INFORME TÉCNICO **16 DE MAYO AL 15 DE JUNIO DEL 2023**
ENTRENADOR CATEGORÍA OLÍMPICO
CÉSAR DELGADO ALARCÓN

CONTRATO NÚMERO: 30012023 – 0115

OBJETO DEL CONTRATO: *"Prestar los servicios profesionales como Entrenador Categoría Olímpico en la disciplina de Natación para la asistencia técnica en el posicionamiento y liderazgo de los deportistas de Rendimiento y Alto rendimiento del Departamento de Caldas"*

ACTIVIDADES

1. Diseñar, aplicar y evaluar planes individuales y colectivos de entrenamiento mediante un proceso científico, pedagógico, metodológico y sistemático, con el fin de racionalizar recursos y optimizar el proceso de preparación en su modalidad deportiva.

Se termino con el plan del primer semestre donde se consiguieron resultados históricos para el departamento consiguiendo una muy buena forma técnica en las tres competencias principales del semestre: Nacional Prejuegos y Final Nacional Intercolegiados y II parada Nacional de Aguas Abiertas.

8/13	15/20	22/27
19	**20**	**21**
19	20	21
VO2	RL	PC
7	7	4
840	840	480
60	50	40
36	**30**	**24**

2. Presentar el plan teórico y grafico que parte desde las competencias fundamentales donde se evidencie la preparación, evaluación y control de los deportistas de caldas en su deporte con miras a los eventos nacionales federados y del Ciclo de Juegos Deportivos Nacionales 2023, y demás eventos deportivos de orden preparatorio y/o específico en que vayan a participar (se deben sustentar y soportar en medios físicos y magnéticos antes del primer pago) en concordancia con el Calendario Deportivo de la Liga.

Se presento el plan de trabajo a la secretaria de Deportes del Departamento donde asistió el Secretario, Metodólogos, Presidente de Liga, grupo Biomédico y el grupo de Deportistas apoyado de la Liga de Natación, se observa el plan de entrenamientos y las necesidades del grupo para buscar los objetivos del año: Juegos Nacionales, Juegos del Ciclo Olímpico y Selecciones Colombia Juveniles, se realizó en este periodo reuniones con la Metodóloga a cargo Adriana Matta para evaluar los procesos y preparación del grupo.



3. Diseñar y establecer las estrategias técnicas, orientaciones metodológicas para el desarrollo del deporte competitivo y de alto rendimiento en su modalidad deportiva.

Se organizaron todas las estrategias para poder llegar en la mejor forma a los eventos donde se consiguieron las medallas de oro y los cupos para las selecciones Colombia a las cuales se estaba apuntando tanto en la categoría juvenil como en la selección absoluta.



4. Diseñar e implementar los procesos y procedimientos en los proyectos de identificación, especialización y perfeccionamiento de los atletas del Departamento de Caldas conforme a los lineamientos de la Dirección Técnica de la Secretaría de Deporte, Recreación y Actividad Física, así como y contribuir a la formación de valores deportivos y estímulos en el grupo de deportistas seleccionados.

Se mantiene la comunicación directa con la Secretaria de Deportes Departamental por medio de la metodóloga a cargo de la disciplina Adriana Matta, se realiza todo lo programado para el grupo y se tiene parámetros claros para los diferentes campeonatos y viajes del grupo.



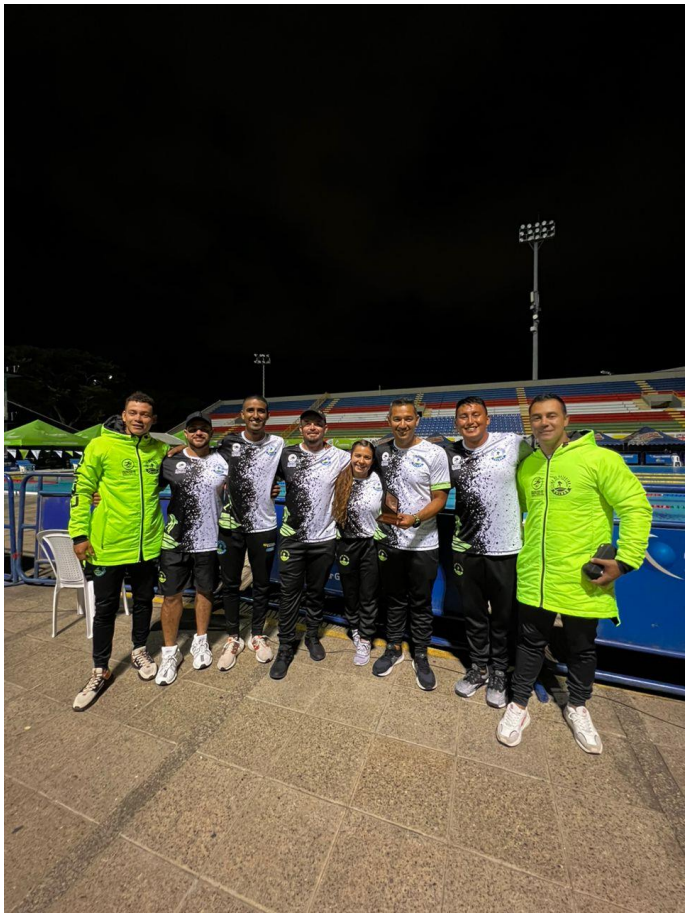
5. Planear y coordinar la preparación y participación de los seleccionados que representan al Departamento de Caldas, en eventos del ciclo olímpico y paralímpico.

Aparte de los 5 clasificados a Juegos Centroamericanos en este periodo se consiguió la clasificación de 2 más a los Juegos Suramericanos de Mar y Playa en Aguas abiertas y seguimos consiguiendo cupos en las diferentes convocatorias de la selección Colombia.



6. Articular dentro de su planificación las intervenciones de medicina deportiva y ciencias aplicadas al Deporte con las metas de desarrollo deportivo orientadas hacia el alto rendimiento.

Se siguen los controles biomédicos por parte del grupo de medicina, se tiene sesiones semanales individuales de los deportistas priorizados por parte de los fisioterapeutas, controles nutricionales de todo el grupo y se inició la recuperación grupal con los fisios



7. Promover directamente o con otras entidades la investigación y capacitación científica en los temas de importancia establecidos desde la Dirección Técnica.

Se realizo una charla con el grupo de "profundización en planeación" de los estudiantes de Lic. En educación física de la universidad de Caldas buscando esa motivación hacia el deporte olímpico y de alto rendimiento.

8. Garantizar la sostenibilidad de los procesos técnicos de desarrollo, preparación y participación de atletas caldenses en eventos nacionales e internacionales de ciclo olímpico y paralímpico.

Sabemos del compromiso que tenemos con el Departamento en los Juegos Nacionales, pero seguimos en el camino del Ciclo Olímpico y ya se tiene la clasificación de 5 deportistas a los Juegos Centroamericanos, Stefania Gómez al mundial de mayores en Japón en el mes de Julio y se suma a estos resultados la clasificación de 2 más a los Juegos Suramericanos de Mar y Playa.



9. Acatar todas las normas de prevención y control del Código Mundial Antidopaje y velar por la no utilización de métodos y sustancias prohibidas.

Se acata todas las normas y se busca estar actualizando todo lo referente al código mundial antidopaje.

10. Velar por el uso adecuado de los bienes o elementos de implementación especializada que para el desarrollo de su actividad contractual facilite la Liga deportiva, para su función y la de sus deportistas.

Por ahora no se tiene ningún bien ni implementación especializada.

11. Coadyuvar con el suministro de información correspondiente a su agrupación deportiva, para alimentar la página web cuando así se requiera, así como asistir y apoyar en las diferentes actividades lúdicas o deportivas en los sitios donde haga presencia la Secretaría de Deporte, Recreación y Actividad Física.

Se atienden todos los llamados por parte de la secretaria tanto la parte técnica como los deportistas.

César Delgado Alarcón
Natación