Período de Informe	Mayo			
Nombre contratista	SEBASTIAN QUINTO RUIZ			
Tipo de documento	Cc	**Numero de documento**	1017246519	
Liga	DIVISA			
Deporte / modalidad	**GOALLBALL**			
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.		**Masculino** Nro.	**4**
Supervisor del contrato	ANDRES ROBERTO GOMEZ			
Número del contrato	254	**Informe de actividades No**	2	
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 de Deportistas con Discapacidad Visual de Antioquia -DIVISA, en la modalidad goallball, 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	Wilfor Johanny duarte rojas	180 (Min)	15	12	80,0
2	Oscar Darío Gutiérrez	180 (Min)	15	12	80,0
3	Yonatan Andrés Rodríguez	180(Min)	12	9	75,0
4	Albeiro Amaya	180(Min)	12	9	75,0
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					

14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	Mejorar el rendimiento individual y colectivo del equipo de Goalball mediante el establecimiento de metas, el desarrollo de habilidades técnicas y físicas, la implementación de estrategias de juego efectivas y la evaluación del progreso
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	Durante la primera semana, logramos establecer metas claras tanto a nivel individual como colectivo y fomentamos la cohesión y el espíritu de equipo entre los jugadores. Los jugadores participaron en sesiones de reflexión y planificación, donde identificaron sus metas personales y colectivas para la temporada. Además, se llevaron a cabo actividades de construcción de equipo que fortalecieron las relaciones y la confianza entre los miembros del equipo. Cada jugador estableció al menos una meta específica y medible para mejorar su rendimiento en el Goalball. Asimismo, el equipo en su conjunto fijó metas colectivas que reflejan sus aspiraciones para la temporada.
Semana 2	Durante la segunda semana, nos enfocamos en el desarrollo y perfeccionamiento de habilidades técnicas específicas, como lanzamientos precisos, movimientos defensivos y orientación espacial. Los entrenamientos se centraron en ejercicios prácticos diseñados para mejorar la precisión y la consistencia en los lanzamientos, así como en la agilidad y la rapidez en la defensa. Prestamos especial atención a corregir errores técnicos individuales. Establecimos objetivos individuales para mejorar aspectos específicos de la técnica, como la precisión en los lanzamientos y la efectividad en la defensa, y llevamos un registro del progreso de cada jugador. .
Semana 3	Durante la tercera semana, nos enfocamos en mejorar la resistencia física y la fuerza muscular para aumentar el rendimiento en el juego. Realizamos entrenamientos de fuerza y acondicionamiento físico específicos para los requisitos del Goalball, centrándonos en áreas como la explosividad, la resistencia cardiovascular y la agilidad. Establecimos metas de mejora física, como aumentar el número de repeticiones en ejercicios de fuerza o mejorar los tiempos en ejercicios de resistencia, y llevamos un registro del progreso físico de cada jugador.
Semana 4	Durante la cuarta semana, nos centramos en el desarrollo de estrategias de juego efectivas y la mejora de la comunicación y la colaboración en equipo. Trabajamos en tácticas de juego específicas, como la distribución en el campo, la coordinación en la defensa y el ataque, y la comunicación verbal y no verbal entre los jugadores. Evaluamos la capacidad de los jugadores para implementar

	estrategias durante sesiones de entrenamiento simuladas y medimos la efectividad de la comunicación y la colaboración en equipo.
Semana 5	Durante la quinta semana, nuestro principal objetivo fue consolidar las habilidades y conocimientos adquiridos a lo largo del programa, así como llevar a cabo una evaluación final del progreso individual y colectivo. Los jugadores trabajaron en la consolidación de técnicas y estrategias a través de ejercicios específicos diseñados para reforzar habilidades clave, como lanzamientos precisos, bloqueos efectivos y comunicación en equipo. Realizamos una evaluación final del rendimiento de cada jugador, observando la mejora en aspectos técnicos y tácticos identificados al inicio del programa, y establecimos objetivos para el desarrollo continuo.

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
NO HUBO

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
NO HUBO

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	Mejorar la cohesión del equipo y el rendimiento en el Goalball a través del establecimiento de metas claras, el desarrollo de habilidades técnicas y tácticas, el fortalecimiento físico y la comunicación efectiva entre los miembros del equipo
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	Establecimiento de Metas y Construcción de Equipo

	• Sesiones de reflexión y planificación para que los jugadores identifiquen metas personales y colectivas. • Actividades de construcción de equipo para fortalecer relaciones y confianza entre los miembros. • Establecimiento de al menos una meta específica y medible para mejorar el rendimiento individual en el Goalball. • Definición de metas colectivas que reflejen las aspiraciones del equipo para la temporada. .
Semana 2	• Entrenamientos centrados en mejorar la precisión y consistencia en los lanzamientos, así como la agilidad y rapidez en la defensa. • Establecimiento de objetivos individuales para mejorar aspectos específicos de la técnica. • Registro del progreso físico de cada jugador.
Semana 3	• Entrenamientos de fuerza y acondicionamiento físico específicos para los requisitos del Goalball. • Establecimiento de metas de mejora física, como aumentar el número de repeticiones en ejercicios de fuerza o mejorar los tiempos en ejercicios de resistencia. • Supervisión del progreso de cada jugador y ajuste de los programas de entrenamiento según sea necesario.
Semana 4	• Trabajo en tácticas de juego específicas, como la distribución en el campo y la coordinación en la defensa y el ataque. • Evaluación de la capacidad de los jugadores para implementar estrategias durante sesiones de entrenamiento simuladas. • Mejora de la comunicación y la colaboración en equipo a través de ejercicios de práctica en equipo y retroalimentación
Semana 5	• Consolidación de técnicas y estrategias a través de ejercicios diseñados para reforzar habilidades clave. • Evaluación final del rendimiento individual y colectivo. • Establecimiento de objetivos para el desarrollo continuo y discusión de planes de desarrollo futuro con cada jugador.

Observaciones del periodo
Durante estas 5 semanas, el equipo de Goalball se comprometió intensamente con el proceso de mejora continua, desde el establecimiento de metas individuales y colectivas hasta el desarrollo de habilidades técnicas y físicas, la implementación de estrategias de juego efectivas y la evaluación constante del progreso. Este enfoque integral no solo fortaleció el rendimiento en la cancha, sino que también consolidó la cohesión y la comunicación dentro del equipo, sentando así las bases para un éxito sostenible en el futuro.



_____

FIRMA:

NOMBRE: SEBASTIAN QUINTO RUIZ