

Guatemala, 30 de diciembre del 2,016

Doctor.
Erick Roberto Sosa Aldana.
Viceministro del Deporte y la Recreación
MINISTERIO DE CULTURA Y DEPORTES
Su Despacho.

Estimado Viceministro:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe de actividades conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por **Servicios Técnico Profesionales** Numero 434-2016, aprobado mediante el acuerdo Ministerial Numero 25-2016 correspondiente al mes de diciembre del 2016, y para el cobro de mis honorarios estoy presentando factura serie A1 número 00038.

Actividades Realizadas:

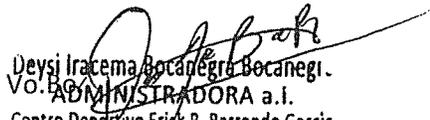
1. Se realizaron ejercicios de coordinación
2. Se practicó técnicas de tach-waza, se perfecciono las entradas del ippon-seo-nage
3. Se trabajaron técnicas de coshi-waza como el oki-go-shi
4. Se estuvieron haciendo randoris para el curso de vacaciones
5. Se enseñaron las técnicas básicas a los alumnos del curso de vacaciones 2016
6. Se realizó una convivencia entre padres y alumnos del curso de vacaciones 2016

Resultados obtenidos:

1. Se obtuvo una mejor coordinación en los movimientos de tachi-waza
2. Se obtuvo una mejor confianza en las entradas al realizar técnicas de ne-waza
3. Aprendieron técnicas de coshi-waza obteniendo confianza al realizarlas
4. A los alumnos del curso de vacaciones, se les enseñó el randori de tachi-waza y ne-waza
5. Aprendieron el saludo del inicio de clases y finalización de clase.
6. Aprendieron la disciplina, seguir instrucciones, coordinación y trabajo en equipo.
7. Se les enseñó valores deportivos (juego limpio)



Myrior Estuardo Domínguez Estrada.



Deysi Iracema Bocanegra Bocanegra.
V.O. ADMINISTRADORA a.i.
Centro Deportivo Erick B. Barrondo García
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación

Informe Final de Resultados

Guatemala, 30 de diciembre del 2,016

Doctor.
Erick Roberto Sosa Aldana.
Viceministro del Deporte y la Recreación
MINISTERIO DE CULTURA Y DEPORTES
Su Despacho.

Estimado Viceministro:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe final de resultados conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por **Servicios Técnico Profesionales** Numero 434-2016, aprobado mediante el acuerdo Ministerial Numero 25-2016 correspondiente al periodo del 04 de enero al 31 diciembre del presente año

RESULTADOS OBTENIDOS:

Enero 2016:

- Se logró realizar una correcta planificación para las actividades durante el año en judo.
- Se logró evitar lesiones inculcando el habito de calentamiento y estiramiento adecuado
- Se logró una mejor confianza en los alumnos gracias a los randoris realizados durante las clases de academia.
- Se logró una mejor enseñanza del judo básico gracias a la planificación.

Febrero 2016:

- Se tuvo una buena coordinación gracias a los ejercicios realizados en clases de judo.
- Se logró que realizaran técnicas derecha- izquierda en las técnicas de tachi-waza
- Se logró una mejor flexibilidad en las extremidades superiores e inferiores
- Se logró una buena coordinación y reacción para movimientos de técnica de judo

Marzo 2016:

- Se logró una mejor confianza en los randoris y mejor realización en técnicas específicas de competencia.
- Se logró la corrección y mejor desempeño gracias a los topes con cintas negras invitados
- Se logró un mejor desempeño en la reacción y reflejos de 145 niños y 130 niñas participantes de la academia de judo.
- Se logró un mejor desempeño por el fortalecimiento de los músculos de extremidades superiores, inferiores y abdomen

Abril 2016:

- Se evitaron lesiones por el fortalecimiento de espalda alta y baja en técnicas de koshi-waza (cadera)
- se ha logrado un mejor desempeño dado el calentamiento y estiramiento que se realizó en los entrenos de judo
- se logró que los alumnos de academia mejoren sus valores en el deporte y como personas individuales, inculcando el respeto al oponente en el deporte, así mismo se les inculco el amor a Dios.
- Dado los fogueos impartidos se logró una mejor confianza a los 80 niños y 65 niñas que participaron en las clases de academia de judo

Mayo 2016:

- Por el programa impartido aprendieron a desarrollar técnicas correctamente de tachi-waza
- Por el programa impartido aprendieron a desarrollar técnicas correctamente de ne-waza
- Por la inducción que se realizó del judo básico, los alumnos de horario matutino y vespertino realizaron mejores técnicas del judo básico.
- Se corrigieron técnicas de ne-waza durante los entrenos de uchi-komi, obteniendo mejores resultados
- Se corrigieron tecncas de tachi-waza, asi mismo se obtuvieron mejores resultados en dichas técnicas.

Junio 2016:

- Se obtuvieron mejores resultados en movimiento y coordinación en el judo.
- Se ganó mayor participación en niños y niñas correspondientes entre las edades de 7 a 13 años en los entrenamientos de horario vespertino en judo.
- Se obtuvo un correcto movimiento en técnicas de tachi-waza y un mejor desarrollo
- Se obtuvo un mejor desarrollo y fluides en técnicas de ne-waza y envolturas

JULIO 2016:

- Se logró el objetivo de la planificación en cumplir el correcto desarrollo de técnicas de tachi-waza y ne-waza.
- Se subió el nivel en los alumnos en el desarrollo de técnicas de te-waza, koshi-waza, ashi-waza
- Se logró un mejor desarrollo en las peleas de ne-waza
- Se ganó mayor participación de alumnos correspondientes entre las edades de 13 a 17 años en academia permanente de judo

AGOSTO 2016:

- Hubo un mejor desempeño en los atletas y mayor fuerza al realizar las técnicas de judo.
- Se logró un mejor cardio y mejor desempeño gracias a los circuitos realizados en judo.
- Se logró subir la confianza y seguridad en los alumnos gracias a los topes de judo
- Se subió la autoestima y seguridad de los niños y niñas participantes entre las edades de 7 a 12 años.

SEPTIEMBRE 2016:

- Se reforzó el conocimiento en los repasos de técnicas en los programas para cinta amarilla.
- Se logró una mejor confianza en los repasos de ne-waza para cintas amarillas
- Se mejoró el desarrollo en técnicas de tachi-waza en el programa para cintas amarillas
- Se mejoró el desarrollo en técnicas de kumi-kata.

OCTUBRE 2016:

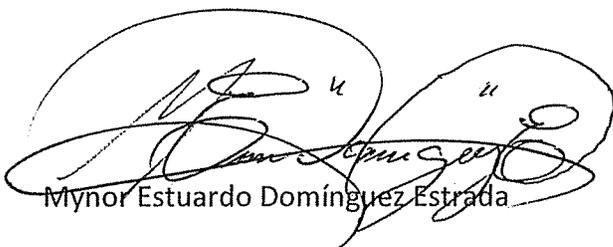
- Se logró un mejor desarrollo de niños y niñas comprendidos en las edades de 7 a 13 años que participaron en los randoris de tachi-waza y ne-waza
- Se logró subir la confianza de los jóvenes que participaron en el taller de defensa personal en base a judo.
- Se logró un mejor desarrollo en los movimientos de kusu-shi (desequilibrios).
- Se clausura con éxito las academias de iniciación deportiva y permanente.
- Se logra una mayor participación de niños y jóvenes en inicio del curso de vacaciones 2016

NOVIEMBRE 2016:

- Se logra la enseñanza y mejor comprensión para los alumnos del curso de vacaciones del programa de cinta blanca
- Se logró la enseñanza y el desarrollo para los alumnos en las técnicas de ne-waza.
- Se logró evitar lesiones por el desarrollo de un calentamiento y estiramiento adecuado durante los entrenamientos de judo.
- Se logró mayor participación en el rally donde participaron niños y niñas correspondientes entre las edades de 7 a 13 años.

DICIEMBRE 2016:

- Se logró con éxito el desarrollo de técnicas de tachi-waza y ne-waza en el torneo, en el cual hubo una participación de 140 jóvenes y señoritas comprendidos entre las edades de 14 y 17 años
- Se realizó una mejor relación entre alumnos y padres de familia gracias a la convivencia realizada.
- Se llevó a cabo con éxito todo lo planificado en la academia de judo del año en curso.
- Finalizo con éxito y con mayor participación de niños y jóvenes el curso de vacaciones en la disciplina de judo 2016.



Mynor Estuardo Domínguez Estrada



Vo. Betsy Helena Bocanegra Bocanegra
ADMINISTRADORA a.i.
Centro Deportivo Erick B. Barrondo García
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación

Guatemala, 30 de diciembre del 2,016

Doctor.

Erick Roberto Sosa Aldana.

Viceministro del Deporte y la Recreación

MINISTERIO DE CULTURA Y DEPORTES

Su Despacho.

Estimado Viceministro:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe final de actividades conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por **Servicios Técnico Profesionales** Numero 434-2016, aprobado mediante el acuerdo Ministerial Numero 25-2016 correspondiente al periodo del 4 de enero al 31 diciembre del presente año.

ACTIVIDADES REALIZADAS

Enero 2016:

- Se realizó la planificación de las actividades a realizarse durante el curso y la academia de judo.
- Se les enseñó como realizar un calentamiento básico y estiramiento para evitar lesiones posteriores a un entrenamiento de judo
- Se realizaron topes y randoris a los alumnos de academia de judo.
- Se tuvo como fin enseñar el judo básico de ne-waza y tachi-waza.

Febrero 2016:

- Se les enseñó ejercicios de coordinación para un mejor desempeño en el desarrollo de técnicas de judo.
- Se les enseñó en el judo básico el desarrollo de técnica derecha – izquierda para una mejor coordinación en sus movimientos en técnicas de judo
- Se realizao el calentamiento básico de extremidades inferiores y superiores correspondientes a la planificación de judo.
- Se realizaron juegos adaptados para una mejor coordinación y reacción rápida para los movimientos en las técnicas de tachi-waza y ne-waza en judo

Marzo 2016:

- Se realizaron ejercicios de calentamiento y estiramiento para continuar con los randoris
- Se realizó un encuentro amistoso de tachi waza entre alumnos de academia y cintas negra invitados
- Se realizaron ejercicios de velocidad y de reacción con la participación de 145 niños y 130 niñas.
- Se realizaron ejercicios básicos para el fortalecimiento de los músculos de las extremidades inferiores, superiores y abdomen

Abril 2016:

- Se realizaron ejercicios para fortalecer los músculos de espalda alta y baja para un mejor desempeño en el deporte de judo
- Se realizaron ejercicios de calentamiento y estiramiento de cada parte de los músculos que se implican en el deporte de judo
- Se les enseñó a los alumnos de academia permanente los valores en el deporte y convivencia.
- Se realizó un fogueo con la participación de 80 niños y 65 niñas entre las edades de 7 a 14 años

Mayo 2016:

- Se realizó el repaso del programa de cintas blancas de 5 técnicas de tachi-waza
- Se realizó el repaso del programa de cintas blancas de 4 técnicas de ne-waza
- Se realizó la inducción al judo básico con los alumnos de horario matutino y vespertino.
- Se realizó el uchi-komi para buscar la perfección en las técnicas de ne-waza
- Se realizó el uchi-komi en técnicas de tachi-waza con 150 repeticiones derecha- izquierda.

Junio 2016:

- Se realizaron juegos recreativos con fines de mejorar los movimientos y coordinación en el judo
- Se tuvo la participación de 140 niños y niñas correspondientes entre las edades de 7 a 13 años en los entrenamientos de judo vespertino.
- se corrigió los movimientos en técnicas de tachi waza para su mejor desarrollo
- se corrigió los movimientos en técnicas de ne-waza y se enseñaron envolturas de contra-ataque

JULIO 2016:

- se realizó lo planificado en el curso de judo en técnicas de tachi - waza y ne-waza .
- se enseñaron 5 técnicas que corresponde a Te-waza, coshi-waza, ashi-waza,
- se enseñaron 4 técnicas de ne-waza en las que corresponden inmobilizaciones
- se tuvo la participación de 190 jóvenes correspondientes entre las edades de 13 a 17 años en la academia permanente de judo

AGOSTO 2016:

- se realizaron ejercicios para fortalecer los músculos inferiores y superiores.
- se realizó un circuito de ejercicios para fortalecer y coordinar los movimientos en las técnicas de judo.
- Se realizaron topes de judo en los jóvenes correspondientes entre las edades de 13 a 17 años
- Se realizaron juegos y ejercicios de judo en el cual participaron niños y niñas correspondiente entre las edades de 7 a 12 años.

SEPTIEMBRE 2016:

- Se realizó el repaso de las técnicas del programa para cintas amarillas.
- Se enseñaron las técnicas y variaciones de ne-waza hasta cinta amarilla
- Se realizó el programa de técnicas de tachi-waza hasta cinta amarilla
- Se enseñaron las diferentes técnicas de cumi-kata y sus variaciones en un randori .

OCTUBRE 2016:

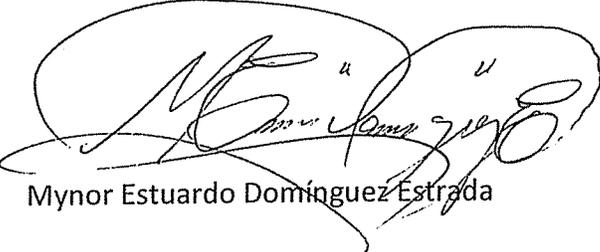
- Se realizaron randoris de tachi-waza y ne-waza en el cual participaron niños y niñas entre las edades de 7 a 13 años
- Se llevó a cabo un taller de defensa personal con la base de judo en el cual participaron jóvenes y señoritas correspondientes entre las edades de 14 a 17 años.
- Se enseñaron los diferentes movimientos de kusu-shi (desequilibrios).
- Se clausuraron las Academias de Iniciación Deportiva y las Permanentes.
- Se inicia el curso de vacaciones 2016

NOVIEMBRE 2016:

- Se enseñaron las técnicas básicas del programa de cinta blanca para el curso de vacaciones
- Se dio la inducción de las técnicas de ne-waza .
- Se desarrollaron ejercicios de calentamiento y estiramiento básico previo al entrenamiento de judo.
- Se realizó el rally en el cual participaron 160 niños y niñas correspondientes entre las edades de 7 a 13 años.

DICIEMBRE 2016:

- Se realizó un torneo en el cual hubo una participación de 140 jóvenes y señoritas comprendidos entre las edades de 14 a 17 años.
- Se realizó una convivencia entre alumnos y padres de familia donde también se hicieron juegos y promovieron los valores en deporte y como personas individuales.
- Se realizaron reuniones de trabajo y revisión de resultados del trabajo correspondiente al año en curso.
- Clausura del Curso Vacaciones 2016.



Mynor Estuardo Domínguez Estrada



Vo. B9 Deysi Tracema Bocanegra Bocanegra
ADMINISTRADORA a.i.
Centro Deportivo Erick B. Barrondo Garcia
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación