



**Federación Nacional de Natación, Clavados, Polo Acuático y  
Nado Sincronizado de Guatemala**  
**Informe Técnico Mensual Profesores**

FOR-4-DT-INFO

### Información general.

**Nombre:** Mario Anibal Zelada Mayorga **Departamento:** Guatemala

**Piscina:** Piscina Olímpica Zona 4

**Horarios:** 05:00 a 06:00  06:00 a 07:00  07:00 a 08:00  08:00 a 09:00  09:00 a 10:00   
Curso vacaciones 10:00 a 11:00  11:00 a 12:00  12:00 a 13:00  13:00 a 14:00  Sábados  
08:00 a 09:00  09:00 a 10:00  10:00 a 11:00  11:00 a 12:00

**Días de trabajo:** Lunes  Martes  Miércoles  Jueves  Viernes  Sabado

**Mes y año:** Diciembre del 2024

### Información Específica.

#### Objetivo general:

1. Enseñanza de las Cualidades básicas de la natación.
2. Enseñanza y corrección de los estilos. Técnicas del estilo libre, Técnica del estilo dorso, Técnica del estilo pecho, Técnica del estilo mariposa

#### Objetivos específicos:

1. Facilitar la práctica y el aprendizaje de las habilidades básicas.
2. Movimientos coordinados rítmicos en ciclo técnico del batido de piernas en las cuatro técnicas de nado.

Micro ciclo: 3 Modulo: 1 Al Modulo: 5 Numero de clases planificadas: 20

Clases efectivas: 19

#### Factores que no permitieron cumplir con lo planificado:

**Observaciones:** Estuve apoyando en horarios de 6 a 7 y de 9 a 10 de la mañana con curso de vacaciones y de 10 am a 2 pm estoy como maestro de curso de vacaciones y sábados de 8 am a 12 pm como maestro del curso de vacaciones

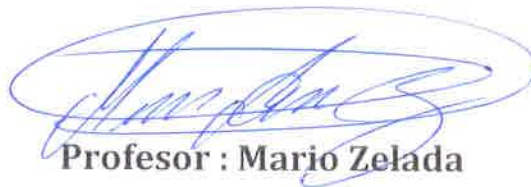
### Asistencias.

Adjuntar al informe.

  
Firma de Profesor

  
Vo.bo. Director Técnico

**Informe Final de Trabajo**  
**Programa zona 4,**  
**2024**



Profesor : Mario Zelada

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

**Presidente:** Prof. Erick Castro

Comité Ejecutivo

**Director Técnico :** Melvin de León

**Gerente General:** Bryron Vasquez

**Información General**

**Fecha de inicio:** Lunes 15 de Enero

**Fecha de Finalización:** viernes 15 de Diciembre del 2024

**Lugar:** Piscina zona 4

**Horario de Clases:** De enero a Diciembre los horarios fueron los siguientes:

Lunes a viernes: 5 am A 10 am



## Objetivos Generales:

Durante el 2024 en la jornada matutina se trabajó en el programa de adultos que tiene como fin poder desarrollar las capacidades motrices de los alumnos dentro y fuera del agua.

Se buscó la habilidad de la persona en el agua, movimientos rítmicos, repetitivos y coordinados de los miembros superiores, inferiores del cuerpo .

Facilitar la enseñanza y el aprendizaje de los estilos de natación por medio de un sistema de ejercicios.

Crear un ambiente agradable dentro y fuera del agua para su mejor aprendizaje .

### Plan de trabajo adulto 2024

El plan de trabajo consto de 4 meses por cada fase para poder enseñar cada uno de los objetivos y así poder obtener progresiones y resultado positivo para avanzar al siguiente nivel .

**Principiantes** : Cualidades básicas / Estilo Libre

**Intermedios**: Estilo Dorso / Estilo Pecho

**Avanzados**: Estilo Pecho / Estilo Mariposa



Mario Zelada

Profesor

LISTADO ALUMNOS CURSO DE VACACIONES 2024

10:00 A 11:00 HORAS	
1	Jimena Del Cid
2	Christopher Velazquez
3	José Secaira
4	Daniel Gonzales
	Miguel Perez
	Sofia Aguilar
5	Gorgie Santos
6	Isabel Herrera
7	Sofia Velazquez
8	Diana Navarro
9	Fatima Patzan
10	Kiara Avalos
11	Steven Velazquez
12	Daniel Georgano
13	Fatima Esquivel

13:00 HORAS	
1	Matias
2	Sofia
3	Alison
4	Abigail

11:00 A 12:00 HORAS	
1	Neythan Martinez
2	David Boj
3	Sara Saquil
4	Santiago Montezuma
5	Natalia de León
6	Marcela de León
7	Camila Morena
8	Gustavo Mendoza

13:00 A 14:00 HORAS	
1	Matias Palomo
2	Nicolas Palomo
3	Sofia Caseres
4	Maite Castañeda
5	Mateo Palma
6	Thiago Ramirez
7	Alison Vasquez
8	Zoe Vasquez
9	Gianella Ramirez



LISTADO ALUMNOS CURSO DE VACACIONES SABADO 2024

08:00 A 09:00 HORAS	
1	Samara Sánchez
2	Jimena Mejía
3	Alisson Sabatier
4	Matías Sandoval
5	José Santiago del cid
6	Abismael Rodríguez
7	Ian Mayorga

09:00 A 10:00 HORAS	
1	Emanuel Ruiz
2	Ana Juarez
3	Dania España
4	Christopher Benitez
5	Magda Rivera
6	Ana Barrios
7	Scarlet Sanchez
8	Mateo Rodriguez

10:00 A 11:00 HORAS	
1	Angel Ovando
2	Ian Arias
3	Alejandra Ramos
4	Darlin Diaz
5	Ailin Diaz
6	Adrian Salguero
7	Nicolas Poz

11:00 A 12:00 HORAS	
1	Yeni Leiva
2	Daniel Arevalo
3	Camila Catalán
4	Jimena Paul
5	Erick Osuna
6	Merlín de León
7	Hugo Moreno
8	Matias Macajola

F. 

Federacion Nacional de Natacion,  
clavados, Polo Acuatico y Nado  
Sincronizado.

Cuadro de Asistencia Diciembre 2024

Lunes, miercoles y viernes de 05:00 a 06:00 am

No.	Nombre completo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Karen Lopez	x			x		x			x		x		x		
2	Oscar Crisosto	x			x		x			x		x		x		
3	Noe Castellanos	x			x		x			x		x		x		
4	Teresa Castellanos	x			x		x			x		x		x		
5	Heidy Salazar	x			x		x			x		x		x		
6	Maria Cruz	x			x		x			x		x		x		
7	Samuel Herrera	x			x		x			x		x		x		
8	Grejorio Santizo	x			x		x			x		x		x		
9	Glenda Coxaj	x			x		x			x		x		x		
10	Lucia Sosa	x			x		x			x		x		x		
11	Daniel Perez	x			x		x			x		x		x		
12	Lesly Gárzola	x			x		x			x		x		x		
13	Azenethe Interiano	x			x		x			x		x		x		
14	Alex Estrada	x			x		x			x		x		x		
15	Frédy Orozco	x			x		x			x		x		x		
16	Felix Consuegra	x			x		x			x		x		x		
18	Ana Alvarado	x			x		x			x		x		x		
19	Kevin Cifuentes	x			x		x			x		x		x		
20	David del Cid	x			x		x			x		x		x		
21	Yenifer Alvarez	x			x		x			x		x		x		
22	Jonathan Serrano	x			x		x			x		x		x		
23	Marijose Oliva	x			x		x			x		x		x		
24	Mariapaula Oliva	x			x		x			x		x		x		
25	Noemy castillo	x			x		x			x		x		x		
26	Carlos castillos	x			x		x			x		x		x		
27	Eddy Cujj	x			x		x			x		x		x		
28	Estela Medina	x			x		x			x		x		x		
29	Daniel Lima	x			x		x			x		x		x		
30	Alejandra Diaz	x			x		x			x		x		x		
31	Jenny Lima	x			x		x			x		x		x		
32	Mayra Cabrera	x			x		x			x		x		x		

Lunes, miercoles y viernes de 06:00 a 07:00 am

No.	Nombre completo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Sergio Calvillo	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
2	Andrea Sacarias	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
3	Acely Alonzo	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
4	Cesar Chavez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
5	Dayrin Aragon	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
6	Francisco Sandoval	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
7	Bety Hernandez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
8	Luis Estrada	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
9	Drasha Valle	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
10	Shelsy Valle	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
11	Carmen Luna	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
12	Dremon Cruz	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
13	Katerin Cruz	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
14	Zoraida Lopez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
15	Vanessa Juarez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
16	Edna Gonzalez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
17	Mayra argueta	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
18	Damaris Mejia	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
19	Nacy Mejia	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
20	Ana Jacobo	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
21	Lesbia Navaro	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
22	Hugo Lopez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
23	Margarita Gonzalez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
24	Karla Castellanos	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
25	Carlos Montezuma	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
26	Werner Solorsano	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
27	Merary Arevalo	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
28	Sandra Boj	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
29	Sergio villagran	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
30	Junior Martinez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
31	Mainor Melendez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		
32	Milvia Ramirez	x	x	x	x	x	x			x	x	x	x	x		



Martes y jueves de 06:00 a 07:00 am

No.	Nombre completo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Fabia Giron			x		x					x		x			
2	Maria Giron			x		x					x		x			
3	Rony Galvez			x		x					x		x			
4	Dulce Cruz			x		x					x		x			
5	Pedro Mayen			x		x					x		x			
6	Reymond Cruz			x		x					x		x			
7	Juan Carlos Gonzales			x		x					x		x			
8	Sandra Diaz			x		x					x		x			
9	Aroldo Diaz			x		x					x		x			
10	Mery Juarez			x		x					x		x			
11	Kevin Cifuentes			x		x					x		x			

Lunes, miercoles y viernes de 07:00 a 08:00 am

No.	Nombre completo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Rony Hernandez			x		x				x		x		x		
2	Ingrid Orozco			x		x				x		x		x		
3	Maycol Roblero			x		x				x		x		x		
4	Rene Mendoza			x		x				x		x		x		
5	Alexsandra Jimenez			x		x				x		x		x		
6	Henry Hernandez			x		x				x		x		x		
7	Addiel Joy			x		x				x		x		x		
8	Jennifer Castellanos			x		x				x		x		x		
9	Rony Yocute			x		x				x		x		x		
10	Jose Lopez			x		x				x		x		x		
11	Jorge Gomez			x		x				x		x		x		
12	Angel Yac			x		x				x		x		x		
13	Josue Martinez			x		x				x		x		x		
14	Luis Concuca			x		x				x		x		x		
15	Juan Galdamez			x		x				x		x		x		
16	Ana Ortiz			x		x				x		x		x		

Lunes, miercoles y viernes de 08:00 a 09:00 am

No.	Nombre completo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Clara Lopez		x		x		x			x		x		x		
2	Hugo Lopez		x		x		x			x		x		x		
3	Andrea Lopez		x		x		x			x		x		x		
4	Emilisa Lopez		x		x		x			x		x		x		
5	Laura Gomez		x		x		x			x		x		x		
6	Mildred Xajaj		x		x		x			x		x		x		
7	Mavel Gallejas		x		x		x			x		x		x		
8	Emily Caballeros		x		x		x			x		x		x		
9	Fernanda Rizzo		x		x		x			x		x		x		
10	Lesly Lermus		x		x		x			x		x		x		
11	Alejandra Maldonado		x		x		x			x		x		x		
12	Cesar Chavez		x		x		x			x		x		x		
13	Susy Cividanis		x		x		x			x		x		x		
13	Ervin Cifuentes		x		x		x			x		x		x		
14	Evelin de León		x		x		x			x		x		x		

Martes y jueves de 08:00 a 9:00 am

No.	Nombre completo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Hugo Rosales			x		x					x		x			
2	Melanie Garcia			x		x					x		x			
3	Edin Sanchez			x		x					x		x			
4	Jonathan Reyes			x		x					x		x			
5	Julio Tumax			x		x					x		x			
6	Rodrigo Tumax			x		x					x		x			

Lunes, miercoles y viernes de 09:00 a 10:00 am

No.	Nombre completo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Sharon Corazón		x		x		x			x		x		x		
2	Andrea Aceituno		x		x		x			x		x		x		
3	Gabriel Regalado		x		x		x			x		x		x		
4	Zoila Hernandez		x		x		x			x		x		x		
5	Bianka Chitay		x		x		x			x		x		x		
6	Alejandra Maldonado		x		x		x			x		x		x		
7	Andy Oliva		x		x		x			x		x		x		
8	Alejandra Maldonado		x		x		x			x		x		x		
9	Marlen de León		x		x		x			x		x		x		
10	Victor Martinez		x		x		x			x		x		x		
11	Gustavo Yoc		x		x		x			x		x		x		
12	Katerine Rivera		x		x		x			x		x		x		
13	Maura Xol		x		x		x			x		x		x		
14	Sofia Linares		x		x		x			x		x		x		
15	Susy Cabrera		x		x		x			x		x		x		
16	Viviana eslin		x		x		x			x		x		x		
17	Devora Cabrera		x		x		x			x		x		x		
18	Verónica Hernandez		x		x		x			x		x		x		

Martes, jueves de 09:00 a 10:00 am

No.	Nombre completo	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	Aracely Garcia			x		x					x		x			
2	Miriam Sarabia			x		x					x		x			
3	Roxana Orantes			x		x					x		x			
4	Alison Sazo			x		x					x		x			
5	Norma Ramirez			x		x					x		x			
6	Judith Yax			x		x					x		x			