Período de Informe	octubre				
Nombre contratista	JOSE ALIRIO RODRIGUEZ				
Tipo de documento	C. C.	**Numero de documento**	2.470.571		
Liga	LIGA ANTIOQUEÑA DE TEJO				
Deporte / modalidad	**TEJO Y MINITEJO**				
Numero Atletas a cargo por genero	**Femenino** Nro.	**18**	**Masculino** Nro.	**6**	
Supervisor del contrato	ANDRES ROBERTO GOMEZ				
Número del contrato	423	**Informe de actividades No**	04		
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador de tejo para Indeportes Antioquia				

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	Dahiana Gomez Chavez		8	8	100%
2	Derly Yajaira Borja Correa		8	8	100%
3	Eliani Daniela Ferraro David		8	8	100%
4	Laura Ximena Hernandez		6	5	83.3%
5	Maria Alejandra Bustamante		8	8	100%
6	Maria Isabela Berrio Zapata		6	5	83.3%
7	Mariana Loaiza Zapata		8	8	100%
8	Salome Aguilar Vieira		6	5	83.3%
9	Salomé Castaño Mendez		6	5	83.3%
10	Samara Montoya Franco		6	5	83.3%
11	Sara Valentina Céspedes R.		6	5	83.3%
12	Sara Yurani Chica Monsalve		6	5	83.3%
13	Taliana Porras Bedoya		6	5	83.3%
14	Vanesa David Restrepo		6	5	83.3%

15	Juan José García				
16	Carlos Hernandez				
17	Duvan Quintana				
18	Felipe Ospina				
19	Daniel Ospina				
20	Geraldine Betancur				
21	Valeria Tuberquia				
22	Luisa Guerra				
23	Karina Sierra				
24	Edwin Pérez				
	Sesiones de dos horas	No se	Calcula % por	Ser eventos	Nacionales y Dptal.

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	• Fortalecer la técnica de ejecución del lanzamiento en los menores de los Municipio e Instituciones Educativas. • Mejorar la ubicación en el área de lanzamiento, la ejecución y la finalización del mismo. • Desarrollar en el atleta una precisión en los lanzamientos, mediante sesiones con aro y obstáculos de visión. • Indicar las modalidades en que se juega el tejo y ponerlas en práctica.
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	Esta semana será destinada a los Municipios de Anzá y San Roque y Santa fé de Antioquia. Cada sesión se inicia con Calentamiento: movimientos articulares Teórico: Explicación sobre sistema de juego del tejo, como se lanza y su puntuación. Técnica Pedagógica: hacer lanzamiento con pelotas y ejecutando el gesto deportivo, con desplazamientos. Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias. Se hará acompañamiento a los menores en la Final de Intercolegiados en el Municipio de Carepa.
Semana 2	En el Municipio de Villeta estaremos en el encuentro de Escuelas con 3 equipos de GUARNE, DABEIBA y LA CEJA. Esta semana está dirigida a mejorar el lanzamiento de los menores, mediante Sesiones de lanzamientos con pelotas y tejo, utilizando aros y obstáculos. Iniciaremos con Calentamiento: movimientos articulares -Teórico: Explicación sobre sistema de juego del tejo, como se lanza y su puntuación. -Técnico: Ejecución de lanzamientos en diferentes distancias con tejos pequeños, en cuarto de cancha. Ya conocen el tejo. Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias.
Semana 3	Cada sesión se inicia con una fase de Calentamiento general movimientos articulares. Se reanudan entrenamientos en la Institución Educativa ANZA y en el Municipio de Santa Fe de Antioquia, quienes no contaban con canchas de tejo. -Teórico: Explicación sobre sistema de juego del tejo, como se lanza y su puntuación, reglamento.

	-Técnica: hacer lanzamiento con pelotas y ejecutando el gesto deportivo, con desplazamientos. -Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias.
Semana 4	Semana destinada a los Municipios de SAN ROQUE, SANTA FÉ DE ANT. Y GUARNE. Esta sesión de la semana iniciara con una fase de calentamiento general con diferentes partes del cuerpo y con elementos como pelotas, platillos, conos de diferentes tamaños. -Seguidamente la fase central estará compuesta por ejercicios para la ejecución correcta del lanzamiento; continuaremos con prácticas de efectividad mediante colocación de objetos alrededor de bocin, los cuales serán objetos visibles a derrumbar. -Finalmente se realizarán los estiramientos
Semana 5	-Trabajo practico dirigido a los clasificados a la Final de Intercolegiados en Bogotá, en los Municipios de Guarne, Dabeiba, Y San Roque - Se inicia cada sesión con un Calentamiento con movimientos articulares - Teórico: Explicación sobre medida de jugadas, valides e invalidez, comportamiento en los escenarios y sanciones. -Técnica: Coordinación viso manual, ejercicios de equilibrio con desplazamientos laterales y con saltos. -Series de lanzamientos con metas, buscando aproximaciones al bocin. No se le colocan mechas, sino bombas para que las exploten en la parte superior. Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias, para que lo adquieran como un hábito.

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
- 26 al 30 de septiembre Nacional Juvenil Masculino de tejo en Valledupar. - 1 al 6 de octubre: Final Departamental Intercolegiados en Carepa - 17 al 21 de octubre: Nacional Sub-25 masculino y femenino en Turbaco –Bolívar.

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
N/A

OBJETIVO DEL *SIGUENTE* PERIODO	. Fortalecer la correcta ejecución de los lanzamientos de los menores de las instituciones educativas, mediante repeticiones rotativas, corrigiendo las posturas. . Realizar sesiones periódicas de entrenamiento en campo con pelotas, para perfeccionar la técnica en cuanto a la parábola del lanzamiento y la velocidad del implemento de juego.
Actividades planificadas para el siguiente periodo (junio)	
Semana 1	Nacional Interclubes de Tejo en Ibagué Teórico: Explicación sobre sistema de juego del tejo, como se lanza y su puntuación. Calentamiento: movimientos articulares Técnica Pedagógica: hacer lanzamiento con pelotas y ejecutando el gesto deportivo, con desplazamientos. Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias. Este trabajo se realizará en Municipio de San Roque, con el docente Luis Fernando Cuervo, durante dos días
Semana 2	Institución Educativa de san Luis Campamento en el Municipio de Dabeiba con 20 niños entre los 7 y 10 años. Teórico: Explicación sobre sistema de juego del tejo, como se lanza y su puntuación. Calentamiento: movimientos articulares Técnico: Ejecución de lanzamientos en diferentes distancias con tejos pequeños, en cuarto de cancha. Ya conocen el tejo. Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias.
Semana 3	Institución Educativa Arturo Velásquez Ospina de Santa Fe de Antioquia Institución Educativa INDEM de Copacabana. Teórico: Explicación sobre sistema de juego del tejo, como se lanza y su puntuación, reglamento. Calentamiento: movimientos articulares Técnica: hacer lanzamiento con pelotas y ejecutando el gesto deportivo, con desplazamientos. Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias.
Semana 4	Municipio de Santo Domingo, señor Héctor Mario de Deportes. Calentamiento: movimientos articulares Técnica: Coordinación ojo – ambas manos con elementos: aro, pelotas, platos, etc. Movimientos con elementos de derecha a izquierda y viceversa; de arriba hacia abajo y al contrario. Péndulos en varios recorridos y se termina con lanzamientos cortos.

	Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias.
Semana 5	Nacional Interligas en Casanare Municipio de Guarne, Sabaneta y Envigado Teórico: Explicación sobre sistema de juego del tejo, como se lanza y su puntuación, reglamento. Calentamiento: movimientos articulares. Técnica: Coordinación viso manual, ejercicios de equilibrio con desplazamientos laterales y con saltos. series de lanzamientos con metas, buscando aproximaciones al bocin. No se le colocan mechas, sino bombas para que las exploten en la parte superior. Estiramiento: Movimientos articulares de cabeza a pie, se informa la obligatoriedad de hacerlo después del todos los entrenamientos o competencias.

Observaciones del periodo
1. Del 31 de octubre al 5 de noviembre Nacional Interclubes de tejo en Ibagué 2. Del 19 al 22 de noviembre Final Nacional Intercolegiados de tejo en Bogotá 3. Del 28 de noviembre al 2 de diciembre Nacional Interligas de tejo en Casanare 4. Los eventos fueron todos de jornadas de 12 horas, solo con descanso al almuerzo



FIRMA:
NOMBRE: JOSE ALIRIO RODRIGUEZ