INFORME DE ACTIVIDADES No. XXX

NOMBRE DEL CONTRATISTA:	**Elkin Darío Peñata Herrera**
N° DEL CONTRATO:	**CPS-133 -2026.**
DISCIPLINA/MODALIDAD DEPORTIVA:	**Tenis de Mesa**
ESCENARIO DE ENTRENAMIENTO:	**Salón de tenis de mesa – Club Urabá**
PERIODO DE ACTIVIDADES:	**19 de agosto al 19 de septiembre**

EJECUCIÓN DE LAS OBLIGACIONES CONTRACTUALES

1. **DISEÑAR, PLANIFICAR Y EJECUTAR LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO, SEGÚN LA DISCIPLINA O MODALIDAD ASIGNADA; GARANTIZANDO LA PARTICIPACIÓN EN LAS DIFERENTES CATEGORÍAS EN EVENTOS Y COMPETENCIAS INSTITUCIONALES A NIVEL LOCAL, MUNICIPAL, REGIONAL, DEPARTAMENTAL Y NACIONAL, ASÍ COMO A EVENTOS POR INVITACIÓN DE LAS LIGAS DEPORTIVAS CONFORME AL REGLAMENTO VIGENTE.**

   Instrucción: Se debe relacionar en el cuadro, el número de Microciclo anexado, el objetivo de cada Microciclo y describir el plan de entrenamiento que llevó a cabo para cumplir con el objetivo propuesto.

   Nota 1: Anexar el Macrociclo, solo en el primer informe.

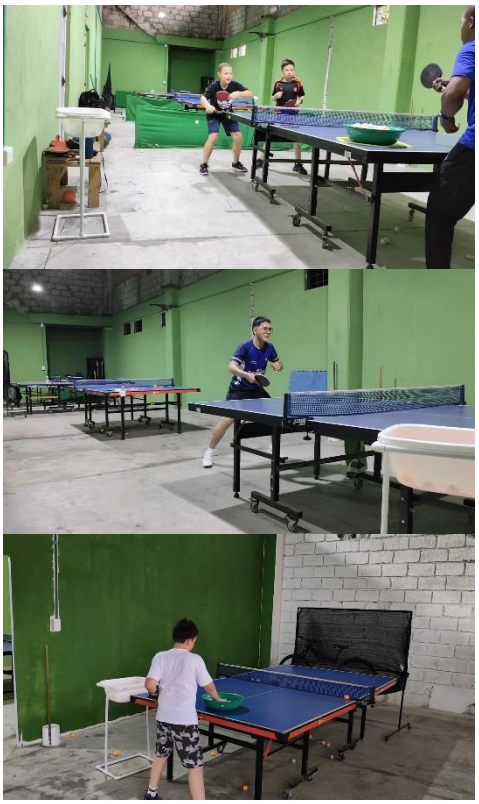
   Nota 2: Anexar mes a mes los Microciclos correspondientes al periodo, los cuales deberán tener el visto bueno del metodólogo deportivo.

NÚMERO DE MICROCICLO	OBJETIVO DEL MICROCICLO	¿QUÉ HIZO PARA CUMPLIR EL OBJETIVO? (Describa el plan de entrenamiento)
1	Reactivar física y técnicamente al jugador sin sobrecargarlo	Se plantean ejercicios orientados a que el deportista recupere la capacidad de coordinar el tiempo en aire de la pelota con sus golpes, esto de manera paulatina mientras recupera el estado óptimo.
2	Reactivar física y técnicamente al jugador sin sobrecargarlo	Se plantean ejercicios orientados a que el deportista recupere la capacidad de coordinar el tiempo en aire de la pelota con sus golpes, esto de manera paulatina mientras recupera el estado óptimo, a diferencia del anterior se aumenta la carga de trabajo

3	Enfatizar el afianzamiento técnico sobre los gestos, estimulo en la capacidad de transferencia de fuerza para ejecución efectiva de los golpes.	Se sigue trabajando en la consistencia de los golpes, realizando intervenciones para corregir la técnica y el patrón de movimiento de pies
4	Énfasis de trabajo sobre la consistencia de golpes con efecto, estimulo sobre el trabajo de pies	Se sigue trabajando en la consistencia de los golpes, realizando intervenciones para corregir la técnica y el patrón de movimiento de pies, se emplea el multibolas como herramienta base para el volumen de trabajo.
5	Énfasis de trabajo sobre la consistencia de servicios con efecto, estimulo sobre el trabajo de pies en respuesta a terceras y quintas pelotas	Se trabajan encadenamientos entre golpes, con el objetivo de ganar movilidad y versatilidad en el desarrollo del juego.

- Anexe las evidencias fotográficas de las sesiones de entrenamiento realizadas **(mínimo 15 fotos, de diferentes sesiones de entrenamiento)**.

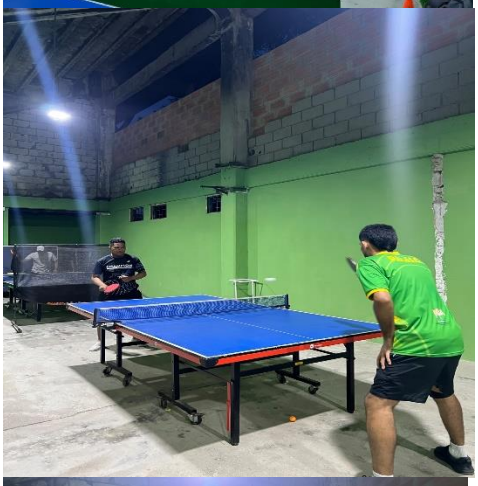


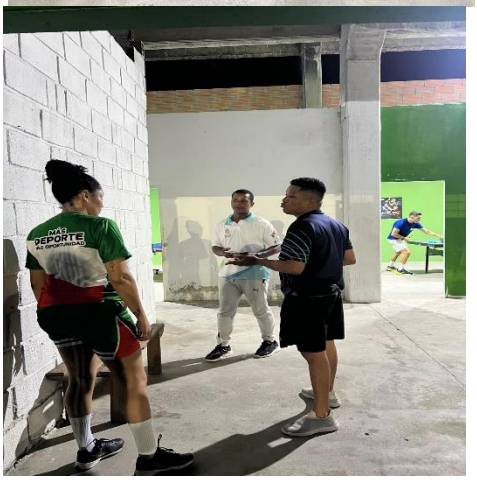










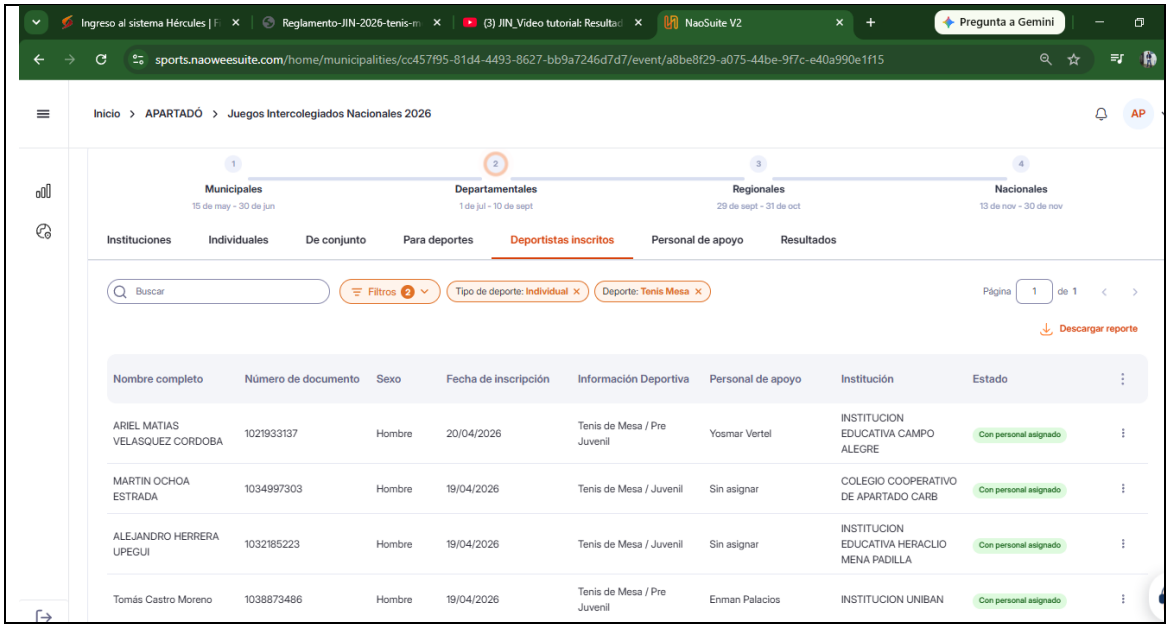



2. **REALIZAR DE MANERA OPORTUNA Y CORRECTA LAS INSCRIPCIONES Y LOS ADJUNTOS DE LOS DEPORTISTAS Y EQUIPOS EN LAS PLATAFORMAS OFICIALES DE LOS JUEGOS INTERCOLEGIADOS, JUEGOS ESCOLARES, JUEGOS REGIONALES Y DEPARTAMENTALES, DE LOS PROGRAMAS DE DEPORTE FORMATIVO DE INDEPORTES ANTIOQUIA Y DEMÁS EVENTOS INSTITUCIONALES.**

Instrucción 1: Diligencie la información del proceso de inscripción realizado en las plataformas oficiales de los juegos y demás eventos institucionales.

EVENTO DEPORTIVO	FASE DEL EVENTO DEPORTIVO	NÚMERO DE DEPORTISTAS INSCRITOS	DOCUMENTOS ADJUNTOS EN LA PLATAFORMA
Final departamental juegos intercolegiados Girardota 2026	**Final departamental**	**2**	**Documentos adjuntados según solicitud de plataforma**
Juegos deportivos departamentales	**Regional**	**9**	**Documentos adjuntados según solicitud de plataforma**

Instrucción 2: Mencione en el cuadro, las novedades presentadas dentro del proceso de inscripción y el estado de los deportistas inscritos.



Exportar a Excel | Exportar con Campos | Exportar Fichas | 10 Pers

Nombre	Documento	Rol	Organización	Regional	Estado	Accio...
Alejandro Herrera Upegui	1032185223	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Andres Mauricio Ortiz Espinoza	1128265232	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Ariel Matias Velasquez Cordoba	1021933137	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Catalina Bedoya Alzate	1128265975	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Cristobal Peñata Herrera	1028020638	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Jorge Eliecer Gomez Garcia	1128403927	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Martin Ochoa Estrada	1034997303	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Yesica Alexandra Torres Castaño	1045504346	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Yorleidys Peñata Herrera	1028005235	Deportista	APARTADÓ	Urabá		
Yosimar Andrés Vertel Escobar	1003395050	Entrenador(a)	APARTADÓ	Urabá		

3. ASISTIR A LAS REUNIONES, CAPACITACIONES, TALLERES, SEMINARIOS O CHARLAS FORMATIVAS, QUE SE REALICEN POR INVITACIÓN DEL ÁREA ADMINISTRATIVA DEL IMDER APARTADÓ.

Instrucción: Relacione el evento formativo al cual asistió **(en orden de fecha, de menor a mayor)**, así como el tema tratado, la fecha y quien realizó la invitación.

Nota 1: Deberá asistir al 100% de los eventos formativos a los que sea invitado por parte del Imder; de no ser posible, deberá presentar al supervisor de su contrato, una excusa válida antes del evento.

EVENTO FORMATIVO ASISTIDO	TEMA TRATADO	FECHA DEL EVENTO	NOMBRE / CARGO DE QUIEN REALIZA LA INVITACIÓN
Reunión general juegos regionales	**Logística juegos regionales y varios**	**11/09/2026**	**Gerencia Imder**

- Anexe las evidencias fotográficas de los eventos asistidos **(Se validará su asistencia)**.





4. BRINDAR ACOMPAÑAMIENTO TÉCNICO, DEPORTIVO Y DE COMPETENCIA EN LOS EVENTOS INSTITUCIONALES DONDE PARTICIPA EL IMDER APARTADÓ O POR INVITACIÓN DE LA LIGA DE SU DISCIPLINA.

Instrucción: Describa su participación en los eventos institucionales o de la liga de su disciplina, en los cuales brindó acompañamiento técnico, deportivo y/o de competencia.

Nota: Deberá colocar el nombre, la fecha y el lugar donde se llevó a cabo el evento.

Acompañamiento técnico y de competencia a el equipo representativo en la categoría juvenil en la final departamental de juegos intercolegiados que se realizó en Girardota – Antioquia del 18 de agosto al 23 de agosto de 2026 Participación en modalidad individual, modalidad de dobles y modalidad de equipos

- Anexe las evidencias fotográficas de su participación en los eventos institucionales o de la liga de su disciplina **(mínimo 5 fotografías).**









5. **ATENDER DE MANERA OPORTUNA, LAS OBSERVACIONES Y/O RECOMENDACIONES PRESENTADAS POR EL COORDINADOR DEPORTIVO, METODÓLOGO DEPORTIVO Y/O SUPERVISOR DEL IMDER APARTADÓ, RELACIONADAS CON LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO O LOS DOCUMENTOS REQUERIDOS PARA SUSTENTAR EL TRABAJO REALIZADO.**

Instrucción: Describa las observaciones presentadas en el periodo, por el metodólogo deportivo y/o supervisor de su contrato y de qué manera fueron atendidas por usted.

No se presentaron observaciones por parte del personal señalado.

6. **INFORMAR AL SUPERVISOR DEL CONTRATO, CUANDO DEBA AUSENTARSE POR DIFERENTES RAZONES, INCLUYENDO LA PREPARACIÓN DE DEPORTISTAS Y/O PARTICIPACIÓN EN EVENTOS DEPORTIVOS FUERA DEL MUNICIPIO, YA SEA EN REPRESENTACIÓN DEL IMDER APARTADÓ O LA LIGA DE SU DISCIPLINA.**

Instrucción 1: Deberá informar por escrito al supervisor de su contrato, cuando tenga que salir fuera del municipio, impidiendo esto el cumplimiento de alguna de sus obligaciones contractuales.

Instrucción 2: Diligencie la información solicitada en el cuadro, cuando su salida fuera del municipio se deba a la participación en algún evento deportivo.

EVENTO DEPORTIVO ASISTIDO	LUGAR DEL EVENTO	FECHA DEL EVENTO	ENTIDAD A LA QUE REPRESENTA
Final departamental juegos intercolegiados Girardota 2026	**Girardota**	**18 al 23 de agosto**	**Imder Apartadó**

- Anexe las evidencias fotográficas de su participación en los eventos institucionales, fuera del municipio de Apartadó **(mínimo 5 fotografías).**

7. **COMUNICAR DE MANERA OPORTUNA, LAS CIRCUNSTANCIAS QUE SURJAN EN EL DESARROLLO DEL CONTRATO Y QUE PUEDAN AFECTAR EL OBJETO CONTRACTUAL, LA CALIDAD DEL SERVICIO O EL CORRECTO CUMPLIMIENTO DE LAS OBLIGACIONES CONTRACTUALES Y SUGERIR LAS POSIBLES SOLUCIONES.**

Instrucción: Mencione las circunstancias presentadas en el periodo, que pudieron afectar el correcto cumplimiento de las obligaciones contractuales y sugiera las posibles soluciones.

CIRCUNSTANCIAS PRESENTADAS	SUGERENCIAS
No existen circunstancias que hayan impedido el desarrollo del objeto contractual.	No hay sugerencias.

- Anexe las evidencias fotográficas que sean necesarias.
-

8. **PRESENTAR INFORMES MENSUALES A MÁS TARDAR DIEZ (10) DÍAS DESPUÉS DEL CUMPLIMIENTO DEL PERIODO DE ACTIVIDADES, ANTE EL ÁREA DE SUPERVISIÓN CONTRACTUAL ASIGNADA.**

Instrucción 1: Marque una **X** en los documentos que está anexando en cada periodo de ejecución de actividades y en los que no, según corresponda.

No.	DOCUMENTOS ANEXOS	SI	NO
1	Cuenta de cobro		
2	Planilla de liquidación de la seguridad social		
3	Soporte de pago original de la seguridad social		
4	Informe de ejecución de actividades		
5	Macrociclo de entrenamiento		
6	Microciclos de entrenamiento		
7	Planillas de asistencia a entrenamientos		
8	Otros (menciónelos)		

Instrucción 2: Deberá colocar la fecha en que realizó el cargue del informe de actividades con sus respectivos anexos en la plataforma de SECOP II, y la fecha en que envió el correo de confirmación a la entidad.

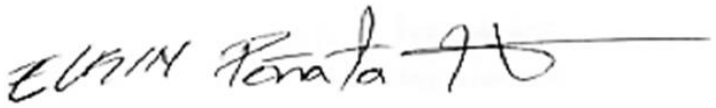
	FECHA
CARGUE DE DOCUMENTOS EN SECOP II	
CONFIRMACIÓN MEDIANTE EL CORREO ELECTRÓNICO	

9. DILIGENCIAR Y ENTREGAR OPORTUNAMENTE CRONOGRAMAS, ESPECIFICANDO LUGAR Y HORA DE EJECUCIÓN DE ACTIVIDADES MENSUALES, FORMATOS DE INFORMES TÉCNICOS, ANÁLISIS DE LOS PROCESOS DEPORTIVOS U OTROS REQUERIMIENTOS SOLICITADOS POR EL SUPERVISOR.

Instrucción 1: Deberá colocar la fecha en que realizó el envío del cronograma de entrenamientos

	PERIODO	FECHA
ENVIÓ DEL CRONOGRAMA DE ENTRENAMIENTOS		
ENVIÓ DE OTROS REQUERIMIENTOS SOLICITADOS POR EL SUPERVISOR		

Instrucción 2: Cuando participe en un evento deportivo, en representación del IMDER Apartadó, de la Liga o la Federación de su disciplina, deberá redactar un informe técnico adicional (con evidencias fotográficas), donde describa detalladamente su participación, logros obtenidos en su representación del municipio o logros obtenidos en representación del departamento o del país.



_____

Elkin Darío Peñata Herrera

C.C. 8324979