INFORME TÉCNICO **16 DE JUNIO AL 14 DE JULIO 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 tiene una planeación y guía para el grupo en el cual en ciertos momentos se tiene que modificar individualmente por los compromisos que se tiene con los eventos internacionales los cuales tenemos este mes (JUEGOS CENTROAMERICANOS, JUEGOS SURAMERICANOS DE PLAYA Y MUNDIAL DE PISCINA).

20/25	27/2	04/09	11/16
25	**26**	**27**	**28**
25	26	27	28
VO2	RL	PC	PC
8	6	6	4
960	720	720	480
70	60	40	30
42	**36**	**24**	**18**



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 diseña y se ha cumplido con lo programado buscando llegar de la mejor forma para los JUEGOS NACIONALES, en esta planeación esta hacer parte de las diferentes selecciones Colombia lo cual se nota en las diferentes convocatorias por parte de la FECNA.



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.

Se realizaron los JUEGOS CENTROAMERICANOS Y DEL CARIBE y se consiguió un resultado histórico para nuestro departamento en Natación Carreras y en aguas abiertas con 1 medalla de oro, 2 de plata y 4 bronce con las nadadoras Stefania Gómez e Isabella Bedoya y en Aguas Abiertas 1 medalla de bronce en el relevo 4x1.250 con las nadadoras Sofia Ospina y Mariana Libreros.



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 mantiene contacto regular con la universidad de Caldas, entrenadores de los diferentes clubes e instructores del complejo acauatico.

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.

Se tiene la garantía de la participación de los deportistas de la Liga de Natación en las diferentes selecciones Colombia gracias a los resultados y con convocatorias en todas las que hasta el momento ha realizado la FECNA tanto en la categoría juvenil como en la categoría mayores.



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.

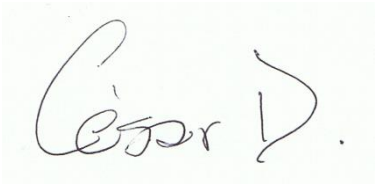
Por ahora no se tiene ningún bien ni implementación especializada.

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