Radicado: R 202202000936
Fecha:21/02/2022 11:36:30.823

Asunto: 528 - INFORME DE ACTIVIDADES
Remitente:Sergio AndrésGiraldo Aristizábal
Ruta: RUTA DE PAGOS



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

Contratista	Sergio Andrés Giraldo Aristizábal	CC	1036423355
		CE	
		NIT	
Liga	Discapacidad Visual Divisa		
Deporte	Para- fútbol 5	**Modalidad**	Para- fútbol 5
Atletas a cargo	**Femenino** _____	**Masculino** ____11_____	
Informe de actividades N°	1	**Convenio o Contrato N°**	104 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 en Para-Futbol 5 con discapacidad visual.		
Supervisor del contrato	Jairo Jiménez Moreno		

INFORME TÉCNICO

1. Asistencia mensual.

NOMBRE	# SESIONES PROGRAMADAS	# SESIONES REALIZADAS	VOLUMEN	% CUMPLIMIENTO
Bernardo Antonio Roldan	11	8	960 min	72.7%
Daniel duque Torres	11	5	600 min	45.4%
Cristian Stiven Querubín Lopera	11	11	1320 min	100%
Edwin Andrey Naranjo Barrera	11	11	1320 min	100%
Jorge Iban Villa Viricha	11	3	360 min	27.3%
Sergio De Jesús Mejía González	11	8	960 min	72.7%
Wilmer Andrés Valencia Ibarra	11	3	360 min	27.3 %
Cristian Camilo Moreno Chavarría	11	5	600 min	45.4%
Juan Guillermo Rodríguez Piedrahita	11	3	360 min	27.3%
Ferney Alonso García García	11	7	840 min	63.6 %
Jaime Hernán Ramírez Medina	11	11	1320 min	100%

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

OBJETIVO GENERAL: Observar y Mejorar el estado de las condiciones con las que llegan los deportistas tanto en lo técnico, físico y psicológico.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Físicos: mejorar la resistencia aeróbica y anaeróbica de los deportistas
- Técnicos: ejecutar trabajos con balón por el todo el terreno de campo, empleando la técnica del pie a pie.
- Tácticos: desarrollar estrategias del pase y control del balón
- Psicológicos: realizar charlas dinámicas antes y durante la practica
- Teóricos: Trabajar el reglamento con sus debidas variantes

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
	se realizaron convocatorias y se gestionó los espacios para realizar los entrenamientos	no hubo sesion	se realizaron convocatorias y se gestionó los espacios para realizar los entrenamientos	se realizaron convocatorias y se gestionó los espacios para realizar los entrenamientos	descanso	descanso
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
se realizo trote continuo por intervalos de tiempo y conduccion de balon. HORA: 10 AM a 12M	no hubo sesion	trabajo anaeróbico, cambios de dirección y cambios de ritmo; conducción de balón con pases largos.HORA: 10 Am a 12M	no hubo sesion	trabajo de resistencia aeróbica, recepción del balón, conducción y remate al arco.HORA: 10 AM a 12M	descanso	descanso
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
trabajo técnico-táctico con balón en grupos de3, recepción, pase y conducción. HORA: 10 AM a 12 M	trabajo físico, fuerza abdominal y tren superior con trasferencia de balón. HORA: 12 M a 2 PM	trabajo táctico por posición, conducción y remate al arco. HORA: 10 AM a 12 M	trabajo de conducción, pase y remate al arco por los diferentes perfiles utilizando todo el terreno de juego. HORA: 2 PM a 4 PM	trabajo de fuerza tren inferior, sentadilla, salto a pecho con trasferencia con balón en grupos de 2. HORA: 10 AM a 12 M	descanso	descanso
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-fútbol 5 sonoro	Se ratifica la base que se viene trabajando desde el año pasado, donde el grupo se fortalece cada día mas

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

N/A

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 PARTICIPO EN EVENTOS DURANTE EL PERIODO.

Nombre del evento: _____N/A_____

		Medallas alcanzadas ANTIOQUIA		
Prueba	Medallas Posibles	Oro	Plata	Bronce
N/A	N/A	N/A	N/A	N/A

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 PARA EL PERIODO

LESIONES/REHABILITACIÓN/CONTROL BIOMÉDICO

8. Información de los controles biomédico realizados por medicina.

NO APLICA PARA EL PERIODO

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.

NO SE TIENE ATLETAS LESIONADOS DURANTE EL PERIODO

PLANIFICACION DEL SIGUIENTE MES

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

OBJETIVO GENERAL: Fortalecer la técnica de la conducción del balón

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

Físico: Mejorar las capacidades aeróbicas y anaeróbicas del deportista

Técnicos: Desarrollar y mejorar las diferentes superficies de contacto del balón

Tácticos: Ejecutar los trabajos en zona y las superficies de la cancha

Psicológico: Afianzar la convivencia y el trabajo en equipo

Teórico: Identificar las faltas técnicas y personales

11. Principales actividades por realizar.

HORARIO ACTIVIDADES REALIZADAS (COLOCAR HORA Y ACTIVIDAD DE CADA SESIÓN)						
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
trabajo en zona grupal, numero especificos de la cancha, conduccion y cambios de ritmo. HORA: 10AM a 12 M	trabajo aerobico coordinativon y trasferencia del balon HORA 12 M a 2 PM	trabajo de fuerza tren superior con el mismo peso por circuito y tiempo, tranferencia con balon. HORA: 10 AM a 12 M	no hubo sesion	trabajo anaerobico, distancias de 5, 10 y 15 metros con guia. HORA: 10 AM a 12 M	descanso	descanso
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
parte central conduccion del balon, pase y recepcion por grupos de tres; trabajo tecnico diferente superficie de contacto. HORA: 10 AM a 12 M	trabajo de fuerza tren inferior por parejas, sentadillas, escaladoras y salto continuo por tiempo. Se hace trasferencia con balon. HORA 12 AM a 2 PM	TETS PEDAGOGICO DE FUERZA HORA: 10 AM a 12 M	no hubo sesion	trabajo aerobico por circuito con guia, conduccion del balon en zig-zig, en cuadro y triangulo. HORA: 10 AM a 12 M	descanso	descanso
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
trabajo por circuito en grupos de tres con balon por tiempo, termina con remate al arco. HORA: 10 AM a 12 M	entrenamiento tactico, fase defensa- ataque y duelos 1 contra 1. HORA: 12 M a 2 PM	trabajo coordinativo, salto a pecho, skiping lateral con salto, tijera, cambios de velocidad y conduccion del balon. HORA 10 AM a 12 M	hubo sesion	trabajo fisico anaerobico, pase, conduccion diagonal a maxima velocidad con remate al arco. HORA 10 AM a 12 PM	descanso	descanso
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM
parte central cambios de direccion con balon, sentadilla, salto con pie derechop y pie izquierdo, transicion con balon, conduccion pie a pie. HORA: 10 AM a 12 M	trabajo en bloque con balon, estimulo en cada base, trabajo de fuerza por numero de repeticiones. HORA: 12 M a 2 PM	trabajo de pases a lo anchyo de la cancha, conduccion del balon, remate al arco. HORA 10 AM a 12 M	no hubo sesion	realidad de juego con obtaculos en el campo de juego, cambios de ritmo, pase y remate al arco	descanso	descanso
LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SAB	DOM

12. Metas para alcanzar en el mes Mejorar la conducción del balón y el estado físico de los deportistas
13. Test a realizar en el mes. Test pedagógico de fuerza
14. Observaciones: NO SE TIENE 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: Sergio Andrés Giraldo Aristizábal



Andres Felipe Muñoz Prieto
Metodólogo Discapacidad