| | FUERZA AEROESPACIAL COLOMBIANA | CÓDIGO: | DE-DEAJU-FR-047 |
|---|---|---|---|
| | FORMATO INFORME DE SUPERVISIÓN BIENES Y SERVICIOS EN GENERAL - CONTRATOS, CONVENIOS U ÓRDENES DE COMPRA | VERSIÓN No. | 02 |
| | | VIGENCIA: | 08-09-2026 |

## 1. DATOS GENERALES DEL CONTRATO O CONVENIO

| | |
|---|---|
| **Unidad y/o Dependencia** | EMAVI - GRUCA |
| **Fecha del informe** | Día: 05 Mes: 10 Año: 2026 |
| **Tipo de informe** | Parcial: X Final: |
| **Periodo evaluado** | Mes: Septiembre Año: 2026 |
| **Número de Contrato** | 004-13-J-EMAVI-GRUCA-2026 |
| **Contratista** | JHOISER ASDRUBAL RIVERA BASTIDAS |
| **Objeto** | PRESTACIÓN DE SERVICIOS TÉCNICOS Y/O TECNOLOGOS PARA ENTRENAMIENTO DEPORTIVO DEL PERSONAL DE ALFÉRECES Y CADETES DE LA EMAVI. LOTE 14 – VOLEIBOL. |
| **Valor del Contrato** | $ 31.000.000 [Treinta y Un Millones M/cte.] |
| **Fecha Suscripción** | Día: 22 Mes: Enero Año: 2026 |
| **Plazo de Ejecución** | Día: 31 Mes: Octubre Año: 2026 |

**Forma de Pago**

| PAGOS | PAC MES | VALOR MENSUAL | PORCENTAJE DE EJECUCION |
|---|---|---|---|
| FEBRERO | PAC ABRIL | $3.797.500,00 | 12.25% |
| MARZO | PAC MAYO | $3.797.500,00 | 12.25% |
| ABRIL | PAC JUNIO | $3.797.500,00 | 12.25% |
| MAYO | PAC JULIO | $3.797.500,00 | 12.25% |
| JUNIO | PAC AGOSTO | $3.797.500,00 | 10.02% |
| JULIO | PAC SEPTIEMBRE | $3.797.500,00 | 10.02% |
| AGOSTO | PAC OCTUBRE | $3.797.500,00 | 10.02% |
| SEPTIEMBRE | PAC NOVIEMBRE | $3.797.500,00 | 10.02% |
| OCTUBRE | PAC DICIEMBRE | $3.797.500,00 | 10.02% |
| **VALOR TOTAL DEL PRESUPUESTO LOTE 14** | | $34.177.500,00 | 100% |

## 2. CUMPLIMIENTO CONDICIONES INICIO EJECUCIÓN CONTRATO O CONVENIO

| | |
|---|---|
| **Registro Presupuestal** | No.: 20026 Día: 27 Mes: ENERO Año: 2026 |
| **Oficio Aprobación Vigencias Futuras (si aplica)** | NO APLICA |
| **Registro Presupuestal VF** | NO APLICA |
| **Aprobación Garantía de Cumplimiento** | Día: 22 Mes: ENERO Año: 2026 |
| **Aprobación Garantía Responsabilidad Civil Extracontractual** | NO APLICA |
| **Aprobación - Otras Garantías (Póliza Aeronáutica, Póliza de Transporte)** | NO APLICA |
| **Acta de Inicio de Ejecución (si aplica)** | Día: 02 Mes: FEBRERO Año: 2026 |

## 3. MODIFICATORIOS / SUSPENSIONES

| PRIMER MODIFICATORIO | |
|---|---|
| **Fecha firma Modificatorio** | Día: 19 Mes: 06 Año: 2026 |
| **Objeto de la Modificación** | Se realiza adición al contrato por apoyo presupuestal, por un valor de $3.177.500 y se modifica el plazo de ejecución a fecha 06 de noviembre de 2026. |
| **Valor Adicionado / reducción (Si aplica)** | $3.177.500 |
| **Nuevo Valor Contrato** | $34.177.500 |
| **Nuevo Plazo ejecución (Si aplica)** | Día: 06 Mes: 11 Año: 2026 |

| | |
|---|---|
| **Registro Presupuestal Ajustado** | No. 20026 Día: 07 Mes: 01 Año: 2026 |
| **Aprobación Garantía Cumplimiento Modificatorio (si aplica)** | Día: 02 Mes: 07 Año: 2026<br>Nueva vigencia hasta el 30/04/2026<br>Nuevo valor asegurado $10.253.250,00 |
| **Aprobatorio Garantía RCE Modificatorio (si aplica)** | NO APLICA |
| **Aprobación - Otras Garantías** | NO APLICA |

| **PRIMERA SUSPENSIÓN** | |
|---|---|
| **Fecha firma** | NO APLICA |
| **Objeto de la Suspensión** | NO APLICA |
| **Reinicio** | NO APLICA |
| **Observaciones** | NO APLICA |

## 4. PERSONAL REQUERIDO PARA LA EJECUCIÓN DEL CONTRATO O CONVENIO (EXIGIDO EN LAS ESPECIFICACIONES TÉCNICAS)

| NOMBRES Y APELLIDOS | CARGO | OTROS (TARJETA PROFESIONAL/TÍTULO PROFESIONAL O TÉCNICO) |
|---|---|---|
| **JHOISER ASDRUBAL RIVERA BASTIDAS** | **ENTRENADOR VOLEIBOL** | **PROFESIONAL EN CIENCIAS DEL DEPORTE** |

## 5. ESTADO DE EJECUCIÓN (PLAZO VS CUMPLIMIENTO)

| | |
|---|---|
| **Avance Físico** | [88,48] % |
| **Avance en Tiempo** | [88,48] % |
| **Estado del Contrato** | En ejecución: **X** Ejecutado: Suspendido: |
| **Cumplimiento general** | Sí **X** No |

## 6. ESTADO FINANCIERO

| | |
|---|---|
| **Valor del Contrato** | $ 34.177.500 |
| **Valor y Porcentaje de Pagos realizados** | $ 26.582.500 ([79,6] %) |
| **Valor y Porcentaje de Pagos pendientes de realizar** | $ 7.595.000 ([20,4] %) |

| Pago No. | Fecha Acta Recibo a Satisfacción | No Factura y Fecha | Valor Tramitado | No Orden de Pago y fecha | Valor Pagado | No. soporte y fecha (SAP) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 27-feb-2026 | Cuenta de Cobro No. 001 (27-feb-26) | $3.797.500 | 110555726 2026-04-09 | $3.778.512 | 1002385771 |
| 2 | 31-mar-2026 | Cuenta de Cobro No. 002 (31-mar-26) | $3.797.500 | 143229526 2026-04-29 | $1.716.940,56 | 1002395553 |
| | | | | 152347426 2026-05-08 | $2.080.559,44 | 1002395553 |
| 3 | 01-may-2026 | Cuenta de Cobro No. 003 (01-may-26) | $3.797.500 | 200184726 2026-06-04 | $3.778.512 | 1002415680 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 4 | 01-jun-2026 | Cuenta de Cobro No. 004 (01-jun-26) | $3.797.500 | 237439726 2026-06-26 | $3.778.512 | 1002430380 |
| 5 | 01-jul-2026 | Cuenta de Cobro No. 005 (01-jul-26) | $3.797.500 | 283788626 2026-07-28 | $3.778.512 | 1002445476 |
| 6 | 31-jul-2026 | Cuenta de Cobro No. 006 (31-jul-26) | $3.797.500 | 332093526 2026-08-26 | $3.778.512 | 1002463457 |
| 7 | 31-ago-2026 | Cuenta de Cobro No. 007 (31-ago-26) | $3.797.500 | 385599026 2026-09-25 | $3.778.512 | 1002476209 |
| | | | | **Total Pagos** | $26.582.500 | |

**ANEXOS SOPORTES DEL PAGO O PAGOS REALIZADOS DENTRO DEL PERIODO ANALIZADO EN EL PRESENTE INFORME DE SUPERVISIÓN (SOPORTES DE LA FACTURACIÓN).** NO APLICA

## 7. CUMPLIMIENTO CONTRACTUAL (Contratista / Entidad)

| | |
|---|---|
| **Objeto contractual** | Cumple: X No cumple: No aplica: |
| **Cronograma** (Adjuntar) | Cumple: X No cumple: No aplica: |
| **Especificaciones técnicas** | Cumple: X No cumple: No aplica: |
| **Pólizas vigentes y aprobadas en la Plataforma SECOP II** | Cumple: X No cumple: No aplica: |
| **Obligaciones contractuales generales y especificas** | Cumple: X No cumple: No aplica: |
| **Clausula Catalogación** | Cumple: No cumple: No aplica: X |
| **Clausula Offset** | Cumple: No cumple: No aplica: X |
| **Cargue facturas en Plataforma SECOP II** | Cumple: X No cumple: No aplica: |
| **Otras obligaciones de ejecución** (ponderables, entregables etc.). | Cumple: X No cumple: No aplica: |
| **Acta de Liquidación o Constancia de No Liquidación** | Cumple: No cumple: No aplica: X |
| **Otros** | NO APLICA |

### 7.1.1 DESCRIPCIÓN DETALLADA DE LAS ACTIVIDADES DESARROLLADAS E INFORME DE TRABAJOS REALIZADOS POR EL CONTRATISTA DENTRO DEL PERIODO ANALIZADO EN EL PRESENTE INFORME DE SUPERVISIÓN

| INFORME SOBRE EL DESARROLLO Y CUMPLIMIENTO DE LAS ACTIVIDADES CONVENIDAS | | |
|---|---|---|
| **OBLIGACIONES CONVENIDAS** | **CUMPLIMIENTO** | **OBSERVACIONES DEL SUPERVISOR** |
| 1. Elaboró plan de entrenamiento general para la disciplina deportiva VOLEIBOL. | CUMPLIÓ | La actividad se encuentra detallada en el informe de gestión presentado por el entrenador. |
| 2. Realizó el control de asistencia a través de planilla registrando debidamente cada falta. | CUMPLIÓ | La actividad se realizó sin novedad y se encuentra adjunta al informe de Gestión presentado por el Entrenador. |
| 3. Elaboró seguimiento individual a cada atleta | CUMPLIÓ | No hubo novedad en la actividad. |

| | | |
|---|---|---|
| 4. Realizó un plan de trabajo específico por atleta. | CUMPLIÓ | La actividad se realizó sin novedad. |
| 5. Fomentó la participación permitiendo la interacción con otros deportistas en el proceso de aprendizaje. | CUMPLIÓ | No hubo novedad en la actividad. |
| 6. Hizo uso adecuado del escenario Deportivo al interior de la escuela y dejarlo en perfecto orden y aseo luego de cada práctica. | CUMPLIÓ | La actividad se realizó sin novedad. |
| 7. Registró todas las actividades con evidencias del Desarrollo de los planes de entrenamiento, presentando un informe de gestión y un informe general a término de la contratación. | CUMPLIÓ | No hubo novedad en la actividad. |
| 8. Mantuvo al día el pago de seguridad social y entregó en tiempos establecidos la documentación contractual requerida para los pagos mensuales, previa coordinación con el supervisor de contrato. | CUMPLIÓ | Realizó el pago de la seguridad social sin novedad. |
| 9. Dictó la clase en excelente estado de presentación personal y asistió con todos los elementos de seguridad personal y bioseguridad. | CUMPLIÓ | La actividad se realizó sin novedad. |

### 7.1.2 DESCRIPCIÓN DETALLADA DE TRABAJOS PENDIENTES Y OBSERVACIONES

El contratista trabaja sobre una lista de tareas que se desarrollan según las necesidades de la disciplina deportiva durante el mes. Las actividades pendientes para ejecutar gradualmente se irán relacionando a medida que avanza el proceso en su ejecución.

## 8. INCUMPLIMIENTOS / NOVEDADES (Contratista / Entidad)

| | |
|---|---|
| **Contratista** | Sí: ___No: __X__ |
| **Entidad** | Sí: ___No: __X__ |

**Observaciones:** NO APLICA

## 9. SEGUIMIENTO A RIESGOS (MATRIZ)

| | |
|---|---|
| **¿Riesgos materializados?** | Sí: No: X |
| **¿Posible materialización de riesgos?** | Sí: No: X |

**Observaciones:** ____**NO APLICA**_____

## 10. CONCLUSIÓN EJECUTIVA

El contrato se está ejecutando con total normalidad, toda vez que el contratista está cumpliendo a cabalidad con los objetivos acordados, de igual manera, tampoco ha manifestado inconvenientes para continuar ejecutando el contrato,

ni intención de ceder o suspender el mismo. Por lo anteriormente expuesto, se continúa con el seguimiento de acuerdo con lo establecido en la minuta ya que no hay lugar a acciones adicionales.

## 11. FIRMA (S)

| | | |
|---|---|---|
| **Nombre del Supervisor** | T4. FLOREZ RUIZ NICOLAS MAURICIO | **C.C.** 1.110.602.295 |
| **Acto Administrativo Nombramiento** | Resolución No. 001 del 07 de enero de 2026 | |
| **Acta entrega fecha** | N/A | |
| **Tipo Novedad** | N/A | |
| **Dependencia:** | GRUPO CADETES – SECCIÓN BANDA SINFÓNICA MILITAR | |
| **Firma** | | |

ASOPAGOS s.a.

CONSTANCIA DE PAGO
Período Pensión: 2026-09
Período Salud : 2026-09

Se certifica que en la fecha 2026-09-22 la empresa FUERZA AEREA COLOMBIANA con documento de identificación NI 800141621 sucursal 01, canceló los aportes de seguridad social correspondientes al cotizante RIVERA BASTIDAS JHOISER ASDRUBAL identificado con CC-16858759, dirigido a las siguientes entidades administradoras:

| Datos Aportante | |
|---|---|
| Identificación | Razón Social |
| NI-800141621 | FUERZA AEREA COLOMBIANA |

| Datos Planilla | | | |
|---|---|---|---|
| Número Planilla | Tipo Planilla | Fecha de Pago | Tarifa Riesgos Laborales |
| 38476399 | Y | 2026-09-22 | 0,0696 |

| Datos Administradoras | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Tipo | NIT | Código | Nombre | Días |
| ARL | 860011153 | 14-23 | ARL - POSITIVA COMPANIA DE SEGUROS | 30 |

PAGADO

| **DATOS GENERALES** | |
|---|---|
| **Nombre Completo:** | Jhoiser Rivera Bastidas |
| **Documento de Identidad:** | 16858759 |
| **Cargo:** | Entrenador de Voleibol |
| **Correo Electrónico:** | Jriverabastidas69@gmail.com |
| **Número de contacto:** | 3154386285 |
| **Disciplina / Modalidad:** | Voleibol |

# INFORME TÉCNICO MENSUAL

## 1. OBJETIVOS PROGRAMADOS EN EL MES

| **ESTRUCTURA DEL PLAN 2026** | |
|---|---|
| **FASE 1** | **PREPARACIÓN GENERAL** |
| Febrero-abril | Desarrollo de la condición física |
| | Habilidades técnicas fundamentales |
| | Entrenamientos 4 /semana, 90-120 minutos/sección |
| **FASE 2** | **PREPARACIÓN ESPECIFICA** |
| Mayo-julio | Desarrollar habilidades específicas del voleibol |
| | Aprendizaje de las tácticas de juego |
| | Entrenamientos 4 /semana, 90-120 minutos/sección |
| **FASE 3** | **PRE-COMPETENCIA** |
| Agosto-septiembre | Estabilización de las habilidades especificas voleibol |
| | Desarrollo y estabilización técnico-táctica |
| | Partidos 2 /semana, 90-120 minutos/sección |
| **FASE 4** | **COMPETENCIA** |
| Octubre | Mantenimiento de la condición física y técnica |
| | Competencia auxiliar Amistad Universitaria 2026 |
| | Competencia principal: Inter escuelas |

| PLANEACIÓN SEPTIEMBRE | |
|---|---|
| **SEM 1** | **PREPARACIÓN GENERAL** |
| sept 1-5 | Elevar niveles en las capacidades físicas al 90% (fuerza, rapidez y resistencia) |
| | Adaptar de los elementos tácticos para su aplicación en el juego |
| | Mejoran capacidades comunicativas, poder de decisión |
| **SEM 1** | **PREPARACIÓN ESPECIFICA** |
| sept 7-12 | Ganar fuerza rápida |
| | Consolidar sistema de juego KII |
| | Realizar trasferencia de fuerza a potencia y rapidez |
| **SEM 2** | **TAREAS** |
| sept 14-19 | Establecer una dinámica de juego en contextos de juego real |
| | La comunicación y motivación pilares del grupo |
| | Interiorizar espíritu de lucha para alcanzar triunfos |
| **SEM 3** | **DESARROLLO DE FUERZA RAPIDA** |
| sept 21-26 | Elevar y trasferir los elementos de fuerza a fuerza rápida y velocidad |
| | Aplicar ar los sistemas táctico KI y KII para su aplicación en competencia |
| | Competencia auxiliar ¨Intercambio Amistad universitaria¨ |
| **SEM 4**<br>sept 28-30 | Trasferir las cargas de 50% al 65% del trabajo de fuerza rápida.<br>Evaluar los sistemas táctico KI y KII para su aplicación en competencia.<br>Partidos de estudio contra la USM. |

## 2. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES DESARROLLADAS

**1. Realizar actividades de transición en el ciclo de entrenamiento anterior**

1.1 Reacondicionamiento de la carga física al 50% del fortalecimiento muscular.

1.2 Se aplica la responsabilidad en el trabajo técnico individual y colectivo para establecer criterios roles dentro del equipo.

**2. Estructurar el plan de trabajo de fuerza**

2.1 Desarrollar y establecer los aumentos en la carga, para la mejora de la condición de fuerza individual y su aplicación en la competencia principal.

2.2Presentar informe donde se establecen las variables: partidos amistosos, partidos competencia y torneos auxiliares.

**3. Desarrollar e incrementar el sentido de pertenencia individual de los deportistas y trabajo en equipo que estarán en la competencia inter escuelas 2026**.

3.1Establecer, interiorizar y estabilizar en los deportistas, los movimientos técnicos y tácticos.

3.2Mantener la personalidad competitiva de los atletas, la comunicación, la colaboración la motivación constante en el equipo, a través de la comunicación asertiva en los entrenos, en los partidos amistosos y en competencia.

3.3Establecer el cuidado y mantenimiento del espacio de entrenamiento (cancha), para desarrollar el sentido de pertenencia en los cadetes.

**2. Desarrollar el plan de entrenamiento para el segundo semestre 2026**

**2.1** Aumentar el plan de trabajo de entrenamiento de voleibol para la preselección en la etapa pre competitiva.

**2.2** Desarrollar el plan de trabajo de fuerza explosiva de manera individual.

## PLAN DE TRABAJO SEMANA 1: SEPTIEMBRE 1-5

### PREPARACIÓN ESPECIFICA

- Desarrollo
  Se realiza los test de IMC y la evaluación
  Fuerza máxima y técnico

## DESARROLLO CAPACIDADES FÍSICAS ESPECIALES

Desarrollo de la condición física:

1. Fuerza se incrementa el trabajo al 65 % de la capacidad individual.
2. Fuerza explosiva se desarrollan movimientos salto.
3. Se desarrolla ejercicios de velocidad para aumentar las destrezas técnicas ejecutadas en voleibol.
4. Saltabilidad, se corrige las capacidades de salto en los cadetes para el desarrollo y aplicación en los movimientos de remate y bloqueo.

**Fase 1 : Fuerza máxima base**

**LUNES**

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 1-3 | Fase 1: Fuerza Maxima | Base. 4-5x3-5 reps. RPE 8. Desc 2-3min | Inferior: Sentadilla 5x5, PM R 4x6, Zancada Bul 3x8, Pant 4x12, Pallof 3x30s | Superior: Press Banca 5x5, Remo 4x6, Press Mil 4x5, Dominadas 4x6-8, Rotadores 3x15 | Unilateral: Sent Bul 4x6, Hip Thrust 4x6, Press Inc 4x6, Face Pull 3x15, Anti-rot 3x20s |

| | |
|---|---|
| | |
| **HABILIDADESTÉCNICAS FUNDAMENTALES**<br><br>Asimilar la técnica de los desplazamientos para la defensa de campo, el apoyo al bloqueo (cobertura), el ataque y apoyo., las destrezas enfocadas al desarrollo del sistema técnico KI y KII en pro de potenciar el equipo hacia un nivel de desempeño alto en competencia. | |

## PLAN DE TRABAJO SEMANA 2: SEPTIEMBRE 7-12

**TRABAJO FUERZA Y BASE TÉCNICO DEPORTIVO PARA VOLEIBOL :**
**FASE PRE COMPETENCIA**

OBJETIVO GENERAL
Planear y programar el desarrollo de fuerza explosiva, para tener como ganacia mejor salto, bloqueo y remate. Como punto de partido las acciones y situaciones en contextos reales de juego para los entrenos de la fase 2 del plan 2026 de la Escuela militar de aviación.

OBJETIVOS ESPECIFICOS
1. Preparar la selección de voleibol para participar y aspirar al podio en los XXX Juegos Inter escuelas de cadetes 2026.
2. Proporcionar la fuerza maxima en cada uno de los deportistas, que aplica en el deporte como medio para la alcanzar los logros en competencia.
3. Propender por espacios de juego en contextos reales, creando hábitos de conductas motrices, morales y volitivas, que permitan a las cadetes integrarse y conformar un equipo de competencia.

**Fase 2: Fuerza-Vel + PliometriaVelocidad.**

| | | | |
|---|---|---|---|
| 4x3-5 reps. 60% 1RM explosivo | Inferior Explosivo: Sent Vel 6x3, Salto Caja 4x5, Zancada Salto 3x5, Nordic 3x6, Rueda 3x8 | Superior Explosivo: Press Vel 6x3, Lanz Balon 4x5, Remo Banda 4x8, Press Mil 3x5, Y-T-W 3x10 | Pliometria Volei: Sent Frontal 4x4, Drop Jump 4x5, Saltos Lat 3x8, Aproximacion 3x4, Plancha Din 3x30s |

| | |
|---|---|
| | |
| **REUNIÓN CAMBIO DE MANDO TEMPORAL**<br><br>Instrucciones del CT Vasquez, para periodo de comisión USA.<br><br>Acuerdos de protocolos en la ejecución de las solicitudes de los deportes durante el tiempo de mando del CT Giraldo.<br><br>Desarrollar las actividades con tiempo, solicitar oficio de salidas y control en la asistencia a los deportes por parte del profesor. | |

## PLAN DE TRABAJO SEMANA 3: septiembre 14-19

### TAREAS INDIVIDUALES

### DESARROLLO DE LAS TAREAS INDIVIDUALES DE PESAS DE ACUERDO AL DESARROLLO PROGRAMADO.

En el marco del proceso de fortalecimiento físico, y lograr cambios en los deportistas que van a los Juegos Interescuelas, se lleva acabo la interiorización de técnicas, elevación de carga individual los deportistas y la concientización de las tareas individuales para el mejoramiento de sus capacidades técnico-tácticas.

| |
|---|
| MIERCOLES |
| 1-3 Fuerza Maxima<br>Base. 4-5x3-5 reps. RPE 8. Desc 2-3min<br>Inferior:<br>Sentadilla 5x5, PM R 4x6, Zancada Bul 3x8, Pant 4x12, Pallof 3x30s<br>Superior:<br>Press Banca 5x5, Remo 4x6, Press Mil 4x5, Dominadas 4x6-8, Rotadores 3x15<br>Unilateral:<br>Sent Bul 4x6, Hip Thrust 4x6, Press Inc 4x6, Face Pull 3x15, Anti-rot 3x20s |
| |

## TRABAJO EN PREVENCIÓN DE LESIONES

Se realiza trabajo en prevensión de lesiones a través de un link para la practica de un calentamiento adecuado durante la segunda semana de receso de los cadetes , se debe asumir como habito de vida para la conservación de la salud.

## PARTIDOS AMISTOSOS

Mediante la reunión con el CT Giraldo , se imparten instrucciones precisas para asumir las responsabilidades de la actividad deportiva del intercambio de voleibol.

Para la preparación de la actividad deportiva se asignan tareas con los CDs del 100, para la actividad de aseo, de control de ingreso de la Universidad San Buenaventura y del Valle.

Se realizan 3 partidos amistosos:

1. EMAVI vs UNIVALLE
2. EMAVI vs USABU

## PERSONALIDAD Y RENDIMIENTO DEPORTIVO:

Trabaja enfatizando **Trabajo en equipo**, en cada rally, set y partido que se realice en la etapa pre competitiva, para llegar en optimas condiciones a la competencia principal.

## PLAN DE TRABAJO SEMANA 4: AGOSTO 21-24

**TRANSICIÓN DEL PERIODO PRE COMPETENCIA – COMPETENCIA**

Elevar el poder de lucha en competencia."
**Personalidad y rendimiento deportivo, en contextos reales de juego en los partidos del intercambio deportivo *Amistad Universitaria*.**
Participan las universidades, USABU, UNIVALLE, UAO, IUAJC, EMAVI.

**MANTENIMIENTO DE LA CANCHA Y NUEVOS MATERIALES**

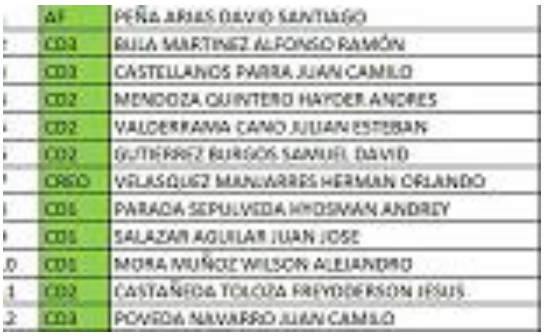
Se reciben 15 balones nuevos Molten 5000 indoor.
10 balones Molten 1500 de voley playa.

## ANEXOS

### PLAN DE TRABAJO AGOSTO 2026

| PLANEACIÓN SEPTIEMBRE | |
|---|---|
| **SEM 1** | **PREPARACIÓN GENERAL** |
| sept 1-5 | Elevar niveles en las capacidades físicas al 90% (fuerza, rapidez y resistencia) |
| | Adaptar de los elementos tácticos para su aplicación en el juego |
| | Mejoran capacidades comunicativas, poder de decisión |
| **SEM 1** | **PREPARACIÓN ESPECIFICA** |
| sept 7-12 | Ganar fuerza rápida |
| | Consolidar sistema de juego KII |
| | Realizar trasferencia de fuerza a potencia y rapidez |
| **SEM 2** | **TAREAS** |
| sept 14-19 | Establecer una dinámica de juego en contextos de juego real |
| | La comunicación y motivación pilares del grupo |
| | Interiorizar espíritu de lucha para alcanzar triunfos |
| **SEM 3** | **DESARROLLO DE FUERZA RAPIDA** |
| sept 21-26 | Elevar y trasferir los elementos de fuerza a fuerza rápida y velocidad |
| | Aplicar ar los sistemas táctico KI y KII para su aplicación en competencia |
| | Competencia auxiliar ¨Intercambio Amistad universitaria¨ |
| **SEM 4** | Trasferir las cargas de 50% al 65% del trabajo de fuerza rápida. |
| sept 28-30 | Evaluar los sistemas táctico KI y KII para su aplicación en competencia. |
| | Partidos de estudio contra la USM. |

### ASISTENCIA PARTIDOS



| | | |
|---|---|---|
| | AF | PEÑA ARIAS DAVID SANTIAGO |
| | CO3 | RUIZ MARTINEZ ALFONSO RAMÓN |
| | CO3 | CASTELLANOS PARRA JUAN CAMILO |
| | CO2 | MENDOZA QUINTERO HAYDER ANDRES |
| | CO2 | VALDERRAMA CANO JULIAN ESTEBAN |
| | CO2 | GUTIERREZ BURGOS SAMUEL DAVID |
| | CRED | VELASQUEZ MANJARRES HERMAN ORLANDO |
| | CO1 | PARADA SEPULVEDA HYDSWAN ANDREY |
| | CO1 | SALAZAR AGUILAR JUAN JOSE |
| 0 | CO1 | MORA MUÑOZ WILSON ALEJANDRO |
| 1 | CO2 | CASTAÑEDA TOLOZA FREYDERSON JESUS |
| 2 | CO3 | POVEDA NAVARRO JUAN CAMILO |

### JUEGOS AMISTOSOS

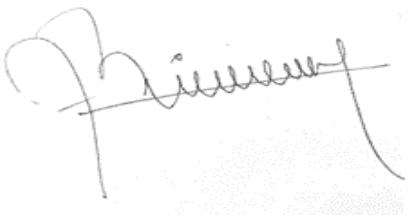
Se realizan partidos amistosos contra USABU y UNIVALLE., y se da inicio al intercambio deportivo ¨AMISTAD UNIVERSITARIA¨ donde
Participan las universidades, USABU, UNIVALLE, UAO, IUAJC, EMAVI.

### LINKS APRENDIZAJE VIRTUAL

https://www.instagram.com/reel/DdI-BxNMje4/?stkn=MXhucG0wc2wyempwNw==

https://www.instagram.com/reel/Ddta6wFxtBC/?stkn=MWp6dnlnczR6NmpoeA==

https://vt.tiktok.com/ZSbefkVsn/



**NOMBRE DEL ENTRENADOR**: JHOISER RIVERA BASTIDAS

**DOCUMENTO DE IDENTIDAD:** 16858759