

Guatemala, 30 de noviembre de 2017

Licenciado
Juan Alberto Monzón Esquivel
Viceministro del Deporte y la Recreación
Ministerio de Cultura y Deportes
Su Despacho.

Respetable 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 Técnicos No. 1513-2017 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial No. 260-B-2017 correspondiente al mes de noviembre del año 2017 y para el cobro de mis honorarios estoy presentando la factura serie "C" No. 21.

ACTIVIDADES REALIZADAS

- a. Apoyar en la ejecución de las actividades programadas por la Dirección de Áreas Sustantivas para la disciplina de levantamiento de pesas.
- b. Apoyar en la promoción de la participación de voluntarios en las actividades programadas.
- c. Apoyar como facilitador y animador de actividades de deporte, recreación y actividad física.
- d. Apoyar en capacitaciones y reuniones de trabajo, convocadas por la Dirección de Áreas Sustantivas.
- e. Apoyar en el desarrollo de lineamientos para un plan de trabajo semanal, mensual, trimestral y anual.
- f. Apoyar en la elaboración de un informe mensual de las actividades ejecutadas con su respectivo consolidado de participantes por grupo etareo y género, en las fechas programadas.
- g. Apoyar y participar en la realización de eventos especiales y otras actividades que la dirección de Áreas Sustantivas le asigne.
- h. Brindar apoyo en la instrucción de aspectos de la disciplina que enseña y jóvenes que deseen pertenecer gratuitamente a las academias de los centros deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- i. Brindar apoyo en la generación de una guía de instrucción que pueda ser impartida en las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- j. Apoyar con trabajo dinámico en la instrucción de la disciplina que enseña con el objeto de crear una conciencia deportiva en los niños y jóvenes que formen parte de las Academias de los Centros Deportivos de la Dirección General del Deporte y la Recreación.
- k. Apoyar en los torneos o eventos deportivos que la Dirección de Áreas Sustantivas realice.
- l. Brindar apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia a su cargo, con el objeto de generar un avance metódico en el aprendizaje de la disciplina que enseña.

RESULTADOS OBTENIDOS

- a. Se brindó apoyo y asesoría en la instrucción de ejercicios adecuados en el levantamiento de pesas según las características y niveles de cada usuario.
- b. Se continuó el control consecuente de los integrantes de la academia en el sentido de tomarles peso y medidas corporales para llevar un detalle de los avances en cuanto a meses anteriores.
- c. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos para la disciplina de levantamiento de pesas creando planes de entrenamientos con distintos objetivos, algunos de ellos para crear fuerza y masa muscular y otros para la pérdida de peso.
- d. Se logró la instrucción y desarrollo de planes de entrenamiento para usuarios de distinto nivel, ya que se enseñaron rutinas básicas y otras más avanzadas; logrando así mejorar sus niveles de entrenamiento.
- e. Se logró apoyar con trabajo dinámico a muchas personas motivándolas a rutinas de fácil ejecución y a la vez se motivó psicológicamente a ser constantes y disciplinados en este deporte.
- f. Se realizó un campeonato de Potencia entre los usuarios para medir sus logros y avances, y a la vez motivarlos a competir.
- g. Se participó en la actividad "Día del Barrilete".


Pietro Estuardo Zea Lobos


Licda. Nilda Carolina Montenegro Montenegro
ADMINISTRADORA
Vo.Bo. Centro Deportivo Erick Bernabé Barrondo García
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación