



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

Informe Técnico Final

FOR-4-DT-
INFO

Información general.

Nombre: Astrid Yanira Barrios Alvarizaes **Departamento:** Guatemala

Piscina: Piscina Olímpica Zona 15

Horarios: 14:00 a 15:00pm 15:00 a 16:00pm 16:00 a 17:00pm

17:00 a 18:00pm

Sábados 08:00 a 09:00am 09:00 a 10:00am 10:00 a 11:00am 11:00 a 12:00pm

Días de trabajo: Lunes Martes Miércoles Jueves Viernes

Sábados

Mes y año: Enero a Diciembre del 2024

Información Específica.

Objetivo general:

1. Enseñanza de las Cualidades básicas de la natación.
2. Técnicas del estilo libre.
3. Que al finalizar el tiempo establecido para cada modulo se haya alcanzado cada uno de los objetivos planeados

Objetivos específicos:

1. Facilitar la práctica y el aprendizaje de las habilidades básicas
2. Facilitar la enseñanza y el aprendizaje de los estilos de natación por medio de un sistema de ejercicios debidamente planificados durante cada módulo.
3. Movimientos coordinados rítmicos en ciclo técnico del batido de piernas en las técnicas de nado.
4. Mejora la postura del estilo libre

Factores que no permitieron cumplir con lo planificado: Ninguno

**Firma de Profesor
Técnico**

Vo.bo. Director

Mes de enero, febrero, marzo, abril, mayo y junio

Piscina zona 15

Empecé con un grupo de niños principiantes en el horario de las 2 y de las 3 con el aprendizaje de cualidades básicas tanto los lunes, miércoles y viernes como en los días martes y jueves.

En el horario de las 4 se trabajó cualidades básicas con un grupo de niños y adultos.

En el horario de las 5 Me quedaba de apoyo para el entrenador Raúl y se trabajó el acondicionamiento físico con los atletas para mejorar su rendimiento físico tanto fuera como dentro del agua.

Y los sábados de 8 a 10 trabajé con grupos de adultos y adolescentes los estilos libre y dorso y se trabajaron las cualidades básicas con los grupos de niños de 10 a 12 horas.

Mes de Julio

En este mes se trabajó la evaluación para poder trabajar conforme a los módulos en la cual a mis alumnos los evalué de las cualidades básicas y varios pasaron al nivel 2 de libre.

Mes de Agosto, septiembre y octubre

Este mes me trasladaron para la piscina de zona 4 y nos organizamos conforme módulos, En el horario de lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Quedo así de 2 a 3 tenía adultos con Estilo libre.

De 3 a 4 grupo de niños aprendiendo modulo 1 cualidades básicas.

De 4 a 5 adultos principiantes aprendiendo estilo libre.

De 5 a 6 adultos principiantes aprendiendo estilo libre

Se Apoyaba a Paola en los diferentes horarios con sus alumnos tanto fuera con acondicionamiento físico como adentro del agua con los entrenos

Y los sábados se trabajaron las cualidades básicas y el estilo libre con los grupos de niños y Adultos en los distintos horarios.

Mes de Noviembre y diciembre.

nos organizamos conforme módulos, En el horario de lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Quedo así de 2 a 3 niños aprendiendo modulo 1 cualidades básicas.

De 3 a 4 grupo de niños aprendiendo modulo 2 estilo libre.

De 4 a 5 grupo de niños aprendiendo modulo 3 estilo dorso.

De 5 a 6 adultos principiantes aprendiendo estilo libre

Se Apoyaba a Paola en los diferentes horarios con sus alumnos tanto fuera con acondicionamiento físico como adentro del agua con los entrenos.

Los sábados se trabajaron las cualidades básicas y el estilo libre con los grupos de niños y Adultos en los distintos horarios.

Y Se impartieron clases de natación a grupos de alumnos que asistieron al primer y segundo curso de vacaciones 2024, los cuales estaban comprendidos en las edades de 4 años en adelante, se dividieron en tres de niveles de enseñanza en los cuales se trabajó lo siguiente:

Principiantes: cualidades básicas, enseñanza del estilo Libre e Iniciación en la enseñanza del estilo dorso. **Intermedios:** consolidación de la enseñanza del estilo libre y dorso, iniciación a la enseñanza del estilo pecho y salidas, vueltas y llegadas de los tres estilos.

Avanzados: consolidación del estilo pecho y enseñanza del estilo mariposa.

En los distintos meses hubo varias inasistencias por motivos de enfermedad y estos últimos meses por causa del frío.

Y también se agregaban varios nuevos conforme los días y meses.

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Luis', is centered on the page.

Guatemala 15 de diciembre del 2024

Señores:

Comité Ejecutivo
Federación Nacional de Natación Clavados,
Polo Acuático y Nado Sincronizado

Adjunto el presente Oficio de informe de actividades correspondiente del uno al quince mes de diciembre del 2024 en el cual presto mis servicios como profesora de natación en piscina Olímpica zona 4.



Astrid Barrios.
Profesora de natación
Programa zona 4.



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

Informe Técnico Mensual Profesores

FOR-4-DT-INFO

Información general.

Nombre: Astrid Yanira Barrios Alvarizaes **Departamento:** Guatemala

Piscina: Piscina Olímpica Zona 4

Horarios: 07:00 am 08:00 am 09:00 am 10:00 am 11:00am

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

Sábados 08:00 a 09:00am 09:00 a 10:00am 10:00 a 11:00am 11:00 a 12:00pm

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

Días de trabajo: lunes Martes Miércoles Jueves Viernes Sábados

Mes y año: diciembre del 2024

Información Específica.

Objetivo general:

1. Enseñanza de las Cualidades básicas de la natación.
2. Enseñanza y corrección del estilo libre.
3. Técnicas del estilo libre.

Objetivos específicos:

1. Facilitar la práctica y el aprendizaje de las cualidades básicas como la sumersión, flotación, locomoción y la respiración.
2. Crear un ambiente agradable dentro y fuera del agua para mejorar el aprendizaje a través del juego.
3. Desarrollar la independencia y cultivar la autoconfianza del niño dentro del agua.

Factores que no permitieron cumplir con lo planificado: Ninguno

Observaciones: Se impartieron clases de natación a grupos del 2do curso de vacaciones en horario de 7 a 11 de la mañana, los cuales estaban comprendidos en las edades de 4 años en adelante con 3 niveles de enseñanza, principiantes, intermedios y avanzados.

Firma de Profesor

Vo.bo. Director Técnico

Profesora: Astrid Yanira Barríos Alvarizaes

Mes: diciembre Dias: lunes a viernes y día sábado

Horario 2 a 3 Lunes, miercoles, viernes.										
NO	Nombre	2	4	6	9	11	13			
1	Dante Lucas Deleon Ordoñez	A	A	A	A	A	A			
2	Julian Rene Sagui Niculax	A	X	X	X	X	X			
3	Magdi Sagui Niculax	A	X	X	X	X	X			
4										
5										
6										

Horario 2 a 3 Martes y Jueves										
NO	Nombre	3	5	10	12					
1	Julio Rafael Tun	A	X	X	X					
2	Sofia Valentina Vol Caal	X	X	X	X					
3	Santiago Ferraro	A	X	X	X					
4	Sofia Jimena Rosales	A	X	X	X					
5	Leo Jose Lopez	X	X	X	X					
6										

Horario 3 a 4 Lunes, miercoles, viernes.										
NO	Nombre	2	4	6	9	11	13			
1	Brigith Elizabeth Rodriguez	X	X	X	A	X	X			
2	Alessandra Giselle Perez	X	X	X	X	X	X			
3	Adriana Isabela Pereira	A	A	A	A	X	X			
4	Saul Ricardo Cantoral	X	A	A	A	A	A			
5	Jose David Abugarade	A	A	A	A	A	A			
6	Nahomi Alexandra Xon	X	X	X	X	X	X			
7	Esteban Damian Cabrera	A	A	A	A	A	A			
8	Anibal Isaac Cabrera	X	X	X	A	A	A			
9	Manuel Alejandro Sun	X	X	A	A	A	A			
10	Romeo de Angelo Antuan	A	A	X	X	X	X			
11										

Horario 3 a 4 Martes y Jueves										
NO	Nombre	3	5	10	12					
1	Sofia Pamela Hernandez	A	A	X	X					
2	Fatima Castañeda	A	X	X	X					
3	Anelisse Castañeda	A	X	X	X					
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										

A	ASISTENCIA
X	FALTA

Horario 4 a 5 Lunes, miercoles, viernes.												
NO	Nombre	2	4	6	9	11	13					
1	Keilyn Danaly Alvarado	A	A	A	A	A	A					
2	Hilda Maribel Torres	A	A	A	A	A	A					
3	Maria Isabel Rodriguez	A	A	A	A	A	A					
4	Briani Camila Cano	A	A	X	X	X	X					
5												
6												
7												

Horario 5 a 6 Lunes, miercoles, viernes.												
NO	Nombre	2	4	6	9	11	13					
1	Debora Pacal	A	A	A	X	A	X					
2	Melani Paredes	A	A	A	X	X	X					
3	Debora Paz	A	X	X	X	X	X					
4	Cristina Tum	A	A	A	A	A	X					
5	Byron Arnoldo Estrada	A	A	A	A	A	A					
6	Andrea Mishel Navarro	A	X	X	X	X	X					
7	Jose Eliad Sisay	A	A	X	X	X	X					
8	Ronald pineda	A	A	A	A	A	A					
9	Giovani Matzar	A	A	A	A	A	A					
10	Abbi Lara	A	A	A	X	X	X					
11	Samanta Lara	A	A	A	X	X	X					
12	Brenda Pu	A	X	A	X	A	X					
13	Hilda Lares	X	X	A	A	A	X					
14	Imnis Herrera	X	X	X	A	A	X					
15												

Horario 4 a 5 Martes y Jueves									
NO	Nombre	3	5	10	12				
1	Fatima Nayeli Zapeta	A	X	X	X				
2	Melilin Adriana Oscal	X	X	X	X				
3	Dafne Sarai Larios	X	X	X	X				
4	Flor Samayoa	A	A	A	A				
5									

Horario 5 a 6 Martes y Jueves									
NO	Nombre	3	5	10	12				
1	Doris Fabiola Linares	X	A	A	A				
2	Jose Estuardo yocute	A	A	X	X				
3	Julio Gerardo Raquel	A	A	A	X				
4	Bryan Eduardo Escobedo	A	A	X	X				
5	Dayalin Arlem Molina	A	A	A	A				
6									
7									
8									
9									
10									
11									

DIAS SABADOS			
HORARIO	Sabado 7	14	
8am	2 adultos	2	
9am	2 adolescentes	2	
10am	1 adolescente	1	
11am	1 niño	1	