

	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO		Version 10
			13/02/2023

Período de Informe		ABRIL DE 2026		
Nombre contratista	ESTEBAN ALBERTO VALDERRAMA QUICENO			
Tipo de documento	C.C	Numero de documento	1028013832	
Liga	LIGA DE AJEDREZ DE ANTIOQUIA			
Deporte / modalidad	AJEDREZ			
Numero Atletas a cargo por genero	Femenino Nro.	7	Masculino Nro.	
Supervisor del contrato	ANDRES ROBERTO GOMEZ			
Número del contrato	152 DE 2026	Informe de actividades No		003
Objeto del Contrato	Prestación de servicios de un entrenador asistente para desarrollar el proceso de planificación y preparación de los atletas para acompañar a la liga de ajedrez de Antioquia, en la rama femenina, con el fin de desarrollar el potencial deportivo, selección, entrenamiento y participación en competencias, en categorías de juegos nacionales.			

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	Mariana Munera	20h	5	5	100%
2	Sofia Ortiz	16h	5	4	80%
3	Elisabet Briceño	20h	5	5	100%
4	Victoria Hernández	20h	5	5	100%
5	Isabela Jiménez	16h	5	4	80%
6	María paula Rodas	20h	5	5	100%
7	Salomé Quintero	8h	5	2	40%
8					
9					
10					
11					
12					
13					

	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO	F-AT-35	Version 10
			13/02/2023

OBJETIVO DEL PERIODO ACTUAL	Preparar técnicamente a la selección sub 8-14 para el nacional modalidad clásico en la ciudad de Medellín del 30 al 04 de mayo en el 2026
Actividades realizadas en el periodo	
Semana 1	<ul style="list-style-type: none"> Reforzar los fundamentos básicos del ajedrez, lucha por el centro, desarrollo de piezas, seguridad del rey, entre otros. Trabajar la parte lógica y de razonamiento para la toma de decisiones en el ajedrez Realizar matches temáticos de siciliana e italiana a 15+10 para su posterior análisis chequeando los errores. Resolver ejercicios de táctica básica y avanzada aplicando el método de jugadas directas y luego trabajo de cálculo con tiempo de 10 minutos para su reflexión.
Semana 2	<ul style="list-style-type: none"> Analizar partidas temáticas o de maestros para el trabajo de comprensión y estrategia en diferentes posiciones. Hacer práctica de blitz 3+2 con su posterior análisis revisando los elementos técnicos de apertura y medio juego. Realizar pausas activas de 20 a 30 min con la selección junior de Antioquia para su libre esparcimiento y descanso. Resolver táctica en Lichess.org Puzzle Storm a 3 minutos
Semana 3	<ul style="list-style-type: none"> Trabajar las coordenadas en Lichess.org con tiempo de 30 segundos con el objetivo de alcanzar 20+ con blancas y negras. Jugar dobles (en parejas) para el trabajo de creatividad, ritmo de juego y táctica en el ajedrez a 3+0 finish. continuar con la lectura del libro del GM Mauricio Flores sobre Estructuras de peones -Peón aislado. Analizar partidas de los últimos eventos para revisar los errores, la apertura y/o ideas de medio juego y estrategia.
Semana 4	<ul style="list-style-type: none"> Efectuar un dictado de alguna partida para evaluar la notación algebraica con la menor cantidad de errores y con 10 seg mínimo para escribir la jugada Resolver ejercicios posicionales con tiempo de reflexión de 7-10 minutos para el trabajo de la estrategia. Analizar partidas temáticas o de maestros para el trabajo de comprensión y estrategia en diferentes posiciones. Reforzar los fundamentos básicos del ajedrez, lucha por el centro, desarrollo de piezas, seguridad del rey, entre otros.
Semana 5	<ul style="list-style-type: none"> Realizar pausas activas de 20 a 30 min con la selección junior de Antioquia para su libre esparcimiento y descanso. Analizar partidas de los últimos eventos para revisar los errores, la apertura y/o ideas de medio juego y estrategia. continuar con la lectura del libro del GM Mauricio Flores sobre Estructuras de peones -Peón aislado. Resolver ejercicios de táctica básica y avanzada aplicando el método de jugadas directas y luego trabajo de cálculo con tiempo de 10 minutos para su reflexión.

	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO	F-AT-35	Version 10
			13/02/2023

Informe de eventos y/o competencias en el periodo
<ul style="list-style-type: none"> Se participó en el torneo departamental de segunda categoría del 25 al 29 de marzo del 2026 en la Liga de Ajedrez de Antioquia con las siguientes deportistas y obteniendo los siguientes resultados: <ol style="list-style-type: none"> Mariana Munera 1/7 Salomé Quintero 1/7 María Rodas 1/7 Isabela Jiménez 1/7

Informe de actividades realizadas en conjunto con las dependencias de la subgerencia de deporte asociado y altos logros (medicina deportiva / desarrollo psicosocial)
<p>No se realizaron actividades durante el periodo</p>

OBJETIVO DEL SIGUIENTE PERIODO	Mejorar el componente técnico de la selección Junior sub 8-10-12-14 en sus variables tácticas, teóricas y técnicas del ajedrez para el 2026.
Actividades planificadas para el siguiente periodo	
Semana 1	<ul style="list-style-type: none"> Se resolverán ejercicios tipo tácticos o combinaciones con tiempo de reflexión de 7 a 10 minutos. Se analizarán partidas temáticas del entrenador haciendo pausas en momentos críticos o importantes para tomar decisiones en la partida. Se harán pausas activas de 20 a 30 minutos con la selección junior para su libre esparcimiento y descanso. Se continuará el trabajo del libro de estructuras de peones del GM Mauricio Flores para el entendimiento posicional.
Semana 2	<ul style="list-style-type: none"> Se harán ejercicios en lichess.org de coordinadas para mejorar la ubicación espacial y la notación algebraica. Se resolverán ejercicios tácticos a la ciega (sin piezas) con tiempo de 5 minutos para identificar las piezas y encontrar la solución. Se realizarán prácticas de ritmo blitz finish y con incremento a 3+0 y 3+2 para su posterior análisis. Se trabajará la parte de los fundamentos del ajedrez, el valor de las piezas, la pareja de alfiles y el por qué de las jugadas para mejorar la lógica y la toma de decisiones en ajedrez.
Semana 3	

	PLANILLA DE CONTROL TÉCNICO	F-AT-35	Version 10
			13/02/2023

	<ul style="list-style-type: none"> Se resolverán ejercicios de táctica en lichess.org Puzzle Storm para el trabajo de patrones tácticos y de visión inmediata a tiempo de 3 minutos. Se hará la práctica de mano-cerebro entre 4 jugadores en 1 tablero para afianzar la lógica y el pensamiento crítico en ajedrez a 3+2 Se jugarán partidas a la ciega (sin ver las piezas ni el tablero) para el trabajo de concentración, profundidad en el cálculo y espacialidad del ajedrez a 3+2- Se resolverán coordenadas en lichess.org con tiempo de 30 segundos sin ver el tablero ni las piezas y buscando como objetivo más de 20 casillas en 30 segundos.
Semana 4	<ul style="list-style-type: none"> Se analizarán partidas temáticas del entrenador haciendo pausas en momentos críticos o importantes para tomar decisiones en la partida. Se resolverán ejercicios de táctica en lichess.org Puzzle Storm para el trabajo de patrones tácticos y de visión inmediata a tiempo de 3 minutos. Se continuará el trabajo del libro de estructuras de peones del GM Mauricio Flores para el entendimiento posicional. Se harán ejercicios en lichess.org de coordenadas para mejorar la ubicación espacial y la notación algebraica.
Semana 5	<ul style="list-style-type: none"> Se trabajará la parte de los fundamentos del ajedrez, el valor de las piezas, la pareja de alfiles y el porqué de las jugadas para mejorar la lógica y la toma de decisiones en ajedrez. Se resolverán ejercicios tipo tácticos o combinaciones con tiempo de reflexión de 7 a 10 minutos. Se jugarán partidas a la ciega (sin ver las piezas ni el tablero) para el trabajo de concentración, profundidad en el cálculo y espacialidad del ajedrez a 3+2- Se resolverán ejercicios de táctica en lichess.org Puzzle Storm para el trabajo de patrones tácticos y de visión inmediata a tiempo de 3 minutos.

Observaciones del periodo
<p>No se tienen observaciones durante el periodo.</p>

FIRMA: *Esteban Valderrama*
NOMBRE: ESTEBAN VALDERRAMA QUICENO