Período de Informe	**MAYO**				
Nombre contratista	**JUAN PABLO PEREZ MEDINA**				
Tipo de documento	CC	**Numero de documento**	**71.734.412**		
Liga	**LIGA DEPORTIVA DE PERSONAS SORDAS DE ANTIOQUIA LISANT**				
Deporte / modalidad	**PARA FUTBOL SALA FEMENINO / CONJUNTO PISO**				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**17**	**Masculino** Nro.		
Supervisor del contrato	**JAIRO DE JESÚS JIMÉNEZ MORENO**				
Número del contrato	**62**	**Informe de actividades No**	4		
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador principal para la realización del proceso de selección, entrenamiento deportivo y participación en competencias en la Liga Deportiva de Personas Sordas de Antioquia, en la modalidad para-fútbol sala rama femenina con discapacidad auditiva, en categorías de Juegos Paranacionales.				

Asistencias de los deportistas preselección o selección Antioquia					
Nro.	**Nombre**	**Volumen**	**Sesiones realizadas en el periodo**	**Asistencias del deportista**	**Porcentaje de cumplimiento (Asistencias / Sesiones)**
1	Déniz Yohana Martínez Durango	2.040. minutos	17 (120 minutos)	17	100 %
2	Yurley María Higuita Bedoya	2.040. minutos	17 (120 minutos)	6	**35.2** %
3	María Camila Parra Henao	2.040. minutos	17 (120 minutos)	14	82.5 %
4	Yesenia Maryely Corales González	2.040. minutos	17 (120 minutos)	17	100 %
5	Carolina Orozco Botero	2.040. minutos	17 (120 minutos)	12	**70.5 %**
6	Sandy Lorena Bolívar Agudelo	2.040. minutos	17 (120 minutos)	17	100 %
7	Violeta García Guerra	2.040. minutos	17 (120 minutos)	4	**23.5 %**
8	Leslie Dayhana Torres Pérez	2.040. minutos	17 (120 minutos)	14	82.5 %
9	Laura Bedoya Higuita	2.040. minutos	17 (120 minutos)	17	100 %
10	Sara Juliana Monsalve Monsdalve	2.040. minutos	17 (120 minutos)	0	0.0 %
11	Erika Julieth García Muñoz	2.040. minutos	17 (120 minutos)	0	0.0 %
12	María Fernanda Bayona Cárdenas	1.170 minutos	13 (90 minutos)	13	100 %
13	Alicia Ortega Hernández	1.170 minutos	13 (90 minutos)	13	100 %
14	Maira Alejandra Cerón Blandón	1.170 minutos	13 (90 minutos)	13	100 %

15	Isabel Torrez Gordillo	1.170 minutos	13 (90 minutos)	13	100 %
16	Dailan Andrea Nisperuza cordoba	Incapacidad	ESTADO DE	MATERNIDAD	0.0 %
17	María Daniela Escobar Vargas	Incapacidad	ESTADO DE	MARTENIDAD	0.0 %
18					
19					
20					

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	Continuar incrementando las cargas e intensidades entre el 90 y 100 % en las 17 secciones de entrenamiento programadas en el mes. Partiendo de los resultados y recomendaciones entregadas por el preparador físico después de las valoraciones en la plataforma de salto, realizando las trasferencias del trabajo físico con balón en ejercicios diseñados para potenciar el trabajo técnico como complemento del trabajo físico y lograr unas sesiones de entrenamiento agradables y motivadoras para las deportistas
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	Continuar los trabajos de coordinación y fortalecimiento de los músculos estabilizadores los días sábados en el estadio de atletismo.
Semana 2	Consolidar los trabajos físicos (fuerza y potencia) los primeros 30 minutos de cada entrenamiento en la floresta los días martes y viernes
Semana 3	Potenciar la fundamentación técnica especifica del deporte, enfatizando en controles dirigidos, giros, semi paradas con planta y utilización de pie de apoyo que mejoren las salidas rápidas por las bandas.
Semana 4	Iniciar los trabajos tácticos básicos del deporte, teniendo en cuenta el modelo a implementar para el siguiente ciclo a 2027

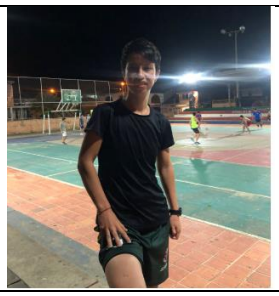
Semana 5	Iniciar los juegos de control con asignación de tareas básicas en los entrenamientos los días jueves y los fines de semana con equipos de oyentes.

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
El evento principal está programado para el mes de octubre, según calendario de la federación a realizar en el departamento del Valle. El evento segundario (presupuesto participativo), está programado para el mes de junio en la comuna 12 donde participamos.

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
En este mes se da inicio al seguimiento de algunas deportistas priorizadas en la encuesta de bienestar que estará monitorizada por los preparadores físicos y metodólogos. Realizar los ajustes a la planificación deportiva después de los resultados y análisis de la información realizada por el PF en la plataforma de salto. Las capacitaciones y charlas que se están realizando desde el área de psicosocial con relación a la preparación académica de los deportistas.

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	Iniciar la etapa precompetitiva manteniendo la base física que se logró en estos 4 meses e iniciar los trabajos técnicos y tácticos básicos del deporte.
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	Diseñar trabajos de coordinación, alternados con trabajos de velocidad de reacción y fortalecimiento de los músculos estabilizadores los sábados en el estadio de atletismo.

Semana 2	Continuar los primeros 30 minutos de la sesión de entrenamiento con los trabajos de capacidades físicas, buscando un óptimo mantenimiento físico de las deportistas los martes y viernes.
Semana 3	Diseñar ejercicios que potencien la parte técnica individual específica, en las diferentes posiciones para favorecer las rotaciones y sistemas de juego
Semana 4	Iniciar los trabajos tácticos básicos del deporte mediante juegos, teniendo en cuenta el modelo a implementar para el siguiente ciclo a 2027
Semana 5	Realizar las mejoras en los trabajos tácticos y técnicos partiendo del análisis individual y colectivo de los partidos de control con oyentes, que se están jugando los días sábados en la placa del estadio y otros escenarios ubicados en la periferia. Con el fin de retroalimentar la planificación.

Observaciones del periodo
Se evidencian mejoras significativas de las deportistas en la condición física, a partir de los planes de entrenamiento desarrollados teniendo como base los resultados de las pruebas realizadas. En este mes de mayo el grupo se redujo notablemente ya que 2 deportistas iniciaron la práctica profesional en el SENA y 2 deportistas más consiguieron trabajo en empresa privada, lo que redujo el grupo de 11 deportistas a 7 que entrenan en Medellín. El seguimiento que se les lleva a las 5 deportistas que no viven en el valle de aburra genera mucho compromiso y sentido de pertenencia con el grupo.    



NOMBRE: JUAN PABLO PEREZ MEDINA