Período de Informe	OCTUBRE			
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.	**5**
Supervisor del contrato	ANDRES ROBERTO GOMEZ			
Número del contrato	254	**Informe de actividades No**	7	
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	Adrián Villada Barrientos	180 (Min)	12	9	75,0
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

13					

14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	. Consolidar y optimizar el rendimiento individual y colectivo del equipo, mejorando tanto las habilidades técnicas como la cohesión y la comunicación entre los jugadores
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	. La participación en los Juegos Nacionales FEDELIV fue una oportunidad clave para medir el rendimiento del equipo a lo largo del año. Durante la competencia, se evaluó el progreso logrado en términos de habilidades, cohesión y estrategias. El equipo mostró una evolución significativa, reflejando el trabajo y la preparación realizados previamente. Además, el torneo permitió identificar áreas de mejora, lo que será crucial para ajustar las estrategias de cara a futuras competiciones. La experiencia adquirida resultó invaluable para planificar y potenciar el rendimiento en próximos desafíos deportivos.
Semana 2	. **Análisis de Datos:** Se revisaron las grabaciones de las competencias anteriores, lo que permitió identificar las áreas críticas de mejora. El análisis detallado ayudó a señalar debilidades específicas en el rendimiento. **Entrenamiento de Estrategias:** Se reforzaron las estrategias que mostraron buenos resultados y se realizaron ajustes en aquellas que no funcionaron como se esperaba, optimizando el enfoque táctico del equipo. **Práctica de Lanzamientos:** Las sesiones de entrenamiento se focalizaron en mejorar los lanzamientos, trabajando específicamente en las áreas que se observaron como puntos débiles durante las competencias. **Ejercicios de Agilidad y Coordinación:** Se incorporaron ejercicios específicos que simularon situaciones reales de juego, con el objetivo de mejorar la rapidez en la toma de decisiones y la coordinación de los jugadores en momentos críticos. **Sesión de Revisión:** Se llevó a cabo una reunión para revisar los avances logrados durante la semana, ajustando el plan de trabajo según las necesidades observadas. **Recuperación:** Se equilibraron los entrenamientos intensos con momentos adecuados de descanso, evitando así el desgaste físico y mental del equipo.

Semana 3	.
	  Simulacros de Juego: Se realizarán simulaciones de competencia en condiciones controladas, buscando que los jugadores trabajen bajo presión. El objetivo es aplicar lo aprendido en las sesiones anteriores, mejorando la toma de decisiones y el rendimiento en situaciones de juego real.
	  Práctica de Lanzamientos: Se intensificarán las sesiones de lanzamientos en situaciones de juego simuladas, trabajando tanto la precisión como la potencia. La idea es alcanzar consistencia y confianza en los momentos clave del partido.
	  Entrenamiento de Agilidad: Continuarán los ejercicios de agilidad que replican las demandas físicas de alta exigencia, preparando a los jugadores para responder con rapidez y efectividad en el campo.
	  Evaluación de Estrategias: Se evaluará la efectividad de las estrategias implementadas durante los simulacros de juego. Dependiendo de los resultados observados, se harán los ajustes necesarios para optimizar el rendimiento táctico del equipo.
	  Sesión de Revisión: Antes de la competencia, se llevará a cabo una reunión final para revisar los detalles técnicos y tácticos. En esta sesión se asegurará que todos los jugadores comprendan completamente sus roles y las estrategias.
	  Descanso y Preparación Mental: Se priorizará el descanso físico y la preparación mental. Se dará tiempo suficiente para que los jugadores se recuperen y entren mentalmente, manteniendo una actitud positiva y enfocada antes del evento.

Semana 4	▯ **Competencia:** El equipo participó activamente en una nueva competencia, donde se aplicaron los ajustes y estrategias trabajadas durante las semanas anteriores. Se buscó poner en práctica las mejoras tácticas y técnicas implementadas. ▯ **Análisis de Resultados:** Posteriormente, se llevó a cabo una revisión exhaustiva del desempeño tanto a nivel colectivo como individual. Se evaluaron los aspectos positivos y las áreas de mejora de cada jugador en relación con los objetivos trazados. ▯ **Entrenamiento de Lanzamientos:** A partir del análisis, se reforzaron las técnicas de lanzamiento observadas durante la competencia. Se hicieron ajustes específicos basados en el feedback recibido, enfocados en mejorar precisión, potencia y consistencia. ▯ **Ejercicios de Coordinación:** Se continuó con ejercicios destinados a mantener la cohesión y la comunicación dentro del equipo, esenciales para el éxito en el campo de juego. ▯ **Sesión de Revisión:** Se organizó una reunión para que el equipo evaluara la experiencia de la competencia. Durante esta sesión, los jugadores compartieron su retroalimentación, lo cual fue fundamental para identificar áreas de mejora y ajustar el plan para futuros enfrentamientos. ▯ **Recuperación:** Finalmente, se programó un período de descanso y recuperación física y mental, permitiendo a los jugadores regenerarse adecuadamente antes de retomar las actividades de entrenamiento.

Semana 5	. **Evaluación Integral:** Se llevará a cabo una evaluación completa del progreso alcanzado durante todo el ciclo de competencias y entrenamientos. Este análisis incluirá tanto aspectos individuales como colectivos, identificando las áreas en las que se ha logrado avanzar y aquellas que requieren más atención. **Revisión de Metas:** A partir de la evaluación, se ajustarán las metas del equipo, tanto a nivel individual como colectivo. Las metas serán realineadas según el rendimiento observado, asegurando que sigan siendo alcanzables y desafiantes para el desarrollo del equipo. **Práctica de Lanzamientos:** Se continuará perfeccionando las técnicas de lanzamiento, consolidando lo aprendido hasta ahora. El objetivo será mejorar la consistencia, precisión y eficacia en los lanzamientos bajo condiciones de juego. **Ejercicios de Agilidad y Coordinación:** Se mantendrán los ejercicios avanzados de agilidad y coordinación, que son clave para seguir desarrollando la rapidez en la toma de decisiones y la cohesión en el trabajo en equipo. **Planificación Futura:** Se desarrollará un plan a mediano plazo para las próximas semanas, enfocado en las competencias restantes del calendario. Este plan estará orientado a continuar el crecimiento del equipo y a prepararlo para enfrentar los desafíos futuros. **Descanso y Recuperación:** Se proporcionará tiempo adecuado para que los jugadores puedan descansar y recuperarse física y mentalmente antes de iniciar un nuevo ciclo de entrenamiento y competencia. Esto garantizará que el equipo esté fresco y listo para mantener un alto rendimiento.

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	Consolidar el rendimiento del equipo en competencia mediante la optimización de estrategias, técnicas de lanzamiento, agilidad y coordinación, mientras se realizan ajustes basados en la retroalimentación de los partidos, con el fin de alcanzar un nivel de juego consistente y competitivo que asegure una participación destacada en las próximas competiciones

Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	**Revisión y Recuperación** • **Objetivo: Descanso activo y evaluación post-competencia.** • **Actividades: Revisión individual y colectiva del desempeño, análisis de videos, y recuperación física con ejercicios ligeros.** • **Enfoque: Balancear carga física con recuperación, identificando las áreas críticas para mejorar.**

	.

	.
Semana 2	**Ajustes Técnicos** • **Objetivo:** Mejorar técnicas observadas como deficientes. • **Actividades:** Sesiones de lanzamientos y agilidad enfocados en corregir errores y afinar detalles tácticos. • **Enfoque:** Detalles en precisión, trabajo de pies y comunicación dentro del equipo.
Semana 3	**Simulacros de Competencia** • **Objetivo: Implementar mejoras en situaciones de juego real.** • **Actividades: Simulaciones bajo presión, ejercicios de toma de decisiones rápidas y trabajo de equipo.** • **Enfoque: Desarrollar estrategias bajo situaciones de estrés, reforzar la cohesión y la adaptabilidad del equipo.**

Semana 4	**Estrategias y Condición Física** • **Objetivo:** Consolidar estrategias y fortalecer el estado físico. • **Actividades:** Entrenamiento de tácticas colectivas, resistencia y explosividad. • **Enfoque:** Aumentar la capacidad física, manteniendo el enfoque en la implementación táctica.
Semana 5	**Preparación Final para Competencias** • **Objetivo:** Refinar detalles antes de la competencia. • **Actividades:** Simulacros finales, ajustes de última hora en lanzamientos y ejercicios de agilidad. • **Enfoque:** Confianza en la ejecución de lo entrenado y ajuste mental para la competencia.

Observaciones del periodo
El plan de 5 semanas está cuidadosamente diseñado para maximizar el rendimiento del equipo a través de una evaluación integral, implementación de nuevas estrategias, y enfoques específicos en habilidades como lanzamientos y agilidad. La observación inicial y el análisis de datos permiten ajustar el entrenamiento a las necesidades reales del equipo, mientras que la introducción de nuevas tácticas asegura la adaptación continua. La consolidación de habilidades y ajustes basados en evaluaciones periódicas mantienen el progreso en línea con los objetivos establecidos. La preparación final para competencias se centra en perfeccionar estrategias y técnicas, asegurando que los jugadores estén tanto física como mentalmente listos. Además, la inclusión de descanso y recuperación, junto con una comunicación abierta y sesiones de retroalimentación, garantiza que el equipo mantenga su motivación y rendimiento óptimo.



FIRMA:
NOMBRE: SEBASTIAN QUINTO RUIZ