CLASIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN					
Pública	**X**	Pública Clasificada		Pública Reservada	

INFORME MENSUAL EJECUCIÓN CONTRACTUAL

QUIBDO, AGOSTO DEL 2026

Señor(a)
YILSE ALEIDA RUIZ CARRILLO
Supervisor(a) contrato nro. CO1.PCCNTR. 9018467 de 2026
Coordinadora académica
Quibdó

Asunto: Informe mensual de ejecución contractual agosto 2026

Referencia: CO1.PCCNTR. 9018467 de 2026

ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS, identificado con la cédula de ciudadanía nro. 11805548, en mi calidad de contratista del SENA, en cumplimiento del Contrato de Prestación de Servicios de la referencia, a continuación, presento el Informe de actividades realizadas en el mes objeto de cobro.

Valor y forma de Pago: a) Un (1) primer pago correspondiente a 27 días del mes de febrero de 2026, por valor de CUATRO MILLONES NOVECIENTOS CUARENTA Y CUATRO MIL CUATROCIENTOS CINCUENTA Y CINCO PESOS M/CTE ($4.944.455), b, seis (6) pagos iguales correspondientes a los meses de marzo a agosto por valor de CINCO MILLONES CUATROCIENTOS NOVENTA Y TRES MIL OCHOCIENTOS TREINTA Y NUEVE PESOS M/CTE.
($5.493.839) M/CTE cada uno

Plazo: Sera hasta el 31 de agosto de 2026

Objeto: Prestar servicios personales de carácter temporal de instructores, para orientar, desarrollar y evaluar los procesos de formación profesional integral (FPI) de los aprendices en los programas de oferta regular complementaria y/o titulada presencial en el Centro de Recursos Naturales, Industria y Biodiversidad durante la vigencia 2026.

Ejecución mensual de actividades

Nro.	Obligaciones	Acciones realizadas	Evidencias
1	Programar las actividades de enseñanza-aprendizaje-evaluación de conformidad con las competencias y/o resultados de aprendizaje según el calendario institucional y el manual de procedimientos para la ejecución de acciones de formación profesional.	Elaborar la planeación pedagógica (formato compromiso), las guías de aprendizaje, actas de concertación.	Formato de planeación, guías de aprendizajes y acta de concertación.
2	Orientar, asesorar y acompañar de forma permanente a los aprendices en el desarrollo de las actividades establecidas en la guía de aprendizaje de acuerdo lo establecido en las guías, los procedimientos y el Sistema Integrado de Gestión y Autoevaluación “SIGA” del SENA.	Se desarrollo la formación e n Estructuración de Planes de entrenamiento deportivo con fichas 3584812 y 3584823 COMPETENCIA: Preparar al deportista físicamente según la disciplina y/o modalidad En el nivel de formación Deportiva. RESULTADO DE APRENDIZAJE: elaborar Plan de entrenamiento Deportivo según la Disciplina y/o modalidad En el nivel de formación deportiva	Listados de asistencia, Registros fotográficos, Talleres, Evaluaciones

3	Orientar a los aprendices en el proceso de la ruta de certificación.	se asesora a los aprendices en el manejo del aplicativo Sofía plus, dándoseles a conocer los roles y medios por los cuales consultan y descargan los certificados, una vez finalice la formación. Se les indica como revisar los juicios evaluativos, los cuales deben estar todos evaluado.	Pantallazos de la ruta para descargue de certificados
4	Para los Instructores que imparten formación titulada presentar el Portafolio	Esta obligación, no se ejecutó durante el mes	Esta obligación, no se ejecutó durante el mes

	del Instructor, adjuntando los formatos actualizados del sistema Integrado de gestión dispuestos en la plataforma COMPROMISO, presentado como mínimo los siguientes soportes: a. Plan de trabajo concertado con el aprendiz para el desarrollo de la ruta de aprendizaje. b. Guía de aprendizaje. c. Actas con los planes de mejoramiento académicos para aprendices que lo requieran. d. Planeación, seguimiento evaluación de etapa productiva (si aplica). f. Formato de asistencia y Registro de inasistencias en aplicativo SOFIA PLUS. g. Realizar el reconocimiento de aprendizajes previos y estilos de aprendizaje.	objeto de pago, ya que me encuentro impartiendo formación complementaria.	objeto de pago, ya que me encuentro impartiendo formación complementaria.
5	Apoyar las charlas informativas con especificaciones de los programas, así como el proceso de inducción de aprendices.	se da a conocer el diseño curricular del programa de formación a impartir	Diseño curricular del programa a impartir
6	Emitir juicio valorativo sobre el nivel de cumplimiento de los resultados de aprendizaje de las competencias del programa, aplicando los procedimientos y herramientas tecnológicas que la entidad defina, en un plazo máximo de tres (3) días después de haber terminado el resultado de aprendizaje correspondiente.	Se emiten los juicios evaluativos de las competencias y/o resultados vistos.	No se carga el reporte de juicios porque no se han finalizado los resultados y competencias
7	Atender oportunamente los requerimientos del supervisor del contrato y presentar mensualmente los informes de ejecución del contrato.	se presenta el informe mensual, para el trámite de cuenta de cobro	Informe mensual cargado en el secop II
8	Apoyar técnicamente en las evaluaciones de los procesos de adquisición de bienes y servicios, por el conocimiento profesional contratado previa designación del director regional.	Esta obligación, no se ejecutó durante el mes objeto de pago	Esta obligación, no se ejecutó durante el mes objeto de pago
9	Reportar 160 horas mes, de labores en la formación Titulada y/o complementaria.	Entrega de programaciones para la creación de fichas	Gestión de tiempo, ver Sofía plus
10	Asistir de manera presencial y/o virtual a reuniones de información.	Se asistió a la reunión de seguimiento a las acciones realizadas durante el mes objeto de cobro.	Listado de asistencia y Registro fotográfico

A continuación, relaciono los desplazamientos que realicé previo a la presentación de este informe. Una vez finalizado cada desplazamiento presenté al ordenador del gasto el informe en el Formato para legalización del desplazamiento, en el que se describieron las actividades desarrolladas y los resultados. Cada informe de legalización cuenta con el visto bueno del supervisor.

Se lista a continuación el soporte de la legalización de los desplazamientos realizados, los cuales forman parte integral del presente informe de ejecución contractual.

ÍTEM	NRO. DE LA ORDEN DE VIAJE	LUGAR DE DESPLAZAMIENTO	FECHA DE DESPLAZAMIENTO INICIAL	FECHA DE DESPLAZAMIENTO FINAL
1				
2				

Para efectos del presente informe, se adjuntan las certificaciones de antecedentes correspondientes, con las fechas que se relacionan a continuación:

- **Certificación de antecedentes fiscales:** 28/07/2026
- **Certificación de antecedentes penales:** 28/07/2026
- **Certificación de antecedentes disciplinarios:** 28/07/2026
- **Certificación de registro nacional de medidas correctivas** 28/07/2026

Para el trámite de la cuenta me permito adjuntar: (i) Documentos electrónicos enunciados como evidencias del cumplimiento de las obligaciones contractuales, (ii) los desplazamientos realizados y (iii) el pago de la planilla de seguridad social y parafiscal nro. 4660920958 y el operador SOI referente al mes de julio.

Cordialmente,



ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS
Contratista
CC 11805548 de Quibdó



Fecha:
2026.08.25
14:22:21 -05'00'

YILSE ALEIDA RUIZ CARRILLO
Supervisor del contrato CO1.PCCNTR 9018467 del 2026

EVIDENCIAS FOTOGRAFICAS DE LA FORMACION

REUNION DE CONCERTACION PARA LA

FORMACION MES DE AGOSTO









REALIZACION DE ACTIVIDADES RECREATIVAS Y DEPORTIVAS EN EL BARRIO REPOSO NUMERO DOS Y TRES









PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL
INTEGRAL FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUIA DE APRENIZAJE

- Denominación del Programa de Formación: estructuracion de planes de entrenamiento deportivo.
- Código del Programa de Formación: **52520061**
- Competencia: preparar al deportista fisicamente según la disciplina y/o modalidad en el nivel de formacion deportiva.
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:
- elaborar plan de entrenamiento deportivo según la disciplina y/o modalidad en el nivel de formacion deportiva.
- **SISTEMATIZAR PLAN DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN FORMATO, LUGAR Y TIEMPO ESTABLECIDO.**
- **REALIZAR DIAGNOSTICO SEGÚN OBJETOS ESTABLECIDOS EN LA DISCIPLINA Y/O MODALIDAD EN EL NIVEL DE FORMACION DEPORTIVA.**
- **ESTABLECER PARAMETROS REQUERIDOS PARA LA ESTRUCTURACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO SEGÚN DISCIPLINA Y/O MODALIDAD EN EL NIVEL DE FORMACION DEPORTIVA.**

- Duración de la Guía: **80 HORAS**

2. PRESENTACION

- Motivar hacia la actividad de aprendizaje en consideración a las fortalezas que aportará en el desarrollo de habilidades y destrezas
- Guiar y organizar el aprendizaje de manera que se oriente al desarrollo integral del aprendíz
- Motivar a la acción, al trabajo autónomo sistemático y organizado
- Relacionar conocimientos previos con los nuevos para la construcción significativa de los mismos
- Promover el aprendizaje colaborativo y el crecimiento integral del grupo

Cada vez más se va incrementado la práctica de la actividad física en las poblaciones por los múltiples beneficios para la salud y el bienestar, pero también se han aumentado los riesgos y lesiones en los participantes, esto conlleva a que el profesional de actividad física y deporte se cualifique e implemente protocolos para minimizar los riesgos y maximizar los beneficios, a través de la práctica de actividad física de manera regular se disminuyen en gran medida el riesgo de contraer enfermedades no transmisibles como la obesidad, hipertensión, diabetes tipo 2, además de las derivadas del tabaquismo y alcoholismo, de esta forma se propone esta acción como formación integral del individuo, para la mejora y mantenimiento en la calidad de vida.

3. FORMULACION DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

- A continuación, se muestran las actividades propuestas para llevar a cabo este programa de formación.

  ACTIVIDAD #1

- TEST DE EVALUACIÓN. ESTRUCTURACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO PAR-Q & YOU La actividad física es divertida y saludable, cada día más gente comienza a ser más activa. Ser activo es seguro para la mayoría de personas. Sin embargo, algunas personas deben ser evaluadas por su médico antes de empezar, por ejemplo, si se encuentran por encima de los 69 años de edad y no ha sido muy activo. El sentido común es su mejor guía cuando responda las siguientes preguntas; lea cuidadosamente y respóndalas con honestidad, Debe marcar SI ó NO.

SI	NO	
		1. ¿Alguna vez su médico le ha dicho que tiene algún problema en el corazón y que usted debe realizar actividad física solo bajo recomendación médica?
		2. ¿Usted presenta dolor o molestia en su pecho cuando realiza actividad física?
		3. ¿En el último mes, ha tenido dolor en el pecho, estando en reposo?
		4. ¿Usted pierde balance o equilibrio a causa de mareo, vértigo o alguna vez ha perdido la conciencia?
		5. ¿Tiene algún problema en huesos o articulaciones que pueda empeorar con la actividad física?
		6. ¿Su médico le ha formulado algún medicamento para tensión arterial o para su corazón?
		•7. ¿Conoce alguna otra razón por la cual usted no deba realizar actividad física?

- FORMATO DE CONOCIMIENTO CON CONSENTIMIENTO INFORMADO
- ENFERMEDADES NO TRANSMISIBLES ADQUIRIDAS POR LOS MALOS HABITOS DE VIDA NO SALUDABLE: Las enfermedades no transmisibles (ENT) matan a 40 millones de personas cada año, lo que equivale al 70% de las muertes que se producen en el mundo.
- Cada año mueren por ENT 15 millones de personas de entre 30 y 69 años de edad; más del 80% de estas muertes "prematuras" ocurren en países de ingresos bajos y medianos.
- Las enfermedades cardiovasculares constituyen la mayoría de las muertes por ENT (17,7 millones cada año), seguidas del cáncer (8,8 millones), las enfermedades respiratorias (3,9 millones) y la diabetes (1,6 millones).

- Estos cuatro grupos de enfermedades son responsables de más del 80% de todas las muertes prematuras por ENT.

- El consumo de tabaco, la inactividad física, el uso nocivo del alcohol y las dietas malsanas aumentan el riesgo de morir a causa de una de las ENT.
- La detección, el cribado y el tratamiento, igual que los cuidados paliativos, son componentes fundamentales de la respuesta a las ENT.

ACTIVIDAD #2 REPRESENTAR POR MEDIO DE LA EXPRESION CORPORAL, EL PROCESO DE ADQUISICION DE LAS ENFERMEDADES NO TRANSIBLES (ENT)

Actividad física sistemática.

La actividad física sistemática, es cuando existe un plan de entrenamiento específico para una actividad deportiva en la cual se quiera desarrollar capacidades físicas que tengan que perfeccionar para la práctica de un deporte en específico, se realiza los 7 días de la semana con actividad programas por objetivos a corto, mediano y largo plazo, registrando las sesiones en un macro ciclo de entrenamiento.

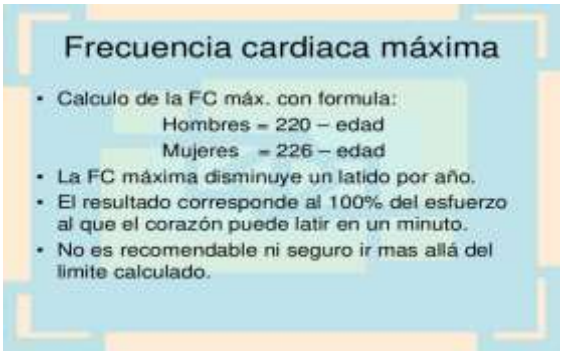
La actividad física no solo aumenta el consumo de calorías sino también el metabolismo basal, que puede permanecer elevado después de '(minutos de acabar una actividad física moderada$ La tasa metabólica basal puede aumentar un)(* durante +□ horas después de la actividad física$ La actividad física moderada no aumenta el apetito, incluso lo reduce$ Las investigaciones indican que la disminución del apetito después de la actividad física es mayor en individuos que son obesos, que en los que tienen un peso corporal ideal$-la reducción de calorías en la dieta junto con la actividad física puede producir una pérdida de grasa corporal del .□ *, mientras que si solo se produce una reducción de calorías en la dieta se pierde un 25 % de masa corporal magra, es decir, musculo, y menos de un 70 % de la grasas.

Para ello debemos aplicar IMC= peso/talla x talla o al cuadrado, el cual nos dirá en qué estado se encuentra la persona según la tabla de valoración de OMS. Es de vital importancia también aplicar las exigencias de acuerdo a la FCM o frecuencia cardiaca máxima, 220 ppm (pulsaciones por minuto) para hombres menos la edad y 226 ppm en mujeres.

Clasificación	IMC (kg/m²)	
	Valores principales	Valores adicionales
Bajo peso	≤18,50	≤18,50
Delgadez severa	≤16,00	≤16,00
Delgadez moderada	16,00 - 16,99	16,00 - 16,99
Delgadez leve	17,00 - 18,49	17,00 - 18,49
Normal	18,5 - 24,99	18,5 - 22,99
		23,00 - 24,99
Sobrepeso	≥25,00	≥25,00
Preobeso	25,00 - 29,99	25,00 - 27,49
		27,50 - 29,99
Obesidad	≥30,00	≥30,00
Obesidad leve	30,00 - 34,99	30,00 - 32,49
		32,50 - 34,99
Obesidad media	35,00 - 39,99	35,00 - 37,49
		37,50 - 39,99
Obesidad mórbida	≥40,00	≥40,00

ACTIVIDAD #3

1. con la ayuda de la tabla IMC, (índice de masa corporal) que establece la OMS (organización mundial de la salud) y la formula IMC=peso/talla x talla o al cuadrado, valoraremos 50 personas de nuestro entorno o comunidad, para comparar los diferentes estados saludables y no saludables en los que se encuentran estos.
2. Examinaremos la frecuencia cardiaca máxima de esas 50 personas, para que conozcamos cual es el máximo de su rendimiento en esfuerzo físico, según la edad.





Actividad #4

Con base en el siguiente cuadro, organizar una secuencia de actividades para una semana de actividad física teniendo en cuenta las valoraciones hechas a los pacientes ya estudiados.

Contenidos	Desarrollo	Ejercicios
Capacidades físico-condicionales	Fuerza	Ejercicios para el desarrollo de: Fuerza rápida Resistencia a la fuerza
	Rapidez	Ejercicios para el desarrollo de: Rapidez de reacción Rapidez de traslación
	Resistencia	Ejercicios para el desarrollo de: Resistencia de la rapidez Resistencia de larga duración de 10,11 y 12 minutos.
2. Capacidades físicas coordinativas complejas.	Agilidad Juegos.	Ejercicios para el mejoramiento de la agilidad con o sin instrumentos; juegos (percepción sensorial motoras)
3. Capacidad física de flexibilidad	Flexibilidad activa y pasiva	Ejercicios para el desarrollo de la flexibilidad, con o sin instrumentos; Con la ayuda de los compañeros.

- Ambiente Requerido: Polideportivo Barrio Reposo # 2 y 3
- MUNICIPIO: Quibdó

- VASCULAS, TALLIMETRO, CALCULADORA, GUIAS DE APRENDIZAJE, CONOS, BALONES, AROS, ESCALERAS, TOPOS, CUERDAS ECT.

Tomando como referencia la planeación pedagógica y las orientaciones para elaborar guías de aprendizaje citado en la guía de desarrollo curricular

4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Tome como referencia las técnica e instrumentos de evaluación citados en la guía de Desarrollo Curricular

Evidencias de Aprendizaje	Criterios de Evaluación	Técnicas e Instrumentos de Evaluación
Evidencias de Conocimiento: Describe e interpreta las diferentes pautas y conceptos a tener en cuenta para la valoración de actividades recreativas como estrategia de estructuración de planes de entrenamiento deportivo. **Evidencias de Desempeño:** Pone a disposición Los diferentes conceptos, conocimientos y temática recibida, para desarrollar diferentes actividades que van en pro de su propia comunidad. **Evidencias de Producto:** Aplica las diferentes fórmulas para ejecutar test que le suministren la información necesaria, para conocer el estado o condición física de sus pacientes, antes de su participación en actividades motrices vigorosas y/o moderadas.	Identifica la prueba como estrategia de acuerdo con las características y necesidades del usuario. Selecciona la prueba como estructuración de planes de entrenamiento deportivo de acorde con las características y necesidades del usuario determina el riesgo de salud, teniendo en cuenta las necesidades, expectativas e intereses del participante. Define el programa de actividad física sistemática con el participante de acuerdo con el resultado de la prueba y las expectativas e intereses del participante. Elabora el plan de Actividad Física sistemática con el participante, según los resultados de la prueba de las actividades sus necesidades y expectativa.	ENTRE LAS TECNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACION TENEMOS: ACTIVIDADES DE APLICACION PRACTICAS TALLERES PONENCIAS

5. GLOSARIO DE TERMINOS

Frecuencia cardíaca es el número de contracciones del corazón o pulsaciones por unidad de tiempo. Se mide en condiciones bien determinadas (de reposo o de actividad) y se expresa en pulsaciones por minuto a nivel de las arterias periféricas y en latidos por minuto (lat/min) a nivel del corazón.

IMC: índice de masa corporal, (IMC) es una razón matemática que asocia la masa y la talla de un individuo, ideada por el estadístico belga Adolphe Quetelet; por lo que también se conoce como índice de Quetelet

OMS: organización mundial de la salud.

PPM: pulsaciones o latidos por minutos del corazón.

Capacidades físicas: a las condiciones que presenta un organismo, por lo general asociadas al desarrollo de una cierta actividad o acción. Estas capacidades físicas están determinadas por la genética, aunque se pueden perfeccionar a través del entrenamiento.

6. REFERENTES BILBIOGRAFICOS

https://definicion.de/capacidades-fisicas/

https://www.bing.com/images/search?view=detailV2&ccid=cSOSJDh4&id=4F9A4976231D1C12867D3AEBCC7A624771A5044F&thid=OIP.cSOSJDh4dcx6Ui60j4riaAHaFj&q=zonas+donde+se+toma+la+frecuancia+cardiaca&simid=608021368048584570&selectedIndex=1&ajaxhist=0

https://es.scribd.com/document/330417073/16-11-08-Actividad-Fisica-Sistematica

www.who.int/mediacentre/factsheets/fs355/es/

http://www.idrd.gov.co/sitio/idrd/sites/default/files/imagenes/PAR_Q%20_YOU.pdf

7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha

Autor (es)	**ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS**	**INSTRUCTOR**	**FORMACION COMPLEMENTARIA**	**04/08/2026**

8. CONTROL DE CAMBIOS (diligenciar únicamente si realiza ajustes a la guía)

	Nombre	**Cargo**	**Dependencia**	**Fecha**	**Razón del Cambio**
Autor (es)					

Proceso Gestión de Formación Profesional Integral

Formato Planeación Pedagógica

Fecha de Elaboración	**4/08/2026**	
Denominación del Programa de Formación	**ESTRUCTURACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.**	
Modalidad de Formación	**PRESENCIAL**	
Código y versión del Programa de Formación	**250801011 Version 1**	
Nombre del Proyecto Formativo (Diligencie esta casilla únicamente si es un programa de formación Titulada)		
Código del Proyecto (Diligencie esta casilla únicamente si es un programa de formación Titulada)		
Nombre Completo de los integrantes del Equipo de Gestión Curricular que realizó la planeación pedagógica	**Nombres y Apellidos: ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS**	
	Nombres y Apellidos: ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS	**Regional y Centro de formación: CHOCO - CENTRO DE RECURSOS NATURALES, INDUSTRIA Y BIODIVERSIDAD**
	Nombres y Apellidos: ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS	**Regional y Centro de formación: CHOCO - CENTRO DE RECURSOS NATURALES, INDUSTRIA Y BIODIVERSIDAD**
	Nombres y Apellidos: ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS	**Regional y Centro de formación: CHOCO - CENTRO DE RECURSOS NATURALES, INDUSTRIA Y BIODIVERSIDAD**

copia no controlada

FASE DE PROYECTO FORMATIVO (Si el programa es de titulada)	ACTIVIDAD DE PROYECTO FORMATIVO (si el programa es titulada)	COMPETENCIA	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	SABERES DE CONCEPTOS Y PRINCIPIOS	SABERES DE PROCESO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE A DESARROLLAR	DURACIÓN ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE (HORAS)		DESCRIPCIÓN DE LA EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS ACTIVAS	AMBIENTES DE APRENDIZAJE TIPIFICADOS			OBSERVACIONES
								HORAS TRABAJO DIRECTO	HORAS TRABAJO INDEPENDIENTE			AMBIENTE	MATERIALES DE FORMACIÓN	INSTRUCTORES RESPONSABLES	
		: Preparar al deportista fisicamente según la disciliina y/o modalidad en el nivel de formacion deportiva.	Elaborar plan de entrenamiento deportivo según disciplina y/o modalidad en el nivel de formacion dportiva.	Entrenamiento Deportivo: conceptos basicos, caracteristicas, clasificacion, modalidad, disciplinas deportivas, principios, metodologia y pedagogia, metodos y medios.	Identificar componentes basicos de la disciplina y/o modalidad deportiva.	Planea unidades de entrenamiento acordes con los objetivos del plan de entrenamiento.	Dinámica de presentación, metodologia a utilizar, trabajo en equipo para generar ideas.	20	5	De: Conocimiento y de Desempeño	APLICACIÓN DE HERRAMIENTAS DIDACTICAS QUE PERMITAN CARACTERIZAR LA POBLACION	Aula y escenarios deportivos	Conos, topos, ula, ula, balones, escalera deportivas y lasos	**ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS**	
		: Preparar al deportista fisicamente según la disciplina y/o modalidad en el nivel de formacion deportiva.	Sistematizar plan de entrenamiento deportivo en formato, lugar y tiempo establecido.	Planes de Entrenamiento: Conceptos basicos, tipos, caracterizacion, planificacion y programacion.	Elaborar el diagnostico para establecer la situacion actual del deportista.	Selecciona metodos y medios de entrenamiento deportivo de acuerdo con la edad y genero del deportista.	Utilizacion de los materiales didacticos de acuerdo a las actividades programadas.	20	5	De: Conocimiento y de Desempeño	Trabajo en Grupo y Colaborativo	Aula y escenarios deportivos	Conos, topos, ula, ula, balones, escalera deportivas y lasos	**NOLD ENRIQUE CUESTA SALAS**	
		: Preparar al deportista fisicamente según la disciplina y/o modalidad en el nivel de formacion deportiva.	Realizar diagnostico según objetos establecidos en la disciplina y/o modalidad en el nivel de formacion deportiva.	Diagnostico: Componentes internos y externos, fisicos y morfo-funcionales instrumentos, protocolos, valoracion.	Construir plan de entrenamiento escrito y grafico (macrociclos, etapas, mesociclos, microciclos y sesiones)	Interpreta los resultados obtenidos en el dearrollo del plan de entrenamiento según indicadores y parametros establecidos.	Contribuir de buena manera el buen uso y aprovechamiento del tiempo libre.	20	5	De: Conocimiento y de Desempeño	Trabajo teorico-practico, colaborativo	Aula y escenarios deportivos	Conos, topos, ula, ula, balones, escalera deportivas y lasos	**NOLD ENRIQUE CUESTA SALAS**	
							Total Horas 80								

SENA	CARACTERIZACION DE LA FORMACION F006-007-25 / Versión 01 Proceso: Administración educativa Procedimiento: Matricula

Nº FICHA DE CARACTERIZACION: No. SOLICITUD_____

NOMBRE DE LA FORMACIÓN**: ESTRUCTURACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.**

TIPO DE FORMACION: TITULADA: _____COMPLEMENTARIA: _**X**_

CODIGO PROGRAMA: 52520061 VERSION_____1_____SECTOR:

PROGRAMA ESPECIAL:

FECHA: INICIO: 01**/**08**/**2026 TERMINACIÓN: 28/08/2026 TOTAL HORAS: 80

Nº APRENDICES: 35 MUNICIPIO: Quibdó

CORREGIMIENTO DE: VEREDA: DIRECCIÓN: QUIBDO

HORARIO			
DIA	AMBIENTE DE APRENDIZAJE	HORAS (24 horas)	
		INICIO	FIN
LUNES	**Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 1**	**6:00 am**	**8:00 am**
MARTES	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 1	**6:00 am**	**8:00 am**
MIERCOLES	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 1	**6:00 am**	**8:00 am**
JUEVES	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 1	**6:00 am**	**8:00 am**
VIERNES	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 1	**6:00 am**	**8:00 am**
SABADO	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 1	**6:00 am**	**8:00 am**
DOMINGO			
FESTIVO *	Fecha:		

* Cuando sea festivo indicar la fecha del festivo que se trabajara

NOMBRE DEL INSTRUCTOR: _**ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS.** ___CC. Nº __**11805548**_

TELEFONO_**3147760502** EMAIL: Tagacho2009@hotmail.com

NOMBRE EMPRESA ATENDIDA: ._____

NIT Nº_____TELEFONO: _ FAX: _____

DIRECCION:

E-MAIL: _____

NOMBRE DEL GERENTE_____

No DE EMPLEADOS: _____ACTIVIDAD ECONOMICA: _____

DPTO: _____CHOCO_____ MUNICIPIO: ___QUIBDO___GREMIO: __

TIPO DE EMPRESA

Ánimo de Lucro			Solidaria				
	Limitada			Precooperativas		**Instituciones Educativas**	
	Anónima			Cooperativas		Instituciones Educativas: Publica ☐ Privada ☐	
	En Comandita			Cooperativas Públicas		**Otros**	
	Economía Mixta			Empresas Comunales		Entes Territoriales	
	Colectiva			Mutuales		ONGS	
	Unipersonal			Fondo de Empleados		Grupos	

Arnold Cuesta Salas

---------- ---------- ----------

INSTRUCTOR COORDINADOR ACADEMICO FECHA DE ENTREGA

SENA	CARACTERIZACION DE LA FORMACION F006-007-25 / Versión 01 Proceso: Administración educativa Procedimiento: Matricula

Nº FICHA DE CARACTERIZACION: No. SOLICITUD_____

NOMBRE DE LA FORMACIÓN**: ESTRUCTURACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.**

TIPO DE FORMACION: TITULADA: _____COMPLEMENTARIA: _**X**_

CODIGO PROGRAMA: 52520061_____VERSION_____1_____SECTOR:

PROGRAMA ESPECIAL:

FECHA: INICIO: **1/08/**2026 TERMINACIÓN: 28/08/2026 TOTAL HORAS: 80

Nº APRENDICES: **35** MUNICIPIO: Quibdó

CORREGIMIENTO DE: VEREDA: DIRECCIÓN: QUIBDO

HORARIO			
DIA	AMBIENTE DE APRENDIZAJE	HORAS (24 horas)	
		INICIO	FIN
LUNES	**Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 2**	**3:30 pm**	**6:30 pm**
MARTES	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 2	**3:30 pm**	**6:30 pm**
MIERCOLES	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 2	**3:30 pm**	**6:30 pm**
JUEVES	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 2	**3:30 pm**	**6:30 pm**
VIERNES	Barrio Reposo # 3 polideportivo Grupo # 2	**3:30 pm**	**6:30 pm**
SABADO	Barrio Reposo # 3 polideportico Grupo # 2	3:30 pm	6:30 pm
DOMINGO			
FESTIVO *	Fecha:		

* Cuando sea festivo indicar la fecha del festivo que se trabajara

NOMBRE DEL INSTRUCTOR: **ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS.** CC. Nº **11805548**

TELEFONO **3147760502** EMAIL: Tagacho2009@hotmail.com

NOMBRE EMPRESA ATENDIDA: ._____

NIT Nº_____TELEFONO: _ FAX: _____

DIRECCION:

E-MAIL: _____

NOMBRE DEL GERENTE_____

No DE EMPLEADOS: _____ACTIVIDAD ECONOMICA: _____

DPTO: _____CHOCO_____ MUNICIPIO: ___QUIBDO___GREMIO: __

TIPO DE EMPRESA

Ánimo de Lucro			Solidaria				
	Limitada			Precooperativas		**Instituciones Educativas**	
	Anónima			Cooperativas		Instituciones Educativas: Publica ☐ Privada ☐	
	En Comandita			Cooperativas Públicas		**Otros**	
	Economía Mixta			Empresas Comunales		Entes Territoriales	
	Colectiva			Mutuales		ONGS	
	Unipersonal			Fondo de Empleados		Grupos	

Arnold Cuesta Salas

---------- ---------- ----------

INSTRUCTOR COORDINADOR ACADEMICO FECHA DE ENTREGA

Modelo de Mejora Continua	LÍNEA TECNOLÓGICA DEL PROGRAMA CLIENTE RED TECNOLÓGICA TECNOLOGÍAS DE SERVICIOS DE SALUD

DISEÑO DE ACCIONES DE FORMACION COMPLEMENTARIA	
CÓDIGO:	DENOMINACIÓN DEL PROGRAMA
52520061	ESTRUCTURACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
VERSIÓN: 1	SECTOR DEL PROGRAMA: SERVICIOS
Vigencia del Programa	Fecha inicio Programa: 25/11/2012 Fecha Fin Programa: El programa aún se encuentra vigente
DURACIÓN MÁXIMA	80 horas
JUSTIFICACIÓN:	La planificación del entrenamiento es uno de los aspectos más importantes que debe saber, conocer y aplicar todo entrenador, independiente de la disciplina deportiva y de la etapa de formación en que se encuentren los deportistas. Las exigencias y requerimientos del deporte a nivel mundial, demandan cada vez más, la necesidad de que los entrenadores se capaciten en la planificación de todas las actividades relacionadas con el proceso de entrenamiento deportivo. El acceder a la capacitación redundará en beneficio, tanto del entrenador como de sus deportistas, dado que les permitirá hacer un mejor uso del tiempo de entrenamiento, optimizando la calidad del trabajo, evitando la improvisación y avanzar de manera ordenada y sistemática en la consecución de logros deportivos.
REQUISITOS DE INGRESO:	-Carta de presentación expedida por la comunidad. -Cumplir con el trámite de selección definido por el Centro
ESTRATEGIA METODOLÓGICA:	Centrada en la construcción de autonomía para garantizar la calidad de la formación en el marco de la formación por competencias, el aprendizaje por proyectos y el uso de técnicas didácticas activas que estimulan el pensamiento para la resolución de problemas simulados y reales; soportadas en el utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, integradas, en ambientes abiertos y pluritecnológicos, que en todo caso recrean el contexto productivo y vinculan al aprendiz con la realidad cotidiana y el desarrollo de las competencias. Igualmente, debe estimular de manera permanente la autocrítica y la reflexión del aprendiz sobre el que hacer y los resultados de aprendizaje que logra a través de la vinculación activa de las cuatro fuentes de información para la construcción de conocimiento: -El instructor - Tutor -El entorno -Las TIC -El trabajo colaborativo

COMPETENCIA	
CÓDIGO:	DENOMINACIÓN
250801011	PREPARAR AL DEPORTISTA FÍSICAMENTE SEGÚN LA DISCIPLINA Y/O MODALIDAD EN EL NIVEL DE FORMACIÓN DEPORTIVA.

ELEMENTO(S) DE LA COMPETENCIA
DENOMINACIÓN
Estructurar el programa de preparación física de acuerdo con la edad y genero del deportista.

2. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

DESCRIPCIÓN
250801011-03 ELABORAR PLAN DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO SEGÚN DISCIPLINA Y/O MODALIDAD EN EL NIVEL DE FORMACIÓN DEPORTIVA.
250801011-04 SISTEMATIZAR PLAN DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO EN FORMATO, LUGAR Y TIEMPO ESTABLECIDO.
250801011-02 REALIZAR DIAGNÓSTICO SEGÚN OBJETIVOS ESTABLECIDOS EN LA DISCIPLINA Y/O MODALIDAD EN EL NIVEL DE FORMACIÓN DEPORTIVA.
250801011-01 ESTABLECER PARÁMETROS REQUERIDOS PARA LA ESTRUCTURACIÓN DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO SEGÚN DISCIPLINA Y/O MODALIDAD EN EL NIVEL DE FORMACIÓN DEPORTIVA.

3. CONOCIMIENTOS

3.1. CONOCIMIENTOS DE CONCEPTOS Y PRINCIPIOS

- ENTRENAMIENTO DEPORTIVO: CONCEPTOS BÁSICOS, CARACTERÍSTICAS, CLASIFICACIÓN, MODALIDAD, DISCIPLINAS DEPORTIVAS, PRINCIPIOS, METODOLOGÍA Y PEDAGOGÍA, MÉTODOS Y MEDIOS.
- PLANES DE ENTRENAMIENTO: CONCEPTOS BÁSICOS, TIPOS, CARACTERIZACIÓN, PLANIFICACIÓN Y PROGRAMACIÓN
- DIAGNÓSTICO: COMPONENTES INTERNOS Y EXTERNOS, FÍSICOS Y MORFO-FUNCIONALES INSTRUMENTOS, PROTOCOLOS, VALORACIÓN
- METODOLOGÍA PARA EL DISEÑO DE PLANES DE ENTRENAMIENTO: TIPOS, CARACTERÍSTICAS, ESPECIFICACIONES
- FORMATOS: TIPOS, CARACTERÍSTICAS, SISTEMATIZACIÓN

3.2. CONOCIMIENTOS DE PROCESO

- IDENTIFICAR COMPONENTES BÁSICOS DE LA DISCIPLINA Y/O MODALIDAD DEPORTIVA
- ELABORAR EL DIAGNÓSTICO PARA ESTABLECER LA SITUACIÓN ACTUAL DEL DEPORTISTA
- CONSTRUIR PLAN DE ENTRENAMIENTO ESCRITO Y GRÁFICO (MACROCICLOS, ETAPAS, MESOCICLOS, MICROCICLOS Y SESIONES)
- REGISTRAR INFORMACIÓN EN LOS FORMATOS ESTABLECIDOS
- CONSOLIDAR Y SISTEMATIZAR INFORMACIÓN
- EVALUAR PLAN DE ENTRENAMIENTO PROPUESTO EN CUMPLIMIENTO CON LOS OBJETIVOS PLANTEADOS

4. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- PLANEA UNIDADES DE ENTRENAMIENTO ACORDES CON LOS OBJETIVOS DEL PLAN DE ENTRENAMIENTO.
- SELECCIONA MÉTODOS Y MEDIOS DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO DE ACUERDO CON LA EDAD Y GENERO DEL DEPORTISTA.
- INTERPRETA LOS RESULTADOS OBTENIDOS EN EL DESARROLLO DEL PLAN DE ENTRENAMIENTO SEGÚN INDICADORES Y PARÁMETROS ESTABLECIDOS.
- DISEÑA LOS COMPONENTES DE LA PREPARACIÓN FÍSICA DEL PLAN DE ENTRENAMIENTO DE ACUERDO CON LA INFORMACIÓN OBTENIDA EN EL DIAGNÓSTICO REALIZADO AL DEPORTISTA
- ESTRUCTURA PLAN DE ENTRENAMIENTO DE ACUERDO CON DISCIPLINA Y/O MODALIDAD DEPORTIVA.
- ORGANIZA LA INFORMACIÓN RECOPILADA APLICANDO DIVERSAS TÉCNICAS Y MÉTODOS.
- SISTEMATIZA LA INFORMACIÓN SEGÚN OBJETIVOS ESTABLECIDOS EN EL PLAN DE ENTRENAMIENTO

5. PERFIL TÉCNICO DEL INSTRUCTOR

Requisitos Académicos	PROFESIONAL EN DEPORTES. PROFESIONAL EN CULTURA FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE. LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA. PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE. LICENCIADO EN DEPORTES.
Competencias mínimas	TRABAJAR EN EQUIPO. ESTABLECER PROCESOS COMUNICATIVOS ASERTIVOS. MANEJAR HERRAMIENTAS INFORMÁTICAS ASOCIADAS AL ÁREA OBJETO DE LA
Experiencia laboral y/o especialización	MÍNIMO UN (1) AÑO DE EXPERIENCIA LABORAL EN EL ÁREA SEIS (6) MESES DE EXPERIENCIA DOCENTE

CONTROL DEL DOCUMENTO

	NOMBRE	CARGO	DEPENDENCIA / RED	FECHA
Responsable del diseño	CARLOS JULIO MORENO AVILA	APROBAR ANALISIS	CENTRO DE DISEÑO TECNOLOGICO INDUSTRIAL. REGIONAL VALLE	21/11/2012
Responsable del diseño	ANA PATRICIA SALINAS PEREZ	EQUIPO DE DISEÑO CURRICULAR	null. REGIONAL CAUCA	21/11/2012

Responsable del diseño	MARTIN ALIRIO DORADO	INSTRUCTOR	CENTRO DE TELEINFORMÁTICA Y PRODUCCIÓN INDUSTRIAL. REGIONAL	23/11/2012
Responsable del diseño	CARLOS JULIO MORENO AVILA	ACTIVAR PROGRAMA	CENTRO DE DISEÑO TECNOLOGICO INDUSTRIAL. REGIONAL VALLE	25/11/2012
Responsable del diseño	FRANCISCO LUIS BEDOYA	ACTIVO: Solicitud de Activación de 3500 programas Dir. Gral. DEPURACION	null. DIRECCIÓN GENERAL	16/01/2013
Responsable del diseño	FRANCISCO LUIS BEDOYA	ACTIVO: Solicitud de Activación de 719 programas Dir. Gral.	null. DIRECCIÓN GENERAL	09/07/2013
Responsable del diseño	FRANCISCO LUIS BEDOYA	reversar ACTIVO: Solicitud de Activación de 719 programas Dir. Gral.	null. DIRECCIÓN GENERAL	09/07/2013
Aprobación	CARLOS JULIO MORENO AVILA		CENTRO DE DISEÑO TECNOLOGICO INDUSTRIAL. REGIONAL VALLE	25/11/2012

SENA siga

PROCESO DE DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

VERSION: 3

CÓDIGO: GFPI-PL-001

FECHA DE DILIGENCIAMIENTO: 06 - 08 - 2026

REGIONAL:	27 Choco	CENTRO DE FORMACIÓN:	9522 Centro de Recursos Naturales, Industria y Biodiversidad	CIUDAD/MUNICIPIO:	Quibdo

Tema: carrera continua veinte minuto fuerza localizada

No.	TIPO DE DOCUMENTO DE IDENTIDAD	NÚMERO DOCUMENTO IDENTIDAD	NOMBRES	APELLIDOS	PROGRAMA DE FORMACION	CORREO ELECTRONICO	TELÉFONO	FIRMA
1	CC	4792189	Adan	Hurtado Moreno			3247632769	Adan
2	CC	[illegible]	Angel willintong	Perteria pinilla			3277632769	Angel
3	CC	1077[illegible]	Dayfer	Palma cordoba			3104003029	Dayfer
4	CC	1077[illegible]	Deiner	Cordoba mosquera			3117534183	Deiner
5	CC	1077[illegible]	Diana marcela	Duque y martinez			3136069229	Diana
6	CC	1077[illegible]	Didier andres	ormetia cordoba			3104530769	Didier
7	CC	12022054	Edwin	Perteria cordoba			3137452809	Edwin
8	CC	3566389	Elsa Maria	Mosquera Bolaños		mosquera.isabel34@gmail.com	3139115766	Elsa
9	CC	1077[illegible]367	Ferber	Serna Cordoba		ancizarlopez.nicolas.marino@gmail.com	3127088788	Ferber
10	CC	3558[illegible]	Flor Marina	Zamboa Moreno		ancizarlopez.nicolas.marino@gmail.com	3127088788	flor
11	CC	1131185193	Francelina	Becerra Peñaloza		becerra2267@gmail.com	3137396662	francelina
12	CC	48258[illegible]	Jose Cosme	Murillo mosquera				Jose
13	CC	9252[illegible]	Juan francisco	Vazquez Benitez		francisco vasquez1987@hotmail.com	3187690949	francisco
14	CC	1120365[illegible]	Leisy Monica	Cordoba mosquera			3176718945	Leisy
15	CC	1001[illegible]	Licenia	Asprilla Cuesta		Correo 29@gmail.com zice asprilla	3206566979	Licenia
16	CC	1077[illegible]	Luz yacity	Cordoba mosquera			3136541823	Luz
17	CC	1077[illegible]	Maria de la cruz	Serna cordoba		maria de la cruz serna cordoba gmail	3215232077	Maria
18	CC	1077[illegible]	Myria	Moreno perteria			3116734071	Myria
19	CC	1077[illegible]	Melissa	Perteria Hinestroza			3113654881	Melissa
20	CC	1077[illegible]	Natalio	Chaverra Cuesta			3113529880	Natalio

Consentimiento de prueba: es la manifestación libre, voluntaria y expresa, que da por escrito o vía web, un aspirante a la formación en el SENA, autorizando que se le realice una prueba de selección, cuyo resultado deberá consignarse en su registro.

GFPI-PL-001

Powered by CamScanner

SENA siga

PROCESO DE DIRECCIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

VERSION: 3

CÓDIGO: GFPI-PL-001

FECHA DE DILIGENCIAMIENTO : 06-08-2026

REGIONAL:	27 Choco	CENTRO DE FORMACIÓN:	9522 Centro de Recursos Naturales, Industria y Biodiversidad	CIUDAD/MUNICIPIO:	Quibdo

Tema: carrera continua veinte minuto fuerza localizada

No:	TIPO DE DOCUMENTO DE IDENTA	NÚMERO DOCUMENTO IDENTIDAD	NOMBRES	APELLIDOS	PROGRAMA DE FORMACION	CORREO ELECTRONICO	TELÉFONO	FIRMA
1	cc	35890760	Alexandra	Palacios chaverra	sena	anyilopolina4lopez2510@gmail.com	3147322523	alexandra
2	cc	1076333939	anyi carolina	lopez caceres	sena	alexandrapalacioschaverra@gmail.com	316762408O	Anyi Carol
3	cc	1076448452207	Anyi Paola	lopez caceres	sena	anyipaola lopez31@gmail.com	3126202547	anyi P L.
4	cc	1076338321659	Ayda maria	murillo Agoilar	sena	aydanuriamurillo@gmail.com	3156722107	Ayda Maria
5	cc	26275091	Berta maria	cordoba Mena	sena	carmenmurillomurillo@gmail.com	34843 6599	Berta cordo
6	cc	1077857436	carmen eliza	murillo murillo	sena	carmenmurillomurillo@gmail.com	3237014559	Carmen E.M
7	cc	1076336510	cary tatiana	murillo murillo	sena	carytatianamurillo@gmail.com	3126725904	Cary tatiana
8	cc	35698044	Clara ines	cruz, moreno	sena		313 902 2823	clara ines
9	cc	39404452	claudia maritza	cuesta	sena	claudiamaritzamosquera17@gmail.com	3237402805	claudia
10	cc	32195823	damary	morales vivas	sena	damarymorales@gmail.com	3104361012	damary m
11	cc	1076334042	Derly yulieth	Rivas valencia	sena	derly yulieth rivas@gmail.com	3105046378	Daly yolet
12	cc	1143979379	Diana marcela	Rivas murillo	sena	diana marcelarivas17@gmail.com	3178879179	DIANA M
13	cc	1079092851	Doris Alicia	murillo Rivas	sena		3147622341	DORIS ALICIA
14	cc	35578073	Elvia maria	Morillo Rivas	sena	elviamorillo@gmail.com	3111076325	ELVIA M
15	cc	26251726	Francia Elena	arriaga Blandon	sena		3126758372	Francia
16	cc	1077477417	laura yiseth	rengifo palacio	sena	laurayiseth.18@gmail.com	3139179 81	Laura Y.
17	cc	1079092575	leidy yoleth	murillo V	sena	leidyyolethmurillo@gmail.com	3146197804	Leidy Yoleth
18	cc	1077476912	luz yecenia	Gamboa Romaña	sena	gamboa2000@gmail.com	3203062423	LUZ YESENIA
19	cc	1077200210	maria bernarda	chaverra C.	sena		3143289596	maria bernarda
20	cc	35790111	maria julia	Aguilar A	sena	mariajulia@gmail.com	3104372801	Murio.

Consentimiento de prueba: es la manifestación libre, voluntaria y expresa, que da por escrito o vía web, un aspirante a la formación en el SENA, autorizando que se le realice una prueba de selección, cuyo resultado deberá consignarse en su registro

Powered by CamScanner

TIEMPO ACT. APOYO A LA FORMACION

INSTRUCTOR: ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS

CENTRO DE FORMACIÓN: CENTRO DE RECURSOS NATURALES, INDUSTRIA Y BIODIVERSIDAD

FECHA INICIAL: 01/08/2026 00:00:00

FECHA FINAL: 31/08/2026 23:59:59

ACTIVIDADES ACADÉMICAS

FICHA DE APRENDIZAJE: 3584823 - ESTRUCTURACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Entrenar deportistas según estándar técnico-táctico

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

RA1 - ANALIZAR LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS DEPORTISTAS SEGÚN ESTÁNDARES TÉCNICOS.

RA2 - ELABORAR PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO CONFORME A ESTÁNDARES TÉCNICO-TÁCTICOS.

RA3 - IMPLEMENTAR PLANES DE ENTRENAMIENTO AJUSTADO LAS NECESIDADES DEL DEPORTISTA

RA4 - EVALUAR EL IMPACTO DE LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO BAJO CRITERIOS ESTABLECIDOS.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 63,70

FICHA DE APRENDIZAJE: 3584812 - ESTRUCTURACION DE PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

• COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Entrenar deportistas según estándar técnico-táctico

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

RA1 - ANALIZAR LAS CARACTERÍSTICAS DE LOS DEPORTISTAS SEGÚN ESTÁNDARES TÉCNICOS.

RA2 - ELABORAR PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO CONFORME A ESTÁNDARES TÉCNICO-TÁCTICOS.

RA3 - IMPLEMENTAR PLANES DE ENTRENAMIENTO AJUSTADO LAS NECESIDADES DEL DEPORTISTA

RA4 - EVALUAR EL IMPACTO DE LOS PLANES DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO BAJO CRITERIOS ESTABLECIDOS.

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 91,60

TOTAL HORAS ACTIVIDADES ACADÉMICAS: 155,30

EVENTOS DE DIVULGACIÓN TECNOLÓGICA - EDT´s

FICHA	FECHA INICIO	FECHA FINAL	EVENTO	HORAS

TOTAL TIEMPO EDT´s: 0,00

ACTIVIDADES ADICIONALES

FECHA INICIAL	FECHA FINAL	ACTIVIDAD	HORAS

TOTAL ACTIVIDADES ADICIONALES: 0,00

INSTRUCTOR: ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS

CENTRO DE FORMACIÓN: CENTRO DE RECURSOS NATURALES, INDUSTRIA Y BIODIVERSIDAD

PROCURADURÍA GENERAL DE LA NACIÓN
COLOMBIA

CERTIFICADO DE ANTECEDENTES

CERTIFICADO ORDINARIO
No. 301488867

PIB
11:18:51

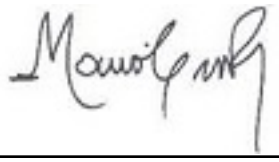
Bogotá DC, 20 de agosto del 2026

La PROCURADURIA GENERAL DE LA NACIÓN certifica que una vez consultado el Sistema de Información de Registro de Sanciones e Inhabilidades (SIRI), el(la) señor(a) ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS identificado(a) con Cédula de ciudadanía número 11805548:

NO REGISTRA SANCIONES NI INHABILIDADES VIGENTES

ADVERTENCIA: La certificación de antecedentes contiene las anotaciones de las sanciones o inhabilidades que se encuentren vigentes. Cuando se trate de nombramiento o posesión en cargos que exijan para su desempeño ausencia de antecedentes, se certificarán todas las anotaciones que figuren en el registro. Anterior, de acuerdo a los incisos 3o. y 4o. del artículo 238 Ley 1952 de 2019.

NOTA: El certificado de antecedentes disciplinarios es un documento que contiene las anotaciones e inhabilidades generadas por sanciones penales, disciplinarias, inhabilidades que se deriven de las relaciones contractuales con el estado, de los fallos con responsabilidad fiscal, de las decisiones de pérdida de investidura y de las condenas proferidas contra servidores, ex servidores públicos y particulares que desempeñen funciones públicas en ejercicio de la acción de repetición o llamamiento en garantía. **Este documento tiene efectos para acceder al sector público, en los términos que establezca la Constitución Politica y la ley particular o demás disposiciones vigentes.** El Sistema SIRI reporta como antecedentes solamente las sanciones con debida ejecutoria recibidas de las autoridades nacionales colombianas. En caso de nombramiento o suscripción de contratos con el Estado, es responsabilidad de la Entidad, validar la información de antecedentes del aspirante en la página web: https://www.procuraduria.gov.co/Pages/certificado-antecedentes.aspx



Mario Enrique Castro González
Jefe División de Relacionamiento Con El Ciudadano (C)

ATENCIÓN :
ESTE CERTIFICADO CONSTA DE 01 HOJA(S), SOLO ES VALIDO EN SU TOTALIDAD. VERIFIQUE QUE EL NUMERO DEL CERTIFICADO SEA EL MISMO EN TODAS LAS HOJAS.

CONTRALORÍA
GENERAL DE LA REPÚBLICA

LA CONTRALORÍA DELEGADA PARA RESPONSABILIDAD FISCAL , INTERVENCIÓN JUDICIAL Y COBRO COACTIVO

CERTIFICA:

Que una vez consultado el Sistema de Información del Boletín de Responsables Fiscales 'SIBOR', hoy jueves 20 de agosto de 2026, a las 10:24:15, el número de identificación, relacionado a continuación, NO SE ENCUENTRA REPORTADO COMO RESPONSABLE FISCAL.

Tipo Documento	Cédula de Ciudadanía
No. Identificación	11805548
Código de Verificación	11805548260820102415

Esta Certificación es válida en todo el Territorio Nacional, siempre y cuando el tipo y número consignados en el respectivo documento de identificación, coincidan con los aquí registrados.

De conformidad con el Decreto 2150 de 1995 y la Resolución 220 del 5 de octubre de 2004, la firma mecánica aquí plasmada tiene plena validez para todos los efectos legales.

HERNÁN GUILLERMO JOJOA SANTACRUZ
Contralor Delegado

Generó: WEB

POLICÍA NACIONAL
DE COLOMBIA

Consulta en línea de Antecedentes Penales y Requerimientos Judiciales

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que siendo las 11:56:46 AM horas del 20/08/2026, el ciudadano identificado con:
Cédula de Ciudadanía Nº **11805548**
Apellidos y Nombres: **CUESTA SALAS ARNOLD ENRIQUE**

NO TIENE ASUNTOS PENDIENTES CON LAS AUTORIDADES JUDICIALES
de conformidad con lo establecido en el artículo 248 de la Constitución Política de Colombia.

En cumplimiento de la Sentencia SU-458 del 21 de junio de 2012, proferida por la Honorable Corte Constitucional, la leyenda "NO TIENE ASUNTOS PENDIENTES CON LAS AUTORIDADES JUDICIALES" aplica para todas aquellas personas que no registran antecedentes y para quienes la autoridad judicial competente haya decretado la extinción de la condena o la prescripción de la pena.

Esta consulta es válida siempre y cuando el número de identificación y nombres, correspondan con el documento de identidad registrado y solo aplica para el territorio colombiano de acuerdo a lo establecido en el ordenamiento constitucional.

Si tiene alguna duda con el resultado, consulte las **preguntas frecuentes** o acérquese a las instalaciones de la **Policía Nacional** más cercanas.

DIJIN

Dirección: Avenida El Dorado # 75 – 25 barrio Modelia, Bogotá D.C.
Atención administrativa: Lunes a Viernes 8:00 am a 12:00 pm y 2:00 pm a 5:00 pm
Línea de atención al ciudadano: 5159700 ext. 30552 (Bogotá)
Resto del país: 018000 910 112
E-mail: dijin.araic-atc@policia.gov.co

Presidencia de la República

Ministerio de Defensa Nacional

Portal Único de Contratación

GOV.CO

Todos los derechos reservados.

Policía Nacional de Colombia

(Default.aspx)

Portal de Servicios al Ciudadano PSC

Sistema Registro Nacional de Medidas Correctivas RNMC

Consulta Ciudadano

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que a la fecha, 20/08/2026 02:02:33 p. m. el ciudadano con Cédula de Ciudadanía Nº. **11805548** y Nombre: **ARNOLD ENRIQUE CUESTA SALAS.**

NO TIENE MEDIDAS CORRECTIVAS PENDIENTES POR CUMPLIR.

De conformidad con la Ley 1801 de 2016 "Por la cual se expide el Código Nacional de Seguridad y Convivencia Ciudadana". Registro interno de validación No. **146066813** . La persona interesada podrá verificar la autenticidad del presente documento a través de la página web institucional digitando https://www.policia.gov.co, menú ciudadanos/ consulta medidas correctivas, con el documento de identidad y la fecha de expedición del mismo. Esta consulta es válida siempre y cuando el número de cédula corresponda con el documento de identidad suministrado.

Nueva Busqueda | Imprimir

Policía Nacional de Colombia
Dirección General - Carrera 59 # 26 - 21
Centro Administrativo Nacional CAN , Bogotá D.C
Línea de atención: 018000-910112

GOV.CO