



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Angel Augusto Chang Herrarte

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa

Departamento: GUATEMALA

Mes que reporta: JULIO

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	17:00 a 18:30
Martes	17:00 a 18:30
Miércoles	17:00 a 18:30
Jueves	17:00 a 18:30
Viernes	17:00 a 18:30
Sábado	08:00 - 10:00

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:

Mantener un buen trabajo en kata y kumite, avanzar en técnicas de ambas ramas y mejorar cualidades físicas.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:

Los atletas han empezado a tomar el ritmo del entreno, presentando mejora en su rendimiento físico y técnico. Mas entendimiento del deporte y mayor volumen de trabajo.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:

Tienen que trabajar a un mejor ritmo el area de kata y kumite, conocimiento de técnicas basicas de kata y kumite, mayor desplazamiento en el area para ambas ramas. Mejorar en los combates con toma de decisiones. Ms trabajo tecnico tactico. Terminar con el trabajo individual de cada uno para examen.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:

Los atletas han empezado a tomar el ritmo del entreno, presentando mejoras en su rendimiento físico y técnico. Presentando un avance notorio y mejora en sus técnicas. Mayor desplazamiento adecuado en el area de combate, presentando mas soltura y agilidad en todos sus movimientos.

Actividades programadas para el siguiente mes:

mejorar el trabajo tecnico-tactico. Darles mayor gama de herramientas para mejorar el combate, tratar que mejoren su trabajo de decision para atacar y contratacar. Y empezar con el trabajo para la eliminatoria regional y buscar la clasificacion de todos los atletas.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	22	39%
Masculino	32	52%
Total	54	46%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	54
Garífuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	34
Amarilla	4
Naranja	3
Verde	4
Morada	5
Azul	2
Roja	0
Café	2
Negra	0
Total	54

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	54	0		

Realización de Test Pedagógico:

SI

Especifique el test pedagógico que realizo:

EXAMEN DE CAMBIO DE CINTA

Participó en alguna competencia?

NO

[Handwritten signature]
VoBo FENAK
FEDERACION NACIONAL DE KARATE DO
GERENCIA TÉCNICA
FENAK

Especifique la competencia en la que participo:

NINGUNA: POR PREVENCIÓN

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

CURSO PARA ENTRENADORES CDAG "NIVEL IV" // ENTRENAMIENTO DE KIHONES EN ESTILO SHITO RYU "INSTRUCTOR GUIDO ABDALLA" 27 DE JUNIO

[Handwritten signature]
Angel Augusto Chang Herrarte
Entrenador
GUATEMALA

Sello

Asociación Deportiva Departamental
Karate Do
GUATEMALA



Sello

[Handwritten signature]
Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
GUATEMALA





INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Barbara Michelle Morales Chavez Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa (Virtual) Departamento: Guatemala Mes que reporta: julio Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	10:30 a 11:00 y 16:00 a 18:00
Martes	10:30 a 11:00
Miércoles	09:00 a 11:00 y 16:00 a 18:00
Jueves	09:00 a 11:00
Viernes	09:00 a 11:00 y 16:00 a 18:00
Sábado	0

Objetivos Mensuales de Atletas Escolares Sistemáticos:

Se imparten los entrenamientos via plataforma zoom con los colegios en la regeracion, en el mes de marzo se iniciaron los entrenamientos con un calentamiento, seguido de desarrollar las capacidades y habilidades de los niños y juvenes, como parte especifica la enseñanza de las técnicas básicas y teoría del karate- Do en base al programa de la Fenak Shito Ryu ((Tachi Kata, posiciones estacionarias, Partes del cuerpo Yodan, Shudan, Gedan, las direcciones adelante atrás, derecha e izquierda, Mae, Ato, Miigi, iidari.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Escolares Sistemáticos:

se cumplieron con las actividades planificadas, y se cumplio con la enseñanza de tecnicas y desplazamientos.

Dificultades:

Entrenamiento virtual, no cuentan con espacio para realizar ejercicios fisicos y de karate, fallas con señal de internet, los alumno no poseen traje de karate.

Participo en Exhibiciones o Giras Deportivas N/A

Detalle la cantidad de alumnos atendidos en Exhibiciones o Giras deportivas.

N/A

Actividades programadas para el siguiente mes:

Seguir con el repaso del programa Tachi Kata, iniciar con desplazamientos y golpes en kamae y seguir desarrollando las fuerza, flexibilidad y coordinación. Mejorar habilidad con las piernas.

MATRICULA ESCOLAR POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	63	48%
Masculino	82	47%
Total	145	47%

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	145
Amarilla	0
Naranja	0
Verde	0
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	0
Negra	0
Total	145

MATRICULA ESCOLAR POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜISTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	145	0		

MATRICULA ESCOLAR POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	145
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico: N/A

Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

Participó en alguna competencia? No

Especifique la competencia en la que participo: N/A

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

se llevó a cabo una Capacitación del estilo shito ryu: impartido por el sensei Guido Abdalla, en la capacitación se vieron los kihones Go-Jo kyu y el kihon Go Kyu, asi mismo de vio el JIPPON KUMITE. Del lado de TORI y de UKE.

Barbara Morales

Barbara Michelle Morales Chavez
Entrenador Programa Escolar
Guatemala

Sello

Coordinación
Institución Educativa
Guatemala

Sello

Giras Deportivas/Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Guatemala





INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Brandon Lizandro Ramirez Gonzalez

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa

Departamento: Guatemala

Mes que reporta: JULIO

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	15:30 a 17:00
Martes	15:30 a 17:00
Miércoles	15:30 a 17:00
Jueves	15:30 a 17:00
Viernes	15:30 a 17:00
Sábado	09:00 - 11:00

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes: Mantener su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad. Practicar y perfeccionar las técnicas de básicas de kata, tachi kata, y desplazamientos básicos con técnicas básicas, kihon y la kata que se realizará en el examen de cambio de cinta. En las técnicas de Combate practicar las técnicas de derribes básicos individuales y en parejas, aprender la patada Ura y Ushiro Geri.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: Se logro Mantener su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad y así mismo se logro un exitoso examen de cambio de cinta. En la técnica de kumite se logro practicar las técnicas de derribes básicos individuales y en parejas, aprender la patada Ura y Ushiro Geri.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: Mantener velocidad, Fuerza explosiva y Agilidad. Repasar la técnicas básicas y avanzadas de kata y así mismo la kata individual y kihon realizar en el cambio de cinturón. En el Kumite mejorar los derribes básicos y avanzados, individuales y en parejas, en contrataque a patadas y así mismo aprender a margar un ipon en el suelo.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: Se mantuvo velocidad, Fuerza explosiva y Agilidad. Se logro un exitoso examen para los atletas que estaban propuestos para examinarse y En el Kumite mejorar los derribes básicos y avanzados, individuales y en parejas, en contrataque a patadas y así mismo aprender a margar un ipon en el suelo.

Actividades programadas para el siguiente mes: Mejorar los errores técnicos en técnica básica, técnica de desplazamiento, técnica de kihones y en técnicas de kata para los alumnos practicantes y básicos, y mejorar las barridas para ambos curpos, para los sistemáticos hacer escuela de combate para estar al 100% en los regionales.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Masculino	44	47%
Femenino	16	56%
Total	60	52%

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	42
Amarilla	5
Naranja	3
Verde	4
Morada	1
Azul	2
Roja	1
Café	2
Negra	0
Total	60

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	60	0		

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	60
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico: si

Especifique el test pedagógico que realiza:

Test Técnico (cambio de Cinta)

Participó en alguna competencia? 0

[Handwritten signature]
 VoBo FENAK
 GERENCIA TÉCNICA
 FEDERACIÓN NACIONAL DE KARATE DO
 FENAK

Especifique la competencia en la que participo: No se realizó Ranking por motivo de Prevención

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: Curso de Diplomado de Karate Do en la Universidad Galielo de Guatemala y Capacitación técnicas SHOTOKAN (kihones) 24 de Junio 6:30 pm

[Handwritten signature]
 Brandon Lizandro Ramirez Gonzalez
 Entrenador
 Guatemala

Sello

[Handwritten signature]
 Asociación Deportiva Departamental
 Karate Do
 Guatemala
 Sello

[Handwritten signature]
 Metodólogo Deportivo
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
 Guatemala
 DIRECCION TÉCNICA
 METODOLÓGICA DE GUATEMALA
 SUB GERENCIA TÉCNICA



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: AUGUSTO PADILLA PEREZ

Lugar de Entrenamiento: zona 2 canto santa cristina Mazateango

Departamento: Suchitepequez Mes que reporta: JULIO

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Martes	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Miércoles	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Jueves	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Viernes	09:00 a 10:00 03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 06:a 07
Sábado	0

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:	Desarrollar tecnica basicas de pierna y puño y tecnica basicas de kata.
Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:	Se desarrollo tecnicas basicas de pierna y puño y tecnicas basicas de kata.
Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:	Desarrollar kijones de combate y estrategia.
Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:	Se ejecuto los kijones de combates y estrategia de combate.
Actividades programadas para el siguiente mes:	Realizar ranqui Departamental , Juegos Deportivos Regionales, Capacitacion Virtual de kihones deportivos y capacitacion virtual clase de shotokan.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	17	55%
Masculino	28	56%
Total	45	55%

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	9
Amarilla	33
Naranja	0
Verde	1
Morada	1
Azul	0
Roja	0
Café	1
Negra	0
Total	45

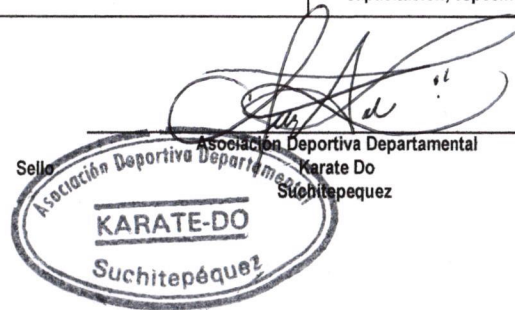
MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	45	0		

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	45
Garífuna	0

Realización de Test Pedagógico:	Si	Especifique el test pedagógico que realizo:	Pruebas físicas 17-07-2021	Participó en alguna competencia?	Si
Especifique la competencia en la que participo:	Ranking Mensual, 19 de Julio Casa del deportista, participacion de 25 atletas.		Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:	No asisti a la capacitacion del 24 de junio de KIHONES GO-JO KYU Y GO KYU.	

Augusto Padilla

AUGUSTO PADILLA PEREZ
Entrenador
Suchitepequez



Sello

Luis P. Duque P.
Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Suchitepequez



19-7-2021
15:00 horas

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES



01. DATOS GENERALES

- a) Federación y Asociación Deportiva Nacional: **KARATE DO**
- b) Nombre y función del entrenador a cargo de la presentación de este informe: **Duglas Esperanza Debroy, entrenador principal**
- c) Informe mensual de actividades correspondiente a: **JULIO. DEL 16 DE JUNIO AL 15 DE JULIO.**
- d) Lugar y días de entrenamiento: **Lunes a viernes de 6:30 a 8:00 y Lunes a viernes 17:00 a 19:00 horas.**

02. ACTIVIDADES TÉCNICAS DEL MES

- a) Días de entrenamiento planificados: **23 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **23 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes se participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **NO.**
- d) Describa si impartió o participó en alguna capacitación dentro del mes: **NO**

OBSERVACIONES:

03. AVALES

- e) Nombre y firma del entrenador: **Duglas Esperanza Debroy.**

- a) Nombre, firma y sello del Director Técnico y/o Gerente General:

José Carlos González Sánchez
Gerente Técnico
Federación Nacional de Karate Do





INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Jesús Eduardo Ascencio González

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa, Polideportivo zona 5.

Departamento: Guatemala

Mes que reporta: Julio

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	14:00 a 15:30
Martes	14:00 a 15:30
Miércoles	14:00 a 15:30
Jueves	14:00 a 15:30
Viernes	14:00 a 15:30
Sábado	10:00 a 12:00

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes: objetivos físicos: continuar con el trabajo de las capacidades físicas generales, y especiales. Objetivos técnicos: se trabaja en base al programa de grados de shotokan, tanto en la parte de técnica básica como el trabajo deportivo de la federación nacional de karate, en base a ello se trabaja tanto sonoba e ido kihon del estilo.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: se logro preparar a los atletas con la técnica requerida para cambio de grado, además de mejorar la forma física de los mismos. Aunque se continuara trabajando en ambos aspectos.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: con los atletas que participaran en la siguiente eliminatoria para juegos nacionales se esta trabajando para mejorar la fuerza y la velocidad, esto para contribuir a la mejor ejecución de kata y kumite. En la parte técnica se esta trabajando dos katas de competencia, una helan y una avanzada para primera y segunda ronda, además se pretende mejorar en kumite con los entrenos conjuntos de los horarios del dojo Jorge Sosa.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: Se logro mejorar la parte técnica de algunos aspectos en el kata de competencia. Y en kumite dado que no se ha podido tener enfrentamientos, por la situación de la pandemia y las medidas de seguridad, se ha trabajado únicamente en corregir errores técnicos, tanto en ataques como en defensas, se logro que los atletas comprendan de mejor manera el reglamento de competencia de la WKF.

Actividades programadas para el siguiente mes: Se continua el trabajo físico y técnico de igual manera con los atletas practicantes. Y con los atletas sistematicos se pondra mas énfasis a la parte técnica tanto en kata como en kumite, y la parte física se tratara de realizar trabajo en las debilidades de los atletas, se continuara desarrollando el programa técnico del estilo shotokan, y la parte deportiva de la federación nacional de karate.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	15	17%
Masculino	23	37%
Total	38	27%

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	16
Amarilla	3
Naranja	4
Verde	3
Morada	0
Azul	2
Roja	0
Café	6
Negra	4
Total	38

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	38	0		

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	38
Garífuna	0

Realización de Test Pedagógico: si

Especifique el test pedagógico que realizo: Examen de cambio de cinta

Participó en alguna competencia? No



Especifique la competencia en la que participo:

Ninguna por prevención

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: Curso de Nivel 4, impartido por CDAG, Diplomado en entrenamiento deportivo aplicado al karate do, impartido por Universidad Galileo de Guatemala

Jesús Eduardo Ascencio González
 Entrenador
 Guatemala

Sello
 Asociación Deportiva Departamental
 Karate Do
 Guatemala

Sello
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
 Guatemala



DIRECCION TÉCNICA
 METODOLÓGICA DE GUATEMALA
 GERENCIA TÉCNICA



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Edwin Fernando Cortez Garcia Lugar de Entrenamiento: Casa del Deportista Departamento: Jutiapa Mes que reporta: JULIO Año: 2021

Dias de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Martes	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Miércoles	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Jueves	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Viernes	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00
Sábado	08:00 a 11:00 y 14:00 a 17:00

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes: Desarrollar técnicas básica kamaen, vacio tzuki, maite tzuki, maiteñ tsuky, mawashi gery, mae query, deportivo y katas marcial, con una preparación física especial.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: Estos objetivos se lograron trazar con herramientas pedagógicas de técnicas tácticas del karate do de aprendizajes paso a paso para que el atleta incipiente tenga un mejor aprendizaje.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: Desarrollar técnicas de combate deportivo doble paso, Maite Tzuki con desplazamientos, ejercicios de fuerza con explosividad, desplazamientos de Kumite, mejorar la preparación física del atleta sistemático, y conocimiento teórico práctico del reglamento de karate do para nuestras competencia próxima en clasificatorio regional.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: Estos objetivos se lograron trazar con herramientas pedagógicas de técnicas tácticas del karate do de aprendizajes simples y complejos.

Actividades programadas para el siguiente mes: Charlas motivadoras para en preparación para nuestro evento eliminatoria regional y poder clasificar a la mayoría de los atletas de nuestro departamento para juegos nacionales.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	6	58%
Masculino	29	77%
Total	35	68%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	35
Garifuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	20
Amarilla	3
Naranja	2
Verde	7
Morada	0
Azul	1
Roja	0
Café	1
Negra	1
Total	35

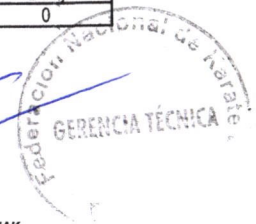
MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜISTICA						
Itzá'	Pogoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kacchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tekititoko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	35	0		

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizo: NO

Participó en alguna competencia? SI

VoBo FENAK



Especifique la competencia en la que participo: RANKING:05/06/2021

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: NO

RECIBIENDO: Diplomado Especialista en el Entrenamiento de Karate do de alto rendimiento, CAPACITACION EN FORMA VIRTUAL de fecha 24/06/2021 de los kihones Go-Jo-Kyu y kihon Go Kyu con el Sensei Francisco Lou.

Edwin Fernando Cortez Garcia
Entrenador
Jutiapa



Sello

Asociación Deportiva Departamental
Karate Do
Jutiapa

Sello

Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Jutiapa



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Glenda Nineth Aceituno Vega Lugar de Entrenamiento: Plaza Santa Lucia, segundo nivel local B, Santa Lucia Departamento: Escuintla Mes que reporta: Julio Año: 2021
 Cotzumalguapa, Escuintla

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 05:00 a 06:00, y 06:00 a 08:00 pm
Martes	05:00 a 07:00 pm
Miércoles	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 05:00 a 06:00, y 06:00 a 08:00 pm
Jueves	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 05:00 a 06:00, y 06:00 a 08:00 pm
Viernes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 05:00 a 06:00, y 06:00 a 08:00 pm
Sábado	10:00 - 12:00

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes: trabajo de las capacidades coordinativas, técnica básica, desplazamientos, y combinaciones de manos y piernas.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: buen resultado de las combinaciones, que lo podemos observar en el trabajo en parejas y en los combates que nos sirve para evaluar cada semana el progreso de los niños.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: trabajo de las capacidades condicionales, perfeccionamiento de las técnicas tanto de manos como piernas, aprendizaje de nuevas katas.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: excelentes resultados en los test físicos, mejorando los tiempos y el RM1, excelentes resultados en las nuevas katas

Actividades programadas para el siguiente mes: Ranking departamental, eliminatoria regional.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	15	93%
Masculino	19	90%
Total	34	91%

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	12
Amarilla	3
Naranja	5
Verde	3
Morada	0
Azul	3
Roja	0
Café	8
Negra	0
Total	34

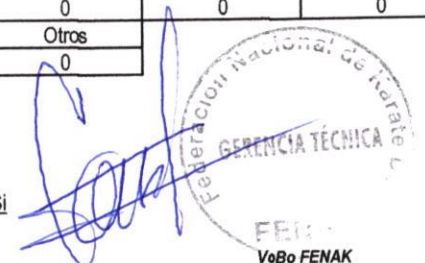
MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0		0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	34	0		

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	34
Garífuna	0

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

Participó en alguna competencia? Si



Especifique la competencia en la que participo: Ranking Mensual, 18 de julio en escuintla, participacion de 25 atletas de 2 municipios.

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: clase del 27 de junio impartida por el Sensei Guido Abdalla, Diplomado especializado en Karate do (pedagogía deportiva aplicada al karate do, teoría metodología del entrenamiento 1 anatomía deportiva, preparación física en el karate do)

Glenda Nineth Aceituno Vega
 Entrenador
 Escuintla



Asociación Departamental
 Karate Do
 Escuintla



Metodólogo Deportivo
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
 Escuintla

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES



01. DATOS GENERALES

- a) Federación y Asociación Deportiva Nacional: **KARATE DO**
- b) Nombre y función del entrenador a cargo de la presentación de este informe: **GUIDO FRANCISCO ABDALLA ROMERO Entrenador de Karate Deportivo en las especialidades de Kata y Kumite**
- c) Informe mensual de actividades correspondiente a: **JULIO. DEL 16 DE JUNIO AL 15 DE JULIO.**
- d) Lugar y días de entrenamiento: **10 av. Plaza La Noria, Segundo Nivel. De lunes a Sábado.**

02. ACTIVIDADES TÉCNICAS DEL MES

- a) Días de entrenamiento planificados: **27 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **27 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes se participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **No.**
- d) Describa si impartió o participó en alguna capacitación dentro del mes: **SI. Impartí la clase estilo Shito Ryu de forma virtual.**

OBSERVACIONES:

03. AVALES

- a) Nombre y firma del entrenador: **GUIDO FRANCISCO ABDALLA ROMERO**

- b) Nombre, firma y sello del Director Técnico y/o Gerente General:

Jose Carlos Gonzalez Sánchez
Gerente Técnico
Federación Nacional de Karate Do





INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Ismael Herman Linares Figueroa Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa, virtual Departamento: Guatemala Mes que reporta: JULIO Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Martes	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Miércoles	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Jueves	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Viernes	9:00 a 10:00 y 10:00 a 11:00
Sábado	0

Objetivos Mensuales de Atletas Escolares Practicantes Y Grupo de Desarrollo.

En el mes de Julio se realizó un repaso sobre lo visto el mes anterior, (técnicas de defensas y golpeo con los brazos. Age uke, uchi uke, jegan barai, shuto uke, suki, maite suki, yako suki.) este mes se enseñaron las técnicas de pateo (Mae geri, Mawashi shudan, Mawashi yodan) las técnicas se realizaron de forma fragmentada por pasos.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Escolares Practicantes Y Grupo de Desarrollo

Debido a las vacaciones de medio año no se cumplió con lo planificado que era la enseñanza y realización de forma directa las patadas mae geri, Mawashi shudan, Mawashi Yodan, el repaso de lo visto el mes anterior se cumplió al 100%.

Dificultades:

Entrenamiento virtual, no cuentan con espacio para realizar ejercicios físicos y de karate, fallas con señal de internet, los alumnos no poseen traje de karate.

Participo en Exhibiciones o Giras Deportivas No se realizó

Detalle la cantidad de alumnos atendidos en Exhibiciones o Giras deportivas.

Ninguno.

Actividades programadas para el siguiente mes: Repaso general de lo visto el mes anterior, enseñanza de pateo de forma directa, patear desde la postura de kamae, patear con ambas piernas.

MATRICULA ESCOLAR POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	75	100%
Masculino	71	49%
Total	146	74%

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	83
Amarilla	0
Naranja	0
Verde	0
Morada	3
Azul	4
Roja	4
Café	2
Negra	2
Total	146

MATRICULA ESCOLAR POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	146
Garífuna	0

MATRICULA ESCOLAR POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	146	0		

Realización de Test Pedagógico: N/A


Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

Participó en alguna competencia? NO

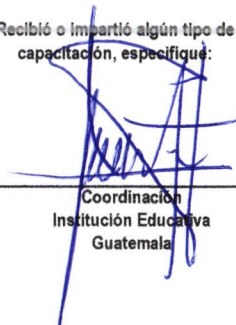
Especifique la competencia en la que participo: N/A

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:


El 27 de Junio se llevó a cabo una Capacitación del estilo shito ryu, impartido por el sensei Guido Abdalla, en la capacitación se vieron los kihones Roku Go-Jo kyu y Go kyu, así mismo de vio el IPPON KUMITE, Del lado de TORI y de UKE.


Ismael Herman Linares Figueroa
Entrenador Programa Escolar
Guatemala

Sello


Coordinación
Institución Educativa
Guatemala

Sello


Giras Deportivas/Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Guatemala



GERENCIA TÉCNICA
CONFEDERACIÓN DEPORTIVA AUTÓNOMA DE GUATEMALA
SUB GERENCIA TÉCNICA



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Jorge Michael Chicojay Martinez Lugar de Entrenamiento: 8va calle 1-76 zona 1 Escuintla Departamento: Escuintla Mes que reporta: JULIO Año: 2021
Dojo Kuro Obi Kai.

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Martes	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Miércoles	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Jueves	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Viernes	15:00 a 16:00, 16:00 a 17:00, 17:00 a 18:00 y 18:00 a 18:30
Sábado	0

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:

Desarrollo en habilidades motrices gruesas, capacidades condicionales y coordinativas. Introducción al karate desarrollando la técnica básica marcial y deportiva (kata y kumite) aprendizaje de las posiciones básicas de pies, técnica defensa (hedan barai, Ageuke, yoko uke, uchi, shuto barai, uke). Técnica de Maite Tzuki y Yakutzuky, Mawashi geri shudan y Yodan. KATA HEIANES

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:

EN BASE A LA PLANIFICACIÓN SE ESTAN CUMPLIENDO LOS OBJETIVOS, DESARROLLANDO LAS HABILIDADES Y CAPACIDADES FISICAS DE LOS PRACTICANTES Y LA MEJORA DE TÉCNICA BÁSICA DE KATA Y KUMITE.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:

PREPARACIÓN FÍSICA GENERAL Y ESPECÍFICA (fuerza, velocidad, resistencia, explosividad) PREPARACIÓN TÉCNICO TÁCTICO (doble paso, yokutzuki, mawashi yodan y shudan, combinación de manos y piernas) PREPARACIÓN ESTRATÉGICO (movimiento de combate, fintas, soluciones de ataque y contra ataque enfocados al OITZUKY)

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:

EN BASE A LA PLANIFICACIÓN SE ESTAN CUMPLIENDO LOS OBJETIVOS, DESARROLLANDO LAS CAPACIDADES FISICAS GENERALES, TÉCNICO TÁCTICO Y ESTRATÉGICO DE KUMITE Y DE IGUAL MANERA LA EVOLUCIÓN DE LA KATA.

Actividades programadas para el siguiente mes:

RANKING DEPARTAMENTAL

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Masculino	13	80%
Femenino	13	62%
Total	26	71%

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	9
Amarilla	5
Naranja	6
Verde	4
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	0
Negra	2
Total	26

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Pogoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Pogomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garifuna	Castellano	Otros		
0	0	0	26	0		

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	26
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico: N/A

Especifique el test pedagógico que realizo:

N/A

Participó en alguna competencia? Si

Especifique la competencia en la que participo: Ranking Mensual, 18 de JULIO participacion de 25 atletas de 2 municipios.

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

1. CLASE SHITO RYU Sensei Guido Abdalla por medio de ZOOM KIHONES yon-io Kyu y Yon-Kyu.

Jorge Michael Chicojay Martinez
 Entrenador
 Escuintla



Asociación Deportiva Departamental
 Karate Do
 Escuintla

Metodólogo Deportivo
 Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
 Escuintla

Guatemala 21 de julio de 2021

Licenciado

Jose Carlos Gonzalez

Gerente Técnico

Federación Nacional de Karate Do


Su Despacho

Respetuosamente me dirijo a usted para informar de las actividades realizadas por mi persona durante el mes de julio del presente año.

Este es el detalle de dichas actividades del presente mes.

No.	Actividad
1	Acompañar-Apoyar a los atletas a su preparación física al CENAD los días Lunes, Miércoles y Viernes en horario de 6:30AM a 8:00AM y luego de 3:30PM a 5:00PM.
2	Acompañar-Apoyar a los atletas a su preparación física a la pista del Estadio Doroteo Guamuch Flores los días Martes, Jueves y Sabado en horario de 6:00AM a 8:00AM y de 3:30PM a 5:00PM.
3	Seguimiento y control del equipo de presoterapia a los atletas asignados por día y hora.
4	Apoyo técnico en los entrenamientos del Dojo Jorge Sosa de Lunes a Jueves de 6:30PM a 8:00PM.
5	Dirigir en los topes de control del Dojo Jorge Sosa los días Viernes de 1:00PM a 3:00PM.
6	Llevar control de asistencia de trabajo físico y técnico. Y otras actividades.
7	Reunión para discutir el plan de psicología con el Lic. Osniel Urquijo.
8	Reunión estratégica de los combates técnico-tactico los días Lunes del presente mes.
9	Acompañar a los atletas a realizar las pruebas morfológicas.

Agradezco la atención prestada a la presente y para lo que tenga a bien disponer, me despido con mis más altas muestras de consideración y estima.


Sensei Jose Juan de León Armas
Entrenador




INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES



01. DATOS GENERALES

- a) Federación y Asociación Deportiva Nacional: **KARATE DO**
- b) Nombre y función del entrenador a cargo de la presentación de este informe: Lic. **JUAN ANTONIO DRAGO LARA**
- c) Informe mensual de actividades correspondiente a: **JULIO. 16 DE JUNIO AL 15 JULIO.**
- d) Lugar y días de entrenamiento: **EN EL DOJO JORGE SOSA DE LA FEDERACION NACIONAL DE LUNES A SABADO Y EN EL CENAD DE LA ZONA 5 LUNES, MIERCOLES, VIERNES. PISTA DEL ESTADIO DOROTEO GUAMUCH MARTES Y JUEVES.**

02. ACTIVIDADES TÉCNICAS DEL MES

- a) Días de entrenamiento planificados: **27 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **27 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes se participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **NO**
- d) Describa si impartió o participó en alguna capacitación dentro del mes: **NO**

03. ADJUNTE EL LISTADO DE ASISTENCIAS CON LAS RESPECTIVAS JUSTIFICACIONES DE INASISTENCIA

OBSERVACIONES: Capacitación a los entrenadores de los departamentos

04. AVALES

- a) Nombre y firma del entrenador: **LIC. JUAN ANTONIO DRAGO LARA**

- b) Nombre, firma y sello del Director Técnico y/o Gerente General:

José Carlos González Sánchez
Gerente Técnico
Federación Nacional de Karate Do



FEDERACION NACIONAL DE KARATE GUATEMALA



Instructor:

Julio Antonio García Hernández

Fecha:

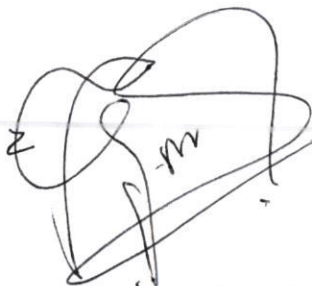
Julio 2021

Tiempo:

2 hrs

Clase

Gambam Dias L-M-V



Objetivos	Hay no Mañana	Respeto
Físico	calentamiento correr saltar Flexiones tronco hombros brazos, manos, pies	sentado piernas abiertas flexionar el tronco hacia nada adelante doblar el tronco adelante, hacia
Técnico	piernas - KERU Geiko - Mae, yoko, ushiro brazos - TZUKY Geiko - Mae, ura, a que, ura ken DEFENSA -	DUANES Aque uke yakotzuky shudan yoko uke yakotzuky Gedan basai yakotzuky KEN, tzuky yako yegre Bando yakotzuky
Kumite KATA	Ikumite saltando y desplazan dos técnicas de ata que y defenza con kia.	KATA Repasando: SEI EN CHIN



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Nery Francisco Coy Yaqui

Lugar de Entrenamiento: DOJO SHIN KI TAI.

Departamento: Chimaltenango

Mes que reporta: JULIO

Año: 2021

Dias de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Martes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Miércoles	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Jueves	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Viernes	03:00 a 04:00, 04:00 a 05:00, 06:00 a 07:00 y 07:00 a 08:00
Sábado	0

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes: Capacitar al atleta a las condiciones físicas y técnicas para el mejoramiento de la resistencia, y reaccion ante estímulos predeterminados.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: Se trazan objetivos con vistas a juegos regionales y se logran objetivos a corto plazo.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: Mantener monitoreo sobre las habilidades ya existentes y mejorarias con objetivos de rapidez, reacción y explosividad usando ejercicios de fuerza explosiva.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: Mantener de manera constante los ejercicios que mejoren su capacidad coordinativa, y resistencia. Para su mejor funcionamiento en el ámbito deportivo.

Actividades programadas para el siguiente mes: Ranking y juegos Deportivos Regionales.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	19	100%
masculino	11	100%
Total	30	100%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	23
Xinca	0
Ladino	7
Garífuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	11
Amarilla	6
Naranja	4
Verde	5
Morada	0
Azul	0
Roja	2
Café	1
Negra	1
Total	30

MATRICULA POR PERTENENCIA SOCIOLINGÜÍSTICA						
Itzá'	Poqoman	Achi	Ixil	Q'anjob'al	Poqomchi'	Sakapulteko
0	0	0	0	0	0	0
Akateko	K'iche'	Q'eqchi'	Mopan	Sipakapense	Awakateko	Kaqchikel
0	0	0	0	0	0	0
Uspanteko	Ch'orti'	Tektiteko	Chuj	Mam	Jakalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	30	0		

Realización de Test Pedagógico: no

Especifique el test pedagógico que realizo:

TEST DE WELLS Y DILLON

Participó en alguna competencia? si

Especifique la competencia en la que participo: ranking 16 de julio

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: capacitación GO JO KYU, GO KYU del estilo Shotokan. Con el sensei Francisco Lou.

[Handwritten signature]
Nery Francisco Coy Yaqui
Entrenador

Sello



Sello

[Handwritten signature]
Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala

[Handwritten signature]
FEDERACION NACIONAL DE KARATE DO
GERENCIA TÉCNICA
FENAK
VoBo FENAK

FEDERACIÓN NACIONAL DE KARATE-DO DE GUATEMALA

CIUDAD DE GUATEMALA 26 DE JULIO DE 2021

A: LIC. JOSE CARLOS GONZÁLEZ SÁNCHEZ

ÁREA TÉCNICA

DISTINGUIDO LIC. GONZÁLEZ SÁNCHEZ; RECIBA UN CORDIAL SALUDO DEL LIC. OSNIEL URQUIJO GONZÁLEZ, ENCARGADO DEL ACOMPAÑAMIENTO DE LA PSICOLOGIA DEPORTIVA DE LOS ATLETAS DE ALTO RENDIMIENTO DE LA FEDERACION NACIONAL DE KARATE DO DE GUATEMALA.

A CONTINUACIÓN, PRESENTO ANTE UD EL INFORME CORRESPONDIENTE AL MES DE JULIO DE 2021, DONDE SE DETALLA TODO EL TRABAJO REALIZADO CON LOS DEPORTISTAS.

SIN OTRO ASUNTO

LIC OSNIEL URQUIJO GONZÁLEZ
ACOMPAÑAMIENTO DE PSICOLOGIA DEPORTIVA

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'OSNIEL URQUIJO GONZÁLEZ', is written over the typed name and title.

FEDERACIÓN NACIONAL DE KARATE-DO DE GUATEMALA
INFORME DEL ACOMPAÑAMIENTO DE PSICÓLOGIA DEPORTIVA
FECHA: JULIO 2021

I. DATOS GENERALES

A. Nombre de la Federación y/o Asociación Deportiva Nacional:

Karate-Do de Guatemala

B. Presidente de la Federación y/o Asociación:

Leonel Estuardo González Urlá

C. Representante Administrativo de la Federación y/o Asociación Deportiva Nacional:

José Carlos González Sánchez

D. Nombre y función del que presenta el informe:

Osniel Urquijo González, Acompañamiento de psicología deportiva

E. Fechas, lugar y horarios de Realización de la preparación psicológica:

Días de trabajo: martes y jueves de 7:00pm a 8:30 pm, viernes de 1:00 pm a 3:00 pm y sábados de 6:30 am a 8:00 am (Atención grupal y personalizada a los deportistas de preselecciones nacionales).

II. INFORMACION DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

A. Incluye análisis descriptivo general:

El presente mesociclo marca el inicio del Plan de entrenamiento para los Juegos Panamericanos de la Juventud, que se convierte en la competencia fundamental de la etapa, además de otros torneos preparatorios, por lo que se reinicia la preparación psicológica en función del desarrollo de los procesos y cualidades de la personalidad que le permiten a los deportistas elevar sus niveles de regulación de la actividad mental.

Con el objetivo de contribuir a la obtención del estado de disposición psíquica competitiva a partir de dinámicas individuales y grupales para los siguientes indicadores de la forma deportiva:

- Motivación basada en procesos de entrenamiento
- Enfoque y establecimiento de metas de entrenamiento
- Desarrollo de la memoria
- Procesos del pensamiento y reacción a partir de uso de tecnología LED TRAINER

Se aplicaron un total de 3 pruebas psicológicas

1. Test de Motivos deportivos de BUTT para evaluar el estado inicial de motivación en la etapa y determinar los niveles de desarrollo de las categorías internas de la misma.
2. Test de Cualidades volitivas. Para el nivel inicial de desarrollo de las mismas y evaluar estrategias de desarrollo individual y grupal.
3. Test de la memoria: para determinar el tipo de recuerdo predominante en el deportista y las vías para memorizar más efectivas.

A partir de la aplicación de estas pruebas se estableció el programa de trabajo de microciclos en función de la siguiente metodología:

- 1.- Diagnóstico de los procesos.
- 2.- Elaboración de estrategias individuales para cada deportista.
- 3.- Talleres grupales para el trabajo de variables sociopsicológicas.
- 4.- Retroalimentación al entrenador y al colectivo técnico de los resultados obtenidos.
- 5.- Establecimiento de rutinas de activación y observación de variables comportamentales en los toques de control de los viernes.

B. Programa de preparación psicológica realizado:

	Jueves, 1	Viernes, 2	Sábado, 3
	<p>Diagnóstico Actitud para la competencia.</p> <p>Estrategias de trabajo individuales para el Preolimpico</p>	<p>Rutina de visualización centrada en la corrección de elementos técnicos.</p> <p>Incluir variantes de activación a través del trabajo con las sensaciones</p>	<p>Trabajo de lateralidad dentro del entrenamiento</p>
Martes 6	Jueves. 8	Viernes. 9	Sábado. 10
<p>Diagnóstico</p> <p>Motivación de proceso (metas de entrenamiento)</p> <p>Estrategias individuales e intervención del entrenador</p>	<p>Taller</p> <p>Motivación de proceso (metas de entrenamiento)</p> <p>Estrategias individuales e intervención del entrenador</p>	<p>Cobertura al Tope de control.</p> <p>Activación de pensamiento táctico por tareas Rutina de visualización centrada en la corrección de elementos técnicos.</p>	<p>Relajación neuromuscular progresiva al final del entrenamiento</p>
Martes 12	Jueves. 15	Viernes. 16	Sábado. 17
<p>Diagnóstico</p> <p>Cualidades volitivas</p> <p>Estrategias individuales e intervención del entrenador</p>	<p>Taller</p> <p>Cualidades volitivas</p> <p>Estrategias individuales e intervención del entrenador</p>	<p>Cobertura al Tope de control.</p> <p>Activación de pensamiento táctico por tareas Rutina de visualización centrada en la corrección de elementos técnicos</p>	<p>Relajación neuromuscular progresiva al final del entrenamiento</p>

Martes 20	Jueves. 22	Viernes. 23	Sábado. 24
Diagnóstico Tipos de recuerdo Estrategias individuales	Activación neuromuscular LED TRAINER Trabajo de consecutividad del pensamiento y toma de decisiones	Cobertura al Tope de control. Activación de pensamiento táctico por tareas Rutina de visualización centrada en la corrección de	Relajación neuromuscular progresiva al final del entrenamiento

C. Breve análisis cualitativo y cuantitativo de los beneficios adquiridos con la realización de clínicas por atleta atendido:

Mes de JULIO:

Se trabajó de manera integrada con el entrenador en función del logro del estado de disposición psíquica óptimo de los deportistas a partir de sus características individuales, lo que favoreció el ajuste para los topes de control de los viernes. Se elaboraron rutinas de trabajo psicológico individual y grupal.

Se priorizaron los procesos de:

- Motivación de proceso
- Cualidades volitivas
- Memoria y pensamiento

III. INFORMACION ESPECIFICA DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

:

Objetivos psicológicos:

1. Diagnosticar los niveles iniciales de motivación, cualidades volitivas y memoria para el inicio del plan de entrenamiento con vistas a los Juegos Panamericanos de la Juventud.
2. Establecer estrategias individuales para el perfeccionamiento de los procesos diagnosticados.
3. Observar comportamiento de los deportistas durante los topes de control y retroalimentar a los entrenadores.

A. Listado de Atletas con los que se trabajó.

Nombre y Apellidos	Edad	Fecha de Nacimiento	Categoría	Peso	Diciplina
Allan David Maldonado Cruz	26	22/05/1994	Adulto	-75 kg	Kumite
Brandon Lizandro Ramirez Gonzal	27	08/11/1993	Adulto	-84 kg	Kumite
Carlos Jose Chacon Masariegos	19	05/06/2001	Sub 21	-67 kg	Kumite
Pedropablo de la Roca Lopez	18	04/04/2002	Sub 22	-60 kg	Kumite
Ismael Herman Linares Figueroa	23	20/07/1997	Adulto	-60 kg	Kumite
Diego Ernesto Chacon Masariegos	15	30/10/2005	Cadete	-70 kg	Kumite
Omar Alexander Osorio Estrada	18	23/08/2002	Sub 21	+84 kg	Kumite
Gershon Adir Morales Serrano	13	03/07/2007	Cadete	+70 kg	Kumite
Barbara Michelle Morales Chaves	23	19/02/1998	Adulto	-50, -55 kg	Kumite
Maria Renee Wong Alvarez	20	20/08/2000	Sub 21	-61 kg	Kumite
Fabiana Cevalco Varrientos	18	07/08/2002	Sub 22	-55, -68 kg	Kata Kumite
Yakelin Vargas Jeronimo	19	04/05/2001	Sub 23	-50 kg	Kumite
Odalys Saray Lopez Mendizabal	20	30/07/200	Adulto	+68 kg	Kumite

IV. OTROS:

V.

A. Que le hizo falta para alcanzar su objetivo:

Los objetivos se cumplieron

B. Qué le hizo falta para alcanzar el objetivo con sus atletas:

Los objetivos se cumplieron con calidad.


Osniel Urquijo González
 Acompañante Psicología Deportiva


Visto Bueno
José Carlos González Sánchez

José Carlos González Sánchez
 Gerente Técnico
 Federación Nacional de Karate Do

