entregar y cargar oportunamente dicha documentación en el repositorio, sistema de información o medio digital que determine la ESAP, conforme a los lineamientos institucionales, archivísticos y técnicos vigentes, así como a las instrucciones impartidas por el Supervisor del Contrato. | se realiza acciones documentales y se realiza el registro de archivo.                                                     |
| 8. Apoyar y acompañar los procesos de divulgación, difusión y/o socialización de la oferta académica, así como de los eventos, foros y capacitaciones desarrollados por la entidad, garantizando la adecuada comunicación y participación de públicos objetivos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Se acompañó la divulgación de la oferta académica y eventos institucionales, realizando volanteo y difusión por WhatsApp. |

#### RECIBIDO A SATISFACCIÓN

En calidad de supervisor del contrato / convenio anotado, manifiesto que el contratista cumplió a satisfacción y dentro de los términos contractuales con todas las obligaciones establecidas. Igualmente certifico que el Contratista dio cumplimiento a lo establecido en las disposiciones legales vigentes sobre el régimen de seguridad social (conforme a lo señalado en el artículo 50 de la Ley 789 de 2002, la Ley 1562 de 2012, decreto 723 de 2013 y demás normas que regulen la materia), y cumplió con los aportes a salud y pensión y/o parafiscalidad aplicable.

#### OBSERVACIONES

#### AUTORIZACIÓN DE PAGO

|                    |                                   |            |
|--------------------|-----------------------------------|------------|
| <b>SUPERVISOR:</b> | LAURA MERCEDES CARLOSAMA GONZALEZ | 1061746684 |
|--------------------|-----------------------------------|------------|



|                              |                          |
|------------------------------|--------------------------|
| RAZÓN SOCIAL :               | YONATAN ARBELAEZ AGUIRRE |
| IDENTIFICACIÓN:              | CC-1088318773            |
| COD. DEPENDENCIA O SUCURSAL: | 0                        |
| NOM. DEPENDENCIA O SUCURSAL: |                          |
| FECHA GENERACIÓN REPORTE:    | 2026-05-08               |
| FECHA LÍMITE DE PAGO:        | 2026-05-20               |
| FECHA DE PAGO:               | 2026-05-08               |
| ENTIDAD DE PAGO:             | BANCOLOMBIA              |
| PERÍODO PENSIÓN:             | 2026-04                  |
| PERÍODO SALUD:               | 2026-04                  |
| NÚMERO PLANILLA:             | 37196506                 |
| TOTAL COTIZANTES:            | 1                        |
| REFERENCIA DE PAGO (PIN):    | 37196506                 |
| TIPO DE PLANILLA:            | I                        |

| CÓDIGO ENTIDAD | NIT       | NOMBRE      | NÚMERO AFILIADOS | IBC          | FONDO SOLIDARIDAD | FONDO SUBSISTENCIA | TOTAL INTERESES | VALOR PAGAR SIN INTERESES | VALOR PAGAR |
|----------------|-----------|-------------|------------------|--------------|-------------------|--------------------|-----------------|---------------------------|-------------|
| EPS002         | 800130907 | SALUD TOTAL | 1                | \$ 1.750.905 | \$ 0              | \$ 0               | \$ 0            | \$ 218.900                | \$ 218.900  |
| 230301         | 800224808 | PORVENIR    | 1                | \$ 1.750.905 | \$ 0              | \$ 0               | \$ 0            | \$ 280.200                | \$ 280.200  |
| 14-23          | 860011153 | POSITIVA    | 1                | \$ 1.750.905 | \$ 0              | \$ 0               | \$ 0            | \$ 18.300                 | \$ 18.300   |
| Total a pagar  |           |             |                  |              | \$ 0              | \$ 0               | \$ 0            | \$ 517.400                | \$ 517.400  |

PAGADO

|                                  |            |
|----------------------------------|------------|
| FECHA DE PAGO DEL SIGUIENTE MES: | 18/06/2026 |
|----------------------------------|------------|



Historial de pagos

## Detalles del pago

### Datos del pago



Empresa o servicio

**ASOPAGOS**

Referencia 1

**PAGO PSE ASOPAGOS**

Cus ⓘ

**292908061**

Número de comprobante

**TR260508152300DFcZ64**

Valor pagado

**\$ 517.400,00**

### Producto origen



#### Cuenta de Ahorros

Bancolombia

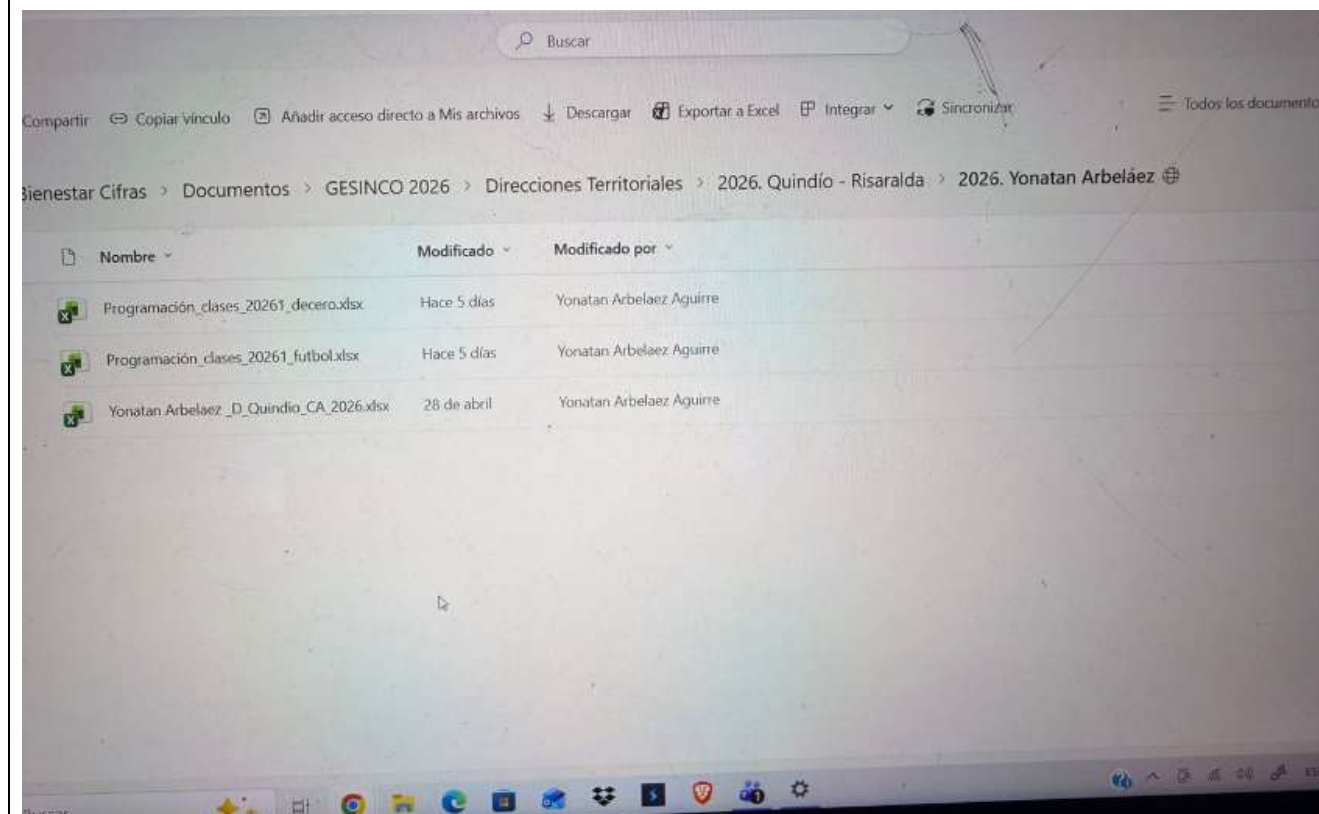
**\*6420**

### Estado del pago



Exitoso

| INFORME DE EVIDENCIA                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre contratista:</b>                            | Yonatan Arbelaez Aguirre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Fecha de la reunión:</b>                           | 04/2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Actividad contractual a la que corresponde</b>     | Gestión documental y cumplimiento archivístico: el contratista se obliga a realizar, de manera mensual y permanente, la gestión documental derivada de todas las actividades, productos y obligaciones a su cargo en ejecución del presente contrato. Dicha gestión documental deberá comprender la organización, clasificación, foliación, custodia y entrega de los documentos soporte que acrediten el desarrollo efectivo de las labores contratadas. El contratista deberá entregar y cargar oportunamente dicha documentación en el repositorio, sistema de información o medio digital que determine la ESAP, conforme a los lineamientos institucionales, archivísticos y técnicos vigentes, así como a las instrucciones impartidas por el Supervisor del Contrato. |
| <b>Nombre de la reunión</b>                           | Archivo documental                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Descripción breve de la actividad desarrollada</b> | se realiza archivo digital y se entrega a la persona encargada.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Pantallazos y/o fotografías                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |



### INFORME DE EVIDENCIA

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre contratista:</b>                            | Yonatan Arbelaez Aguirre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Fecha de la reunión:</b>                           | 04/2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Actividad contractual a la que corresponde</b>     | Acompañar a los grupos representativos que actúen en representación de la entidad a nivel interno y externo, velando por la seguridad y el buen desempeño de los participantes, se deberá presentar un informe que contemple como mínimo los siguientes ítems: Disciplina, nombre del evento en que se participó, participantes, fecha y horas en que se desarrollaron las actividades, desarrollo de la actividad, acciones de mejora de requerirse, el cual deberá ser presentado dentro de los tres días hábiles siguientes a la realización del evento. |
| <b>Nombre de la reunión</b>                           | Acompañamiento al equipo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Descripción breve de la actividad desarrollada</b> | se realiza acompañamiento y entrenamiento con el equipo, para preparar eventos externos próximos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Pantallazos y/o fotografías</b>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |







**Sede territorial Quindío**

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713

[www.esap.edu.co](http://www.esap.edu.co)

**Sede territorial Quindío**

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713

[www.esap.edu.co](http://www.esap.edu.co)



## INFORME DE EVIDENCIA

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre contratista:</b>                            | Yonatan Arbelaez Aguirre                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Fecha de la reunión:</b>                           | 23/04/2026                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Actividad contractual a la que corresponde</b>     | Apoyar y acompañar los procesos de divulgación, difusión y/o socialización de la oferta académica, así como de los eventos, foros y capacitaciones desarrollados por la entidad, garantizando la adecuada comunicación y participación de públicos objetivos. |
| <b>Nombre de la reunión</b>                           | Divulgación de las ofertas académicas.                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Descripción breve de la actividad desarrollada</b> | se realiza apoyo en la divulgación de las diferentes ofertas académicas por los grupos oficiales.                                                                                                                                                             |

### Pantallazos y/o fotografías





ESCUELA SUPERIOR  
DE ADMINISTRACIÓN  
PÚBLICA

# Torneo relámpago de **sapo**

Acepta el reto, inscríbete y  
demuestra que tienes la mejor  
puntería de la ESAP. ¡Que empiece  
la competencia!

**24 de  
abril  
de 2026**

**7:30 p. m.**  
ESAP Dosquebradas

**Inscríbete en Bienestar**



ESAP



Territorial Quindío, Bogotá, Barranquilla, Medellín

ELIGE TU  
**BIENESTAR**

# La Acreditación  
Somos **TODOS**



ESAP

Sede territorial Quindío

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713

[www.esap.edu.co](http://www.esap.edu.co)



### INFORME DE EVIDENCIA

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nombre contratista:                            | Yonatan Arbelaez Aguirre                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Fecha de la reunión:                           | 04/2026                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Actividad contractual a la que corresponde     | Realizar la recopilación, consolidación y cargue de los reportes estadísticos requeridos a fin de garantizar el cumplimiento del sistema de gestión de calidad institucional y gestión del conocimiento de la dependencia, de manera oportuna y en los tiempos establecidos para el proceso. |
| Nombre de la reunión                           | Registro de asistencia                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Descripción breve de la actividad desarrollada | se realiza clase y como parte de la recopilación y cargue de reportes, se toma asistencia                                                                                                                                                                                                    |

### Pantallazos y/o fotografías

24/04/2026, 6:03:08 p.m.  
Dos Quebradas  
Risaralda  
Colombia  
Zona Industrial la Popa

| No. | FECHA      | NOMBRE Y APELLIDOS | IDENTIFICACION | FORMA DE | ESTADO       | MODALIDAD   | ACTIVIDAD | NUMERO DE ASISTENCIA |
|-----|------------|--------------------|----------------|----------|--------------|-------------|-----------|----------------------|
| 1   | 19-02-2026 | Santiago Garcia A  | Identificación | Guia-RIS | Desarrollada | A Distancia |           | 1088319773           |
| 2   | 27-02-2026 | Esteban Roldan     | Identificación | Guia-RIS | Desarrollada | Presencial  |           | 4315.603             |
| 3   | 28-03-26   | Santiago Garcia    | Identificación | Guia-RIS | Desarrollada | A Distancia |           | 1088319773           |
| 4   | 28-03-26   | Jaime Osorio       | Identificación | Guia-RIS | Desarrollada | Presencial  |           | 75106100             |
| 5   | 10/04/26   | Sebastian Torres   | Identificación | Guia-RIS | Desarrollada | Presencial  |           | 108821025            |
| 6   | 23/04/26   | Yonatan Arbelaez   | Identificación | Guia-RIS | Desarrollada | A Distancia |           | 4315.603             |

#### Sede territorial Quindío

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713



### INFORME DE EVIDENCIA

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre contratista:</b>                            | Yonatan Arbelaez Aguirre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Fecha de la reunión:</b>                           | 04/2026                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Actividad contractual a la que corresponde</b>     | Adelantar la instrucción de los talleres que sean programados en desarrollo de los diferentes canales de acceso tanto presenciales como virtuales que desde la Dirección de Bienestar Universitario y la Dirección Territorial se determinen, de común acuerdo y haciendo uso de los diferentes accesos tecnológicos con que cuenta la entidad. |
| <b>Nombre de la reunión</b>                           | Taller sobre como aprender a respirar                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Descripción breve de la actividad desarrollada</b> | se realiza talle sobre la prevención y cuidado de la salud enfocados en la respiración consciente                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Pantallazos y/o fotografías</b>                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |



**Sede territorial Quindío**

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713



### INFORME DE EVIDENCIA

|                                                |                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nombre contratista:                            | Yonatan Arbelaez Aguirre                                                                                                                                        |
| Fecha de la reunión:                           | 04/2026                                                                                                                                                         |
| Actividad contractual a la que corresponde     | Desarrollar, formular e implementar por lo menos una actividad mensual dirigida a la comunidad académica donde se incluya el componente de inclusión y equidad. |
| Nombre de la reunión                           | Actividad dirigida                                                                                                                                              |
| Descripción breve de la actividad desarrollada | se realizan actividades dirigidas en la que se incentivan las personas a ser participativos y equitativos.                                                      |
| Pantallazos y/o fotografías                    |                                                                                                                                                                 |

24/04/2026, 7:16:30 p.m.  
Dos Quebradas  
Risaralda  
Colombia  
Zona Industrial la Popa



#### Sede territorial Quindío

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713





ESCUELA SUPERIOR  
DE ADMINISTRACIÓN  
PÚBLICA



**Sede territorial Quindío**

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713

[www.esap.edu.co](http://www.esap.edu.co)





## INFORME DE EVIDENCIA

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nombre contratista:                            | Yonatan Arbelaez Aguirre                                                                                                                                                                                                          |
| Fecha de la reunión:                           | 04/2026                                                                                                                                                                                                                           |
| Actividad contractual a la que corresponde     | Formular su plan de trabajo y guías pedagógicas con enfoques y acciones enmarcados en el bienestar universitario, orientados a fortalecer la calidad de vida, la participación y el desarrollo integral de la comunidad esapista. |
| Nombre de la reunión                           | Formato de planes de trabajo                                                                                                                                                                                                      |
| Descripción breve de la actividad desarrollada | Se realiza plan de trabajo                                                                                                                                                                                                        |

## Pantallazos y/o fotografías

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>FORMATO</b><br>PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES FORMACIÓN<br>CONTINUADA DIRECCIÓN DE BIENESTAR UNIVERSITARIO                                                                                                                                          | <b>CÓDIGO:</b><br>VERSIÓN: 01<br>FECHA:                                                                                                |
| Proceso: Bien- Estar<br>Documento de referencia: Procedimiento Bienestar Universitario BE-PT-001                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| <b>Datos generales</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| Área:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Recreación y deportes                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                        |
| Disciplina:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Fútbol de salón                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| Subcategoría:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Iniciación                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                        |
| Año:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2026                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                        |
| Periodo:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| Responsable:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Yonatan Arbelaez                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                        |
| Mediación:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Presencial                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                        |
| Correo electrónico:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | yonatan.arbelaez@esap.edu.co                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |
| Días a la semana a desarrollar la sesión:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Hora de inicio de la sesión:                                                                                                                                                                                                                        | Hora de terminación de la sesión:                                                                                                      |
| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| Martes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 05:00:00 p.m.                                                                                                                                                                                                                                       | 06:30:00 p.m.                                                                                                                          |
| Miércoles                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| Jueves                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 05:00:00 p.m.                                                                                                                                                                                                                                       | 06:30:00 p.m.                                                                                                                          |
| Viernes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| Sábado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| Domingo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| <b>Lineamientos generales</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| 1. Recuerde que el uso de los datos personales de la comunidad "Esapista", se rige bajo la política aplicable al tratamiento y protección de datos personales, siendo este un derecho constitucional que tienen todas las personas a conocer, actualizar y rectificar la información que se recolecte de ellas, en bases de datos o archivos. Para consultar la política puede dirigirse a la página: <a href="https://contenidoseducativospublicos.esap.edu.co/habeas.pdf">https://contenidoseducativospublicos.esap.edu.co/habeas.pdf</a>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| 2. La comunidad académica a la cual la Dirección de Bienestar Universitario ofrece sus servicios es a los siguientes estamentos:<br><b>Estudiantes.</b> Se considera estudiante de la ESAP a la persona natural que ha sido formalmente admitida y se ha matriculado en un programa de pregrado o posgrado ofrecido por la institución, con sujeción a las normas vigentes y de las particularidades del programa.<br><b>Docentes.</b> El docente de la ESAP es la persona natural que orienta los procesos de formación, enseñanza y aprendizaje de los estudiantes de la institución; conforme a las competencias pedagógicas, calidades investigativas, y la vocación de enseñanza para generar procesos educativos integrales; acorde con, los programas de pregrado y posgrado, las modalidades y la ubicación del desarrollo de los programas que oferta la institución en el territorio nacional, permitiendo así, espacios educativos, accesibles, incluyentes y de experiencias significativas de aprendizajes para la vida.<br><b>Personal administrativo.</b> Persona con vinculación laboral en la ESAP, que ejerce funciones u obligaciones en las dimensiones directivas, académicas y administrativas que están al servicio del Estado y de la comunidad.<br><b>Graduados.</b> Persona que ha cursado y aprobado satisfactoriamente la totalidad del plan de estudios reglamentado para la ESAP, a la cual se le otorga el título conforme lo aprobado en el registro calificado del programa académico expedido por el Ministerio de Educación Nacional. |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| 3. Recuerde que todas las acciones desarrolladas en el marco de su ejercicio deben desarrollarse acorde a la normativa institucional vigente, particularmente en lo relacionado a la promoción del respeto y buen trato entre todos los miembros de la comunidad educativa. Las acciones aquí consignadas deben implementarse en cumplimiento de los lineamientos para la promoción de la convivencia y el cumplimiento de lo establecido en el Protocolo de prevención, detección y atención de violencias y todo tipo de discriminación basadas en género para la ESAP (Resolución 1051 de 2023).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| <b>Objetivos</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| Objetivo general:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Desarrollar en los participantes las habilidades técnicas básicas del fútbol de salón, fortaleciendo la condición física general, el trabajo en equipo y los valores deportivos, a través de ejercicios progresivos acordes al nivel de iniciación. |                                                                                                                                        |
| Objetivo específico 1:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Fortalecer las capacidades físicas básicas (resistencia, coordinación, velocidad y agilidad) necesarias para la práctica del fútbol de salón.                                                                                                       |                                                                                                                                        |
| Objetivo específico 2:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Desarrollar la técnica individual básica: conducción, pase, recepción y control del balón.                                                                                                                                                          |                                                                                                                                        |
| Objetivo específico 3:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Fomentar el trabajo en equipo, la comunicación asertiva y el respeto por las normas del juego mediante actividades prácticas y juegos aplicados.                                                                                                    |                                                                                                                                        |
| <b>Sesiones</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |
| <b>Mes</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Temática</b>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Meta</b>                                                                                                                            |
| Febrero                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Presentación del grupo y diagnóstico inicial.<br>Normas básicas del fútbol de salón.<br>Evaluación básica de condición física.                                                                                                                      | Lograr que al finalizar el mes el 80% de los participantes ejecuten correctamente los fundamentos técnicos básicos (conducción, pase y |

Sede territorial Quindío

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>FORMATO<br/>PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES FORMACIÓN<br/>CONTINUADA DIRECCIÓN DE BIENESTAR UNIVERSITARIO</b> |                                                                                                                    | <b>CÓDIGO:</b>     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    | <b>VERSIÓN: 01</b> |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    | <b>FECHA:</b>      |
| <b>Proceso: Bien- Estar</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| <b>Documento de referencia: Procedimiento Bienestar Universitario BE-PT-001</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| <b>Datos generales</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Area:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Recreación y deportes                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Disciplina:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | De 0 a activo                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Subcategoría:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | disminuir el sedentarismo                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Año:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2026                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Periodo:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 1                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Responsable:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Yonatan Arbeláez                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Mediación:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Virtual                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Correo electrónico:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <a href="mailto:yonatan.arbelaez@esap.edu.co">yonatan.arbelaez@esap.edu.co</a>                                                                                                                                                                               |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Días a la semana a desarrollar la sesión:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Hora de inicio de la sesión:                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                              | Hora de terminación de la sesión:                                                                                  |                    |
| Lunes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Martes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Miércoles                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 05:00:00 p.m.                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                              | 06:00:00 p.m.                                                                                                      |                    |
| Jueves                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Viernes                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Sábado                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Domingo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| <b>Lineamientos generales</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| <p>1. Recuerde que el uso de los datos personales de la comunidad "Esapista", se rige bajo la política aplicable al tratamiento y protección de datos personales, siendo este un derecho constitucional que tienen todas las personas a conocer, actualizar y rectificar la información que se recolecte de ellas, en bases de datos o archivos. Para consultar la política puede dirigirse a la página: <a href="https://contenidoseducativospublicos.esap.edu.co/habeas.pdf">https://contenidoseducativospublicos.esap.edu.co/habeas.pdf</a></p> <p>2. La comunidad académica a la cual la Dirección de Bienestar Universitario ofrece sus servicios es a los siguientes estamentos:</p> <p><b>Estudiantes.</b> Se considera estudiante de la ESAP a la persona natural que ha sido formalmente admitida y se ha matriculado en un programa de pregrado o posgrado ofrecido por la institución, con sujeción a las normas vigentes y de las particularidades del programa.</p> <p><b>Docentes.</b> El docente de la ESAP es la persona natural que orienta los procesos de formación, enseñanza y aprendizaje de los estudiantes de la institución; conforme a las competencias pedagógicas, calidades investigativas, y la vocación de enseñanza para generar procesos educativos integrales; acorde con, los programas de pregrado y posgrado, las modalidades y la ubicación del desarrollo de los programas que oferta la institución en el territorio nacional, permitiendo así, espacios equitativos, accesibles, incluyentes y de experiencias significativas de aprendizajes para la vida.</p> <p><b>Personal administrativo.</b> Persona con vinculación laboral en la ESAP, que ejerce funciones u obligaciones en las dimensiones directivas, académicas y administrativas que están al servicio del Estado y de la comunidad.</p> <p><b>Graduados.</b> Persona que ha cursado y aprobado satisfactoriamente la totalidad del plan de estudios reglamentado para la ESAP, a la cual se le otorga el título conforme lo aprobado en el registro calificado del programa académico expedido por el Ministerio de Educación Nacional.</p> <p>3. Recuerde que todas las acciones desarrolladas en el marco de su ejercicio deben desarrollarse acorde a la normativa institucional vigente, particularmente en lo relacionado a la promoción del respeto y buen trato entre todos los miembros de la comunidad educativa. Las acciones aquí consignadas deben implementarse en cumplimiento de los lineamientos para la promoción de la convivencia y el cumplimiento de lo establecido en el Protocolo de prevención, detección y atención de violencias y todo tipo de discriminación basadas en género para la ESAP (Resolución 1051 de 2023).</p> |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| <b>Objetivos</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Objetivo general:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Generar un espacio virtual de acompañamiento y orientación que permita a los estudiantes reconocer, reflexionar y transformar sus hábitos relacionados con la actividad física, disminuyendo el sedentarismo mediante compromisos progresivos y sostenibles. |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Objetivo específico 1:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Identificar las principales barreras personales y académicas que limitan la práctica regular de actividad física.                                                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Objetivo específico 2:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Brindar herramientas prácticas sobre hábitos saludables, autocuidado, movimiento consciente y planificación básica del ejercicio.                                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| Objetivo específico 3:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Promover la formulación de compromisos individuales realistas que faciliten la transición de un estilo de vida sedentario a uno activo.                                                                                                                      |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| <b>Sesiones</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                    |                    |
| <b>Mes</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Temática</b>                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              | <b>Meta</b>                                                                                                        |                    |
| Febrero                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Reconociendo mi nivel de actividad y mis barreras                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                              | Que cada estudiante identifique su punto de partida y establezca un primer compromiso básico de movimiento semanal |                    |

**Sede territorial Quindío**

ventanillaunica.risardala@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713

[www.esap.edu.co](http://www.esap.edu.co)



### INFORME DE EVIDENCIA

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nombre contratista:</b>                            | Yonatan Arbelaez Aguirre                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Fecha de la reunión:</b>                           | 04/2026                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Actividad contractual a la que corresponde</b>     | Apoyar la formulación e implementación de eventos y clases continuas que permitan a la comunidad esapista el acceso a los servicios del portafolio de la Dirección de Bienestar Universitario, de conformidad con el programa anual de bienestar universitario. |
| <b>Nombre de la reunión</b>                           | Clase continua y clases dirigidas en diferentes grupos.                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Descripción breve de la actividad desarrollada</b> | Se realizan clases dirigidas y continuas                                                                                                                                                                                                                        |

### Pantallazos y/o fotografías



#### Sede territorial Quindío

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713





**Sede territorial Quindío**

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713





ESCUELA SUPERIOR  
DE ADMINISTRACIÓN  
PÚBLICA



**Sede territorial Quindío**

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713

[www.esap.edu.co](http://www.esap.edu.co)



ESCUELA SUPERIOR  
DE ADMINISTRACIÓN  
PÚBLICA



**Sede territorial Quindío**

ventanillaunica.risaralda@esap.edu.co

Carrera 7 # 9 - 64, Sector La Badea.

Código postal: 111321

Línea conmutador PBX: 018000 423713

Línea nacional gratuita PBX: 018000 423713

[www.esap.edu.co](http://www.esap.edu.co)