Radicado: R 202202000947
Fecha:21/02/2022 13:03:44.24

Asunto: 528 - INFORME DE ACTIVIDADES
Remitente:DIEGO ALEJANDRO TORRES TORRES
Ruta: RUTA DE PAGOS



Fecha de presentación DD	MM	AAAA	Período de Informe	De			Hasta		
				01	02	2022	20	02	2022
20	02	2022							

Contratista	DIEGO ALEJANDRO TORRES TORRES	CC	1042767191
		CE	
		NIT	
Liga	Discapacidad Física – LIDEFIANT		
Deporte	**Para Baloncesto**	**Modalidad**	**Para Baloncesto**
Atletas a cargo	**Femenino** _____ **Masculino** ____17_____		
Informe de actividades N°	1	**Convenio o Contrato N°**	110 de 2022
Objeto del convenio o Contrato	Prestación de servicios de un monitor para apoyar la preparación técnico-táctica, teórica y condicional de los atletas Para -Baloncesto en Silla de Ruedas con discapacidad física.		
Supervisor del contrato	**JAIRO JIMÉNEZ MORENO**		

INFORME TÉCNICO

1. Asistencia mensual.

NOMBRE	# SESIONES PROGRAMADAS	# SESIONES REALIZADAS	VOLUMEN	% CUMPLIMIENTO
Luis Orlando Álvarez Holguín	14	10	1200 min	71,42 %
Wilmer Alley Pinzón Pino	14	10	1200 min	71,42%
Raúl José Vega Benítez	14	12	1440 min	85,71 %
Daniel David Jiménez Rodríguez	14	12	1440 min	85,71 %
Jorge Humberto Vásquez Bedoya	14	10	1200 min	71,42%
Nelson Henry Vargas Herrera	14	12	1440 min	85,71%
Duván Alberto Hernández Jiménez	14	9	1080 min	64,28%
Elixander Arias Pinto	14	12	1440 min	85,71%
Yair Diaz Cuervo	14	9	1080 min	64,28%
Juan de la Cruz Gómez Ríos	14	12	1440 min	85,71%
David Ronald Evjen	14	12	1440 min	85,71%
Jhon Darío Rendón Echavarría	14	9	1080 min	64,28%
Jeison Esneider Mejía González	14	5	600 min	35,71%

Diego Armando Romero Ledezma	14	5	600 min	35,71%
Freddy Rodríguez Rivera	14	5	600 min	35,71%
Oscar Alberto Ríos Cuervo	14	4	480 min	28,57%
Sergio Alberto Penagos Benítez	14	4	480 min	28,57%

2. Objetivos planeados para el mes, por componentes de preparación.

OBJETIVO GENERAL: Dirigir en la preparación técnico, táctica, teoría y condicional los deportistas, de Baloncesto en Silla de Ruedas, potencializando las habilidades físicas de resistencia, fuerza, flexibilidad, habilidades técnicas de lanzamiento y manejo de silla, esquemas defensivos y ofensivos de juego, buscando la cohesión de equipo.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Físicos: Potencializar las capacidades condicionales, coordinativas de los deportistas.
- Técnicos: Mejorar el Lanzamiento, entradas, trabajo de pase y recepción, manejo de silla
- Tácticos: Establecer el trabajo de esquemas tácticos (defensivo, ofensivo, contraataque), entrada y permanencia dentro de zona, hombre fuera, rotación posicional
- Psicológicos: Potencializar el trabajo en equipo y personal que fortalezca el grupo de deportistas entendiendo sus dificultades y potencializando sus roles dentro del equipo.
- Teóricos: Hablar sobre el reglamento y sus diferentes acciones.

3. Describa las tareas, ejercicios o acciones realizados para dar cumplimiento a cada uno de los objetivos propuestos para el mes.

HORARIO ACTIVIDADES REALIZADAS (COLOCAR HORA Y ACTIVIDAD DE CADA SESIÓN)						
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
	10:00am Trabajo fislco, resistencia. Test de 5 puntos.	10: 00 am Trabajo Fisico. Trabajo de posicionamiento, bloqueos y ayudas	10:00:00 Trabajo de esquemas posicionamiento, bloqueos y ayudas	10:00 am Trabajo fisico, combinado con trabajo de fuerza, Posicionamiento, entradas sobre 45 y cesta.		
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
10:00 am Trabajo de resistencia fisica aerobica, lanzamientos desde 5 puntos y posicionamiento	10: 00 am Trabajo de esquemas defensa 2 vs 3, 3 vs 3, 3vs 4, 4 vs 3	10:00am Trabajo fislco, resistencia. Trabajo de posicionamiento de esquemas, bloqueos y ayudas.	10: 00 am Trabajo fisico, trabajo de ayudas y bloqueos, posicionamiento de ataque a zona	10:00 am Trabajo de lanzamiento de los 5 puntos, trabajo de juego aplicando esquemas y bloqueos.		
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
10:00 am Trabajo de resitencia aerobica, con cambios de velocidad, trabajo de defensa y ataque, arrastrar marca y bloqueos.	10:00 am Trabajo 3 vs 2, 2 vs 3, 3 vs 3, 4 vs 3 y 3 vs 4	10: 00 am Trabajo de entradas por parejas y cesta, trabajo de ataque con entradas a zona 3vs 2 y 3 vs 3	10: 00 am Trabajo de fuerza, con transferencia y trabajo de ataque de zona 4 vs 3 y 3 vs 4	10:00 am Trabajo de 6 lineas, combinado con lanzamientos y trabajo de 5 vs 5		
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM

4. De acuerdo a los diferentes objetivos propuestos, las principales metas individuales o grupales alcanzadas por los atletas o el equipo fueron:

ATLETA	METAS INDIVIDUALES ALCANZADAS
N.A	N.A

EQUIPO	METAS GRUPALES ALCANZADAS

	Para-Baloncesto.	Acoplamiento e identificación de roles con y sin balón en acciones y esquema de juego teniendo una visión de juego que ayuda al trabajo productivo del equipo, logrando una mejor dinámica de juego.

5. ¿Test pedagógicos realizados durante el mes?, Especifique el o las pruebas y anexe los resultados

Test de lanzamiento de 5 puntos. Test que dura 5 minutos, donde miramos resistencia, efectividad y velocidad de lanzamiento, deben hacerse 33 lanzamientos en los 5 minutos y han de ser convertidos para estar sobre el 100% de efectividad.

Luis Álvarez lanzamientos 25, convertidos 14, efectividad 42%
Daniel Jiménez 20 lanzamientos, convertidos 7 efectividad 21%
Oscar Ríos 28 lanzamientos, convertidos 19 efectividad 57%
Diego Ledezma 21 lanzamientos, 7 convertidas efectividades 21%
Jorge Vásquez 27 lanzamientos, 21 convertidas, efectividad 63%
Nelson Vargas 27 Lanzamientos, 21 convertidas, efectividad 63%
Freddy Rodríguez 30 Lanzamientos, 25 convertidas, efectividad 75%
Elixander Arias 28 lanzamientos, 23 convertidas, efectividad 69%
Raúl Vega 30 Lanzamientos, 24 convertidas, efectividad 72%
Duván Hernández 22 Lanzamientos, 12 convertidas, efectividad 36%
Sergio Penagos 24 lanzamientos, 14 convertidas, efectividad 42%

COMPETENCIAS

6. Facilite los resultados de sus dirigidos en competencias preparatorias y/o fundamentales a nivel nacional /internacional en las que hayan participado durante el último mes.

No se participó en ningún evento durante este periodo

Nombre del evento: _____

		Medallas alcanzadas ANTIOQUIA		
Prueba	Medallas Posibles	Oro	Plata	Bronce

NOTA. **Recordar que el Seguimiento de resultados en eventos (F-AT-26) se debe entregar 5 días hábiles siguientes al evento.**

7. Con base en lo anterior, realice un breve análisis de los resultados competitivos

NO APLICA

LESIONES/REHABILITACIÓN/CONTROL BIOMÉDICO

8. Información de los controles biomédico realizados por medicina.
NO APLICA
9. ¿Alguno de sus atletas ha presentado lesiones o inconvenientes de orden médico durante el último mes? En caso afirmativo, mencione cuál fue el diagnóstico, tratamiento y proceso de rehabilitación.
Freddy Rodríguez, presenta escara en su glúteo derecho al igual que Diego romero, escara en su cadera derecha y están atendidos por su eps.

PLANIFICACION DEL SIGUIENTE MES

10. Objetivos propuestos para el mes: DEL 21 DE FEBRERO AL 20 DE MARZO DE 2022

Objetivo general: Aumentar la fuerza muscular del deportista en el tren superior, buscando la mejora en su resistencia física, complementada con el trabajo de lanzamientos, y esquemas de juego logrando un mejor rendimiento técnico y táctico en el desarrollo del juego.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Físicos: Potencializar las capacidades condicionales, coordinativas de los deportistas.
- Técnicos: Mejorar el Lanzamiento, entradas, trabajo de pase y recepción, manejo de silla
- Tácticos: establecer el trabajo de esquemas tácticos (defensivo, ofensivo, contraataque), entrada y permanencia dentro de zona, hombre fuera, rotación posicional.
- Psicológicos: Potencializar el trabajo en equipo y personal que fortalezca el grupo de deportistas.

Teóricos: Hablar sobre el reglamento y sus diferentes acciones

11. Principales actividades por realizar.

HORARIO ACTIVIDADES REALIZADAS (COLOCAR HORA Y ACTIVIDAD DE CADA SESIÓN)						
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
10:00:am Trenza. Trabajo de velocidad combinado con lanzamientos. Trabajo de 3 vs 2, 2 vs 3	10:00 am Trabajo de fuerza. Trabajo de pases y lanzamiento. Trabajo de 3 vs 4 y 4 vs 4 combinado con lanzamientos.	10:00:amTrabajo de ofensivo y salida de juego. Trabajo de 2 vs 2 Trabajo de lanzamiento con pantalla.	10: 00 am Trabajo físico, trabajo 2 vs 2 y 3 vs 3 en espacio reducido, trabajo de choque. Trabajo de 5 puntos de lanzamiento.	10:00:00 Trabajo de pantallas y bloqueos, entradas y busqueda de superioridad en ataque.		
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
10:00:00 trabajo físico de fuerza, trabajo de persecucucion y bandejas. Trabajo de lanzamiento combinado con resistencia física.	10: 00 am Trabajo de defensa 1 vs1 2 vs 2 sin balón y con balón. en espacio reducido. Trabajo de lanzamiento combinado con velocidad.	10:00:00 trabajo de entradas, bandejas trabajo de juego 3 vs 3.	10: 00 am Trabajo de 1 vs 1 trabajo 2 vs 2 y trabajo de 3 vs 3, bloqueos y pantallas	10:00 am Trabajo de lanzamiento 7 puntos y esquema de juego defensivo		
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
10:00:00 Trabajo de preparación física y fuerza. Trabajo de choque, rotación y defensa. Trabajo de lanzamiento y resistencia físico	10:00 am Trabajo pantalla y doble pantalla, rotación de balón y lanzamiento.	10:00 am Trabajo de 1 vs 1 trabajo 2 vs 2 y trabajo de 3 vs 3 Trabajo de lanzamiento combinado con ejercicios de fuerza	10: 00 am Trabajo de fuerza de hombros y persecución terminando con bandejas. Trabajo de velocidad y cambios de ritmo. Trabajos de lanzamientos con pantallas	10:00am Trabajo de ataque apertura de cancha. y presión alta. Trabajo de lanzamiento de fuera de zona.		
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
10 : 00 am Trabajo físico. Trabajo técnico de trenza. Trabajo 3 vs 4	10:00 am Trabajo físico, trabajo 2 vs 2 y 3 vs 3 en espacio reducido, trabajo de choque. Trabajo de 5 puntos de lanzamiento	10: 00 am Trabajo fisco. trabajo de entradas, bandejas trabajo de juego 3 vs 3.	10:00 am Trabajo de fuerza Trabajo de juego esquema defensivo y ofensivo Trabajo de 6 líneas y lanzamientos	10:00 am trabajo de juego, aplicando bloqueos, pantallas y entradas a zona rompiendo		
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM

Indeportes Antioquia
Calle 48 # 70 - 180, Medellín. Tel: 520 08 90
www.indeportesantioquia.gov.co

12. Metas para alcanzar en el mes Adoptar el trabajo de bloqueos y pantallas como parte principal del esquema de defensa y ataque, haciendo las ayudas con y sin balón al compañero.
13. Test a realizar en el mes. Test de lanzamiento de 5 puntos.
14. Observaciones: NO SE TIENEN OBSERVACIONES EN EL PERIODO.

Yo, el abajo firmante, certifico que la información contenida en el presente informe corresponde a la planificación del mes

Nota: ***Anexe en un archivo adjuntos las evidencias correspondientes al presente informe (planilla de control de asistencia y registro fotográfico).***



_____
Firma Del Entrenador

Nombre: Diego Alejandro Torres Torres.



Andres Felipe Muñoz Prieto
Metodólogo Discapacidad