



Federación Nacional de Natación, Clavados, Polo Acuático y Natación Sincronizado de Guatemala

Informe Técnico Mensual Profesores

FOR-4-DT-INFO

Información general.

Nombre: KEVIN RENE DE LEON TEZ **Departamento:** CHIMALTENANGO

Piscina: ESCUELA NORMAL DE EDUCACION FISICA, LA ALAMEDA

Horarios: 05:00 a 06:00 07:00 a 08:00 09:00 a 10:00 10:00 a 11:00

14:00 a 15:00 15:00 a 16:00 16:00 a 17:00 17:00 a 18:00

Días de trabajo: lunes martes miércoles jueves viernes
sábado

Domingo

Mes y año: 31 de agosto de 2023

Información Específica.

Objetivo general: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD AEROBICA DE LOS ATLETAS

Objetivos específicos: DESARROLLAR EJERCICIOS QUE MEJORARAN EL RENDIMIENTO FISICO DEL ATLETA AL DESARROLLAR TRABAJO EN AGUA Y TIERRA

Mesociclo:4 Modulo: 1 Numero de clases planificadas: 24

Clases efectivas: 24

Factores que no permitieron cumplir con lo planificado:

Se suspendieron clases por un inconveniente con el acceso a la piscina.

Asistencias.

Adjuntar al informe.

Capacitaciones.

Lugar:

Fecha:

Entidad organizador

Comentarios:

Observaciones.


Firma de Profesor/a


Miembro del Comité Ejecutivo
ASONAT


Vo.bo. Director Técnico



#¿NOMBRE?



DEPARTAMENTO: Chimaltenango

MODELO DE MICROCILO / MES

FECHA : 31-ago No. DE MICRO: 2 Mes: agosto

OBJETIVO TECNICO: DESARROLLO DE LA CAPACIDAD AEROBICA

OBJETIVO FISICO : RESISTENCIA

Componentes	Semana 1		Semana 2		Semana 3		Semana 4		Semana 5		Total		%
	Planif.	Real	Planif.	Real	Planif.	Real	Planif.	Real	Planif.	Real	Planif.	Real	
Parte Inicial	60	60	60	60	60	60	60	60			60	60	100%
Calentamiento General	30	30	30	30	30	30	30	30			30	30	100%
Calentamiento Especial	30	30	30	30	30	30	30	30			30	30	100%
Preparacion Fisica General	110	110	110	110	110	110	110	110			440	440	100%
<i>Capacidad Condicionales</i>													
Resistencia	45	45	45	45	45	45	45	45			180	180	
Fuerza	35	35	35	35	35	35	35	35			140	140	
Rapidez	15	15	15	15	15	15	15	15			60	60	
Flexibilidad	15	15	15	15	15	15	15	15			60	60	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
Preparacion Fisica Especial													
<i>Capacidad Condicionales</i>											0	0	
Resistencia Especial	10	10	10	10	10	10	10	10			60	60	
Fuerza Especial	5	5	5	5	5	5	5	5			30	30	
Rapidez Especial											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
											0	0	
Preparación Teorica	10	10	10	10	10	10	10	10			60	60	100%
TOTAL	70	70	70	70	70	70	70	70			560	560	100%

Observaciones:

 

CONTROL DE ASISTENCIA DE ATLETAS A SESIONES DE ENTRENAMIENTO

ASOCIACIÓN DEPORTIVA DE NATACION DEPARTAMENTAL DE: NATACION ENTRENADOR: **KEVIN DE LEON TEZ**

MES: **agosto** HORARIOS: **7-8 9-10AM / 2-3PM / 3-4PM / 4-5/ 5-6**

No	NOMBRE COMPLETO	SESIONES PLANIFICADAS: 22																												%					
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		29	30	31		
1	JORGE BALAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
2	ANDREA DUARTE	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
3	ADRIANA OZUNA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
4	YACKELIN NAVAS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
5	DEIDRA LETTA CUA MUNOZ	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
6	ANA BALAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
7	GENESIS RIVAS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
8	ANGELY AZURDIA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
9	ALEXANDER SEBASTIAN DE PAZ	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
10	SELEN GIRONES	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
11	MATEO GIRON	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
12	RUBEN TEZ MELJA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
13	ABI POLOL	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
14	DAVID ROQUEL	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
15	DAVID CALAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100	
16	RAFAEL CALAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
17	ANGELY AZURDIA	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
18	MCHAMED VIELMAN	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
19	SUCHEY ANAHI DELERON	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
20	VERSY RIVAS	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100
21	ALEJANDRO GIRON	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	100

Parcentaje de asistencia General de la Matricula del Mes: 100.0%

** Toda lesión o enfermedad de atletas, deben de ser justificadas con certificado médico de la Dirección de Servicios para la Competitividad

JUSTIFICACION DE INASISTENCIAS (● : E, L):

No.	Nombre	Documento Adjunto
1		
2		
3		
4		

OBSERVACIONES:



[Handwritten signature]
Nombre del Entrenador: **Kevin Tez**

[Handwritten signature]
Nombre del Entrenador: **Kevin Tez**

NOTA: El entrenador es responsable del control, de reportar justificaciones de inasistencias a los entrenamientos.

PERU, Y SELLO DE ASOCIACION

CONFEDERACIÓN DEPORTIVA AUTÓNOMA DE GUATEMALA
Sub Gerencia Técnica

Informe Post Competitivo

Juegos Deportivos Nacionales

Federación Deportiva Nacional de:

Asociación Deportiva Departamental de **CHIMALTENANGO**
(Indique el Departamento):

Deporte: **NATACION**

Fecha de Realización del Evento: **25 AL 26 DE AGOSTO**

Fecha de Entrega a la Dirección Técnica Departamental **30/08/2023**

Nombre, Firma y Sello del Metólogo que recibe: **Lydia Texaj Leòn**



30/08/23.



30/08/2023

