



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Angel Augusto Chang Herrarte

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa

Departamento: GUATEMALA

Mes que reporta: NOVIEMBRE

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. Y empezar a inculcar mas trabajo avanzado.

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. Mejoras en los topes mensuales, con mayor trabajo en aptitudes y desempeño técnico y físico.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: Tienen que trabajar a un mejor ritmo el área de kata y kumite, conocimiento de técnicas básicas de kata y kumite, mayor desplazamiento en el área para ambas ramas. Mejorar en los combates con toma de decisiones. Mas trabajo técnico táctico. Llevar el proceso para el camino a los juegos Nacionales, tratando de conseguir el mayor número de medallas y posicionar el departamento de Guatemala en el primer lugar.

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 área de combate, presentando mas soltura y agilidad en todos sus movimientos.

Actividades programadas para el siguiente mes: pasando lo juegos Nacionales se empieza el proceso para el examen de cambio de cinta del presente año.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	22	53%
Masculino	32	42%
Total	54	48%

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						
Itz'a'	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	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	54	0		

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizo:

NINGUNO

Participó en alguna competencia? SI

Especifique la competencia en la que participo: RANKING MENSUAL EFECTUADO EL 12 DE NOVIEMBRE. CAMPEONATO E-TOURNAMENT 2021. Y PARTICIPACION EN CCCK COMO ARBITRO

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

NINGUNO

Angel Augusto Chang Herrarte
Entrenador
GUATEMALA

Sello



Sello

Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
GUATEMALA

DIRECCIÓN TÉCNICA
METODOLÓGICA DE GUATEMALA
SUB GERENCIA TÉCNICA





INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Barbara Michelle Morales Chavez Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa (presencial) y Modalidad Virtual (Vía zoom). Departamento: Guatemala Mes que reporta: Noviembre Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	9:00 11:00 , 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Martes	9:00 11:00 , 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Miércoles	9:00 11:00 , 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Jueves	9:00 11:00 , 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Viernes	9:00 11:00 , 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Sábado	13:00 a 15:00

Objetivos Mensuales de atletas del curso de vacaciones 2021

En el mes de noviembre se trabajó la enseñanza y aprendizaje de la introducción al karate do, tanto teoría como la práctica. Tachi Kata (posiciones estacionarias) Uke Wasa (defensas) Seiken Tsuki (repeticiones de golpes rectos) así mismo se desarrollaron capacidades Físicas como Fuerza, Flexibilidad, Resistencia, Rapidez de reacción. Y apoyo en el grupo de desarrollo con los departamentos los días sábados.

Cumplimiento de Objetivos mensuales de atletas del curso de vacaciones 2021

Este mes se cumplió con los objetivos pre-vistos, logrando aprender el nombre y la ejecución de las direcciones, zonas del cuerpo y técnicas (Mae, Ato, Miqui, Hidari, Yodan, Shudan, Gedan, Tsuki, Age Uke, Soto Uke, Uchi Uke, Gedan Barai, Moto Dachi, Zenkutsu dachi, Shico y Kiba Dachi,

Dificultades:

Algunos no utilizan ropa adecuada para realizar el entrenamiento, los niños van muchas veces al baño, en la modalidad virtual (no cuentan con espacio para realizar ejercicios físicos y de karate, fallas con señal de internet).

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:

Enseñanza de kata y kihon para evaluarlos para el grado 9no kyu cinta blanca grado amarillo.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	22	95%
Masculino	24	85%
Total	46	90%

MATRICULA POR ETNIA		
Maya	0	
Xinca	0	
Ladino	46	
Garífuna	0	

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	99
Amarilla	0
Naranja	0
Verde	0
Morada	3
Azul	4
Roja	4
Café	2
Negra	2
Total	46

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	Jekalteco	Tz'utujil
0	0	0	0	0	0	0
Chalchiteka	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	46	0		

Realización de Test Pedagógico: N/A

Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

Participó en alguna competencia? NO

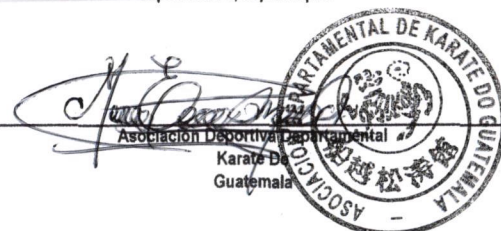
Especifique la competencia en la que participo: N/A

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

Participación Como árbitro en el torneo ETOURNAMET, que se llevó a cabo los días 30 y 31 de Octubre del 2021 en la modalidad virtual.

Barbara Michelle Morales Chavez
Barbara Michelle Morales Chavez
Entrenador Programa Escolar
Guatemala

Sello



Sello

Imelda Arce
Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Guatemala

VoBo FENAK



DIRECCIÓN TÉCNICA
SUB GERENCIA TÉCNICA



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Brandon Lizandro Ramirez Gonzalez

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa

Departamento: Guatemala

Mes que reporta: NOVIEMBRE

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. Corregir errores en técnicas básica estacionaria y en desplazamiento. Aprender y perfeccionar su kata y Kihon a relizar para cambio de cinta en Diciembre.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: Se logro Mantener su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad y asi mismo se escogio a los 3 mejores atletas que se representaran en el E Tournament desde los 6 años hasta los 17 años se ensenó las técnicas a realizar y se matuvo el aprendisaje de las técnicas basicas de kata basica

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: Mantener su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad. Trabajar en lo fisico intensidad, trabajo de mascoteo, trabajos trencicos (contraques, ataques, encuentro) para participacion en el CCKK; San Salvador, los que participaran en los Juegos nacionales y Adultos en su campeonato.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: Se mantuvo la Fuerza, Velocidad y Flexibilidad. Se excojieron a los atletas que representaran en el E Tournament y se enseñor los kihones a realizar y se escogio la kata que se realizaran en el E tournament.

Actividades programadas para el siguiente mes: Se Mantuvo su Fuerza, Velocidad y Flexibilidad. Para los practicantes, seguir con el aprendizaje de su kata, kihon y ippon kumite que se realizara en su examen de cinta en Diciembre y los sistematicos perfeccionar los kihones para el Etournament.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Masculino	44	41%
Femenino	16	53%
Total	60	47%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	60
Garífuna	0

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	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	60	0		

Realización de Test Pedagógico: no

Especifique el test pedagógico que realiza: 0

Participó en alguna competencia? si

Especifique la competencia en la que participo: Campeonato Centro Americano y del Caribe; San Salvador 2021; Ranking: 12 de Noviembre

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: Curso de Diplomado de Karate Do en la Universidad Galielo de Guatemala y Capacitacion técnicas SHOTOKAN (kihones) 15 de Noviembre con el sensei Francisco LOU

Brandon Lizandro Ramirez Gonzalez
Entrenador
Guatemala

Sello

Asociación Deportiva Departamental de Karate Do
Guatemala

Sello

Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Guatemala

DIRECCION TECNICA
METODOLOGICA DE GUATEMALA
SUB GERENCIA TECNICA



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Brian Diego Isai Herrera Hernandez

Lugar de Entrenamiento: Liceo Politécnico, Calle los Nazarenos, Antigua Guatemala

Departamento: Sacatepequez

Mes que reporta: Noviembre

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	16:00 a 17:00 y 18:00 a 19:00
Martes	08:00 a 09:00 y 17:00 a 18:00
Miércoles	16:00 a 17:00 y 18:00 a 19:00
Jueves	08:00 a 09:00 y 17:00 a 18:00
Viernes	16:00 a 17:00 y 18:00 a 19:00
Sábado	10:00 a 11:00

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes: No Hay

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: No aplica

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: Fomentar los valores esticos y morales así mismo como el trabajo de la tecnicas de combate para el programa de cambiode cintas así mismo como los combates de estudio y de escuela que se realizan para la preparacion de los atletas que competiran el los juegos deportivos nacionales y la realizacion de las katas de cada grado de cinta.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: Se cumplió en un porcentaje bastante aceptable los objetivos plasmados de las tecnicas deportivas para el programa de cambio de cinta así mismo como la realizacion de los combates de estudio y de escuela y la realizacion de las devidas katas, así como el trabajo de condición física para los atletas pricipiantes y de programa escolar a pesar de la nueva enfermedad COVID 19.

Actividades programadas para el siguiente mes: Trabajo en piscina

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Masculino	10	58%
Femenino	9	59%
Total	19	58%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	19
Garífuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	12
Amarilla	5
Naranja	2
Verde	0
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	0
Negra	0
Total	19

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	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	19	0		

Realización de Test Pedagógico: SI

Especifique el test pedagógico que realizo:

Test pedagogico fisico y test tecnico

Participó en alguna competencia? No

Especifique la competencia en la que participo: Campeonato e tournament

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: No

Brian Diego Isai Herrera Hernandez
Entrenador
Sacatepequez



Asocioia Prilusa
Asociación Deportiva Departamental
Karate Do
Sacatepequez



Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Sacatepequez

VoBo FENAK

9:54
18/11/2021



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: AUGUSTO PADILLA PEREZ

Lugar de Entrenamiento: Casa del deportista 8a. Calle 2-60
zona 2 canto santa cristina
Mazateango

Departamento: Suchitepequez Mes que reporta: NOVIEMBRE

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	10:A 11. 3:A 4. 4: A 5 5:A 6 6:A 7
Martes	10:A 11. 3:A 4. 4: A 5 5:A 6 6:A 7
Miércoles	10:A 11. 3:A 4. 4: A 5 5:A 6 6:A 7
Jueves	10:A 11. 3:A 4. 4: A 5 5:A 6 6:A 7
Viernes	10:A 11. 3:A 4. 4: A 5 5:A 6 6:A 7
Sábado	

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:	<u>Desarrollar tecnica basicas de pierna y puño y tecnica basicas de kata.</u>
Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:	<u>Se desarrollo tecnicas basicas de pierna y puño y tecnicas basicas de kata.</u>
Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:	<u>Desarrollar kijones de combate y estrategia.</u>
Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:	<u>Se ejecuto los kijones de combates y estrategia de combate.</u>
Actividades programadas para el siguiente mes:	<u>Realizar rangui Departamental ,Juegos Deportivos Nacionales , Juegos Deportivos Nacionales Adaptados , Capacitacion Virtual NI KYU E IK KYU SHOTOKAN</u>

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	17	51%
Masculino	28	50%
Total	45	50%

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'	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	Jakaiteco	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
Garifuna	0

Realización de Test Pedagógico:	<u>Si</u>	Especifique el test pedagógico que realizo:	<u>MEDICO.</u>	Participó en alguna competencia?	<u>Si</u>
Especifique la competencia en la que participo:	<u>Ranking Mensual, 22 DE OCTUBRE Casa del deportista, participacion de 25 atletas</u> <u>Campeonato e Tournament FENAK 29Y 30 OCTUBRE</u>			Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:	<u>NO RESIBI NINGUNA CAPACITACION</u>

AUGUSTO PADILLA PEREZ
Entrenador
Suchitepequez



Sello

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

18-11-2021
11:00 AM



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**
- a) Informe mensual de actividades correspondiente a: **NOVIEMBRE. DEL 16 DE OCTUBRE AL 15 DE NOVIEMBRE.**
- b) 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: **22 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **22 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes se participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **SI. . "XX Campeonato Senior y XI Under 21, Junior y Cadetes Centroamericano y del Caribe de Karate Do CCK 2021" REALIZADO DEL 04 AL 07 DE NOVIEMBRE EN SAN SALVADOR, EL SALVADOR y también atletas de desarrollo del Dojo en el Campeonato Nacional eTournament FENAK 2021 el 29 y 30 de octubre de forma virtual.**
- d) Describa si impartió o participó en alguna capacitación dentro del mes: **NO**

OBSERVACIONES:

03. AVALES

- c) 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: Noviembre

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: trabajo de katas para consolidarlas en el siguiente mes, en el que se hará el examen. Trabajar desplazamientos y combinaciones en lo referente a técnica de kumite.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes: se logró terminar con los katas que se pidieran en los exámenes de grado así como la técnica básica de kumite para los grados básicos.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos: optimizar los katas de competencia para los atletas que competirán en juegos nacionales, además de continuar con la preparación técnica táctica de los atletas que competirán en juegos nacionales.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos: se logró definir los katas que presentarán en la competencia de juegos nacionales, dejando definido los katas en cada una de las rondas. Además se trabajó en conjunto con todos los atletas que competirán por el departamento de Guatemala. Gracias a lo cual se mantiene un buen nivel con los competidores de kumite.

Actividades programadas para el siguiente mes: se trabajará en la preparación de kihon kata y kumite para examen de cambio de grado.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	19	40%
Masculino	31	38%
Total	50	39%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	50
Garífuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	27
Amarilla	3
Naranja	5
Verde	3
Morada	0
Azul	2
Roja	0
Café	6
Negra	4
Total	50

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	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	50	0		

Realización de Test Pedagógico: No

Especifique el test pedagógico que realizó:

Ninguno

Participó en alguna competencia? si

Especifique la competencia en la que participó: XX Campeonato Centroamericano y del Caribe de Karate do, realizado en San Salvador, El Salvador del 3 al 6 de Noviembre... Ranking Dojo Jorge Sosa 12 de noviembre de 2021

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

[Firma]
VoBo FENAK
23/11/2021

[Firma]
Jesús Eduardo Ascencio González
Entrenador
Guatemala

Sello

[Firma]
Asociación Deportiva Departamental
Karate Do
Guatemala

Sello

[Firma]
Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Guatemala
DIRECCIÓN TÉCNICA
METODOLÓGICA DE GUATEMALA
SUB GERENCIA TÉCNICA



INFORME MENSUAL

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

Días 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, yacko tzuki, maite tzuki, maitén tsuky, mawashi gerv, mae query, deportivo y técnicas de shotokan marcial como defensa personal.

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, katasy kihones marciales.

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: Participar con los atletas jutiapanecos en las diferentes categoría en juego nacionales del 26 al 28 de Noviembre.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	6	54%
Masculino	29	66%
Total	35	60%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	35
Garífuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	19
Amarilla	5
Naranja	3
Verde	5
Morada	0
Azul	1
Roja	0
Café	1
Negra	1
Total	35

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	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	35	0		

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizo:

NO

Participó en alguna competencia? SI

Especifique la competencia en la que participo: RANKIN13/14/2021.CAMPEONATO ETOURNAMENT FENAK 29 y 30 de Octubre 20021

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: NO

Edwin Fernando Cortez Garcia
Entrenador
Jutiapa



Asociación Deportiva Departamental
Karate Do
Jutiapa

Sello

[Firma]

Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Jutiapa



[Firma] 19/11/2021
VoBo FENAK
GERENCIA TÉCNICA

INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Glenda Nineth Aceituno Vega

Lugar de Entrenamiento: local B. Santa Lucia
Cotzumalguapa, Escuintla

Departamento: Escuintla

Mes que reporta: NOVIEMBRE

Año: 2021

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	01:00 a 05:00 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:

aprendizaje de ura mawashi y combinaciones de técnicas de combate, con fines de preparación para competencias del próximo año.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:

excelentes resultados, y se adaptan a las nuevas técnicas

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:

trabajo técnico táctico y estrategias de combate como preparación para competencia fundamental Juegos Deportivos Nacionales 2021

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:

excelente trabajo

Actividades programadas para el siguiente mes:

Ranking departamental, Juegos Deportivos Nacionales 2021

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	15	95%
Masculino	19	95%
Total	34	95%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	34
Garífuna	0

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	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
Chalchitika	Xinca	Garífuna	Castellano	Otros		
0	0	0	34	0		

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizó:

N/A

Participó en alguna competencia? Si


Especifique la competencia en la que participa: Ranking Mensual, 17 de NOVIEMBRE, en Santa Lucia Cotz, participacion de 25 atletas de 2 municipios, Campeonato etournament 2021 realizado el 29 y 30 de octubre. Campeonato Centroamericano y del Caribe realizado en San Salvador.

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:


Diplomado especializado en karate do

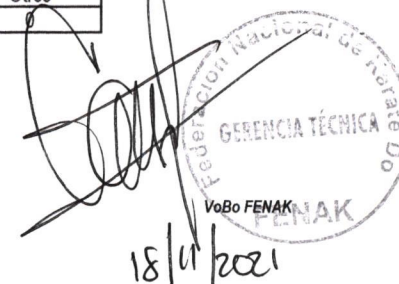

Glenda Nineth Aceituno Vega
Entrenador
Escuintla

Sello


Asociación Deportiva Departamental
Karate Do
Escuintla

Sello


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**
- a) Informe mensual de actividades correspondiente a: **NOVIEMBRE. DEL 16 DE OCTUBRE AL 15 DE NOVIEMBRE.**
- b) 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: **26 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **26 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes se participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **SI mis atletas participaron en el "XX Campeonato Senior y XI Under 21, Junior y Cadetes Centroamericano y del Caribe de Karate Do CCCK 2021" REALIZADO DEL 04 AL 07 DE NOVIEMBRE EN SAN SALVADOR, EL SALVADOR y también en el Campeonato Nacional eTournament FENAK 2021 el 29 y 30 de octubre de forma virtual.**
- d) Describa si impartió o participó en alguna capacitación dentro del mes: **Impartí la CAPACITACIÓN DE LA CLASE ESTILO SHITO RYU y la Clase de Especialidad del Diplomado Especialista en Karate Do de la Universidad Galileo de Guatemala**

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:

José Carlos González Sánchez
Gerente Técnico
Federación Nacional de Karate Do



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Ismael Herman Linares Figueroa Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa (Presencial) Y la Modalidad Virtual (Via Zoom) Departamento: Guatemala Mes que reporta: Noviembre Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	9:00 11:00, 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Martes	9:00 11:00, 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Miércoles	9:00 11:00, 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Jueves	9:00 11:00, 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Viernes	9:00 11:00, 11:00 a 13:00 Y 15:00 a 17:00
Sábado	13:00 a 15:00

Objetivos Mensuales de Atletas del curso de vacaciones 2021

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Curso de Vacaciones 2021

Dificultades:

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

Actividades programadas para el siguiente mes:

En el mes de noviembre se trabajó la enseñanza y aprendizaje de la introducción al karate do, tanto teoría como la práctica, Iachi Kata (posiciones estacionarias) Uke Wasa (defensas) Seiken Tsuki (repeticiones de golpes rectos) así mismo se desarrollaron capacidades Físicas como Fuerza, Flexibilidad, Resistencia, Rapidez de reacción. Y apoyo en el grupo de desarrollo con los departamentos los días sábados.

Este mes se cumplió con los objetivos pre-vistos, logrando aprender el nombre y la ejecución de las direcciones, zonas del cuerpo y técnicas (Mae, Ato, Miqui, Hidari, Yodan, Shudan, Gedan, Tsuki, Age Uke, Soto Uke, Uchi Uke, Gedan Barai, Moto Dachi, Zenkutsu dachi, Shico y Kiba Dachi).

Algunos no utilizan ropa adecuada para realizar el entrenamiento, los niños van muchas veces al baño, en la modalidad virtual (no cuentan con espacio para realizar ejercicios físicos y de karate, fallas con señal de internet).

Participo en Exhibiciones o Giras Deportivas No se realizó

Ninguno.

Enseñanza de kata y kihon para evaluarlos para el grado 9no kyu cinta blanca grado amarillo.

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	20	95%
Masculino	18	72%
Total	38	83%

MATRICULA POR ETNIA	
Maya	0
Xinca	0
Ladino	38
Garífuna	0

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	38
Amarilla	0
Naranja	0
Verde	0
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	0
Negra	0
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		

Realización de Test Pedagógico: N/A

Especifique el test pedagógico que realizó: N/A

Participó en alguna competencia? NO

Especifique la competencia en la que participo: N/A

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

Participación Como árbitro, en el torneo ETOURNAMET, que se llevó a cabo los días 30 y 31 de Octubre del 2021 en la modalidad virtual.

Ismael Herman Linares Figueroa
Entrenador
Guatemala

Sello

Asociación Deportiva Deporte Karate Do
Karate Do
GUATEMALA

Sello

Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Guatemala

DIRECCION TECNICA
METODOLOGICA DE GUATEMALA
SUB GERENCIA TECNICA



Guatemala 22 de noviembre 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 Noviembre 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 martes y jueves en horario de 6:00AM a 8:00AM y luego de 3:30PM a 5:00PM.
2	Seguimiento y control del equipo de presoterapia a los atletas asignados por día y hora.
3	Apoyo técnico en los entrenamientos del Dojo Jorge Sosa de Lunes a Jueves de 6:30PM a 8:00PM.
4	Llevar control de asistencia de trabajo físico y técnico. Y otras actividades.
5	Participación en las reuniones estratégicas de los tope de control los días Lunes del presente mes.
6	Seguimiento y entrenamientos al Grupo de Desarrollo los viernes de 15:00 a 17:00 hrs
7	Participación como coach en el "XX Campeonato Senior y XI Under 21, Junior y Cadetes Centroamericano y del Caribe de Karate Do CCKK 2021" realizado del 02 al 07 de noviembre de 2021.
8	Participación en la reunion con la Triada Medica.
9	Entrenar al grupo de desarrollo de los departamentos de Escuintla, Chimaltenango, Jalapa los días sabados del mes de noviembre.

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: **NOVIEMBRE. DEL 16 DE OCTUBRE AL 15 DE NOVIEMBRE.**
- 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**

02. ACTIVIDADES TÉCNICAS DEL MES

- a) Días de entrenamiento planificados: **26 DÍAS**
- b) Días de entrenamiento cumplidos: **26 DÍAS**
- c) Describa si dentro de las actividades planificadas en el mes si participó en alguna competencia y/o campamento de entrenamiento: **SI mis atletas participaron en:**
 - a. **XX Campeonato Senior y XI Under 21, Junior y Cadetes Centroamericano y del Caribe de Karate Do CCCK 2021 REALIZADO DEL 04 AL 07 DE NOVIEMBRE EN SAN SALVADOR, EL SALVADOR**
 - b. **Campamento de entrenamiento en Retalhuleu del 18 al 25 de Noviembre.**
 - c. **Campeonato Nacional eTournament FENAK 2021 el 29 y 30 de octubre de forma virtual.**
- 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:

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





INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: JULIO ANTONIO GARCIA

Lugar de Entrenamiento: Dojo Jorge Sosa (Hibrido,

Departamento: Guatemala

Mes que reporta: Noviembre

Año: 2021

Días de Entreno	Horarios Diarios
Lunes	06:00 a 07:30
Martes	0
Miércoles	06:00 a 07:30
Jueves	0
Viernes	06:00 a 07:30
Sábado	0

Objetivos Mensuales de Atletas Practicantes:

Con este programa se pretende el mantener el estilo tradicional Shito Ryu Karate Do de manera sistemática y ordenada conforme a los entrenamientos, programas tradiciones del karate, y que derivado a las restricciones por covid 19 las clases continúan virtuales, con esto se pretende: 1. mantener la forma tradicional de Karate Do. 2. No detener los entrenamientos semanales programados. 3. mantener la condición física y mental adquirida. 4. Coordinar adecuadamente los movimientos del cuerpo. 5. mantener los conocimientos adquiridos a través de los años en el arte marcial.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:

Los entrenamientos programados no se han detenido y los alumnos tienen una participación bastante activa.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:

Con este programa se pretende continuar la practica y la disciplina en el estilo tradicional shito Ryu Karate Do de manera ordenada conforme a los entrenamientos establecidos en el programas, y que derivado a las restricciones por covid 19 las clases continúan virtuales, con esto pretende: 1. mantener la forma tradicional de Karate Do. 2. No detener los entrenamientos semanales programados. 3. mantener la condición física y mental adquirida. 4. Coordinar adecuadamente los movimientos del cuerpo. 5. mantener los conocimientos adquiridos a través de los años en el arte marcial.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:

Para este caso, los alumnos sistematicos son los que tienen una asistencia mínima del 80%, se considera que se han cumplido los objetivos.

Actividades programadas para el siguiente mes: NO

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	0	#DIV/0!
Masculino	7	80%
Total	7	#DIV/0!

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	0
Amarilla	0
Naranja	0
Verde	0
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	1
Negra	6
Total	7

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	7	0		

Realización de Test Pedagógico: NO

Especifique el test pedagógico que realizo: N/A

N/A

Participó en alguna competencia? NO

Especifique la competencia en la que participo: N/A

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: NO

[Handwritten signature and stamp]
VoBo FENAK

JULIO ANTONIO GARCIA HERNANDEZ

Entrenador
Guatemala

Sello

Sello



Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Guatemala

DIRECCION TECNICA
METODOLOGICA DE GUATEMALA
SUB GERENCIA TECNICA



INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Nery Francisco Coy Yaqui

Lugar de Entrenamiento: DOJO SHIN KI TAI

Departamento: Chimaltenango

Mes que
reporta:

Noviembre

Año:

2021

Días 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 reacción ante estímulos predeterminados.

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Practicantes:

Se trazan objetivos con vistas a Nacionales aun en espera de la competencia.

Objetivos Mensuales de Atletas Sistemáticos:

Mantener monitoreo sobre las habilidades ya existentes y mejorarlas 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, Campeonato Nacional de Mayores

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Femenino	19	95%
masculino	11	95%
Total	30	95%

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:

no

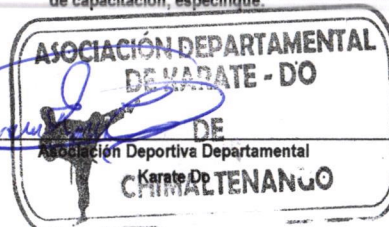
Participó en alguna competencia? si

Especifique la competencia en la que participo: ranking 13 de noviembre. Etournament 2021

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique: DIPLOMADO KARATE, inicio del tercer trimestre. 19 de octubre

Nery Francisco Coy Yaqui
Entrenador

Sello



Sello

Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala



FEDERACIÓN NACIONAL DE KARATE-DO DE GUATEMALA

CIUDAD DE GUATEMALA 26 DE NOVIEMBRE 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 NOVIEMBRE DE 2021, DONDE SE DETALLA TODO EL TRABAJO REALIZADO CON LOS DEPORTISTAS.

SIN OTRO ASUNTO

LIC OSNIEL URQUIJO GONZÁLEZ

ACOMPAÑAMIENTO DE PSICOLOGIA DEPORTIVA



José Carlos González Sánchez
Gerente Técnico
Federación Nacional de Karate Do

FEDERACIÓN NACIONAL DE KARATE-DO DE GUATEMALA
INFORME DEL ACOMPAÑAMIENTO DE PSICÓLOGIA DEPORTIVA
FECHA: NOVIEMBRE 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). Empleo de plataforma ZOOM durante Campamento en RETALHULEU

II. INFORMACION DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

A. Incluya análisis descriptivo general:

El presente mesociclo es el 5TO y último del Plan de entrenamiento para los Juegos Panamericanos de la Juventud, donde se insertó el Campeonato Centroamericano y del Caribe celebrado en la Ciudad de San Salvador, donde obtuvo el 3er lugar por países y una actuación relevante dentro del área geográfica.

Objetivo: Favorecer la obtención de la forma deportiva a partir del desarrollo de los componentes del sistema psico-regulador que permitan obtener niveles adecuados de disposición psíquica para competir.

Contenidos: Autocontrol emocional, autorregulación, perfeccionamiento de cualidades volitivas, zona óptima de competencia.

Métodos y técnicas: Aplicación de pruebas de ansiedad-estrés y trabajo con dinámicas de respiración, enfoque y relajación-activación.

Se aplicaron 1 test psicológico.

1. APC (Actitud para la competencia) para determinar los niveles de desarrollo de las habilidades psicológicas para competir.

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

- 1.- Diagnóstico
- 2.- Elaboración de estrategias individuales para cada deportista.
- 3.- Talleres grupales para el trabajo de variables de retroalimentación en los toques.
- 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.

Se trabajaron sesiones individuales con los deportistas en función del manejo de la ansiedad y el estrés, las estrategias individuales para el logro de la Zona Óptima de Rendimiento, la percepción del tiempo y el espacio, y la toma de decisiones. En el presente mesociclo se potenciaron las variables de cohesión grupal, rivalidad competitiva, evitación del estado de autocomplacencia

competitiva así como el manejo de situaciones estresógenas externas e internas lo que provocó que el equipo avance hacia el logro de la forma deportiva.

Se realizaron dinámicas con los entrenadores en función del conocimiento del funcionamiento de los deportistas y se participó en todas las reuniones técnicas ofreciendo consideraciones sobre el desempeño de los deportistas tanto en los entrenamientos como en las competencias y topes.

Se trabajó de forma individual con el atleta Carlos José Chacón a partir de una lesión de rodilla, implementando el entrenamiento ideomotor para mantener activas las conexiones neuromusculares. Se implementó además una rutina de visualización basada en la repetición mental de las rutinas de combate simulando variables propioceptivas. Además se estableció el proceso mental de regreso paulatino a la actividad competitiva. Todos estos ejercicios acompañaron el proceso de fisioterapia realizado por el deportista.

B. Programa de preparación psicológica realizado:

Martes 2	Jueves, 4	Viernes, 5	Sábado, 6
<p>Establecimiento de metas</p> <p>Taller grupal</p>	<p>Dinámica de enfoque de rendimiento psicológico competitivo</p>	<p>Campeonato Centroamericano y del Caribe Mayor CCK 2021</p>	<p>Campeonato Centroamericano y del Caribe Mayor CCK 2021</p>
Martes 9	Jueves 11	Viernes. 12	Sábado. 13
<p>Retroalimentación individual del desempeño en el campeonato centroamericano</p> <p>Estrategias personales de afrontamiento</p>	<p>Retroalimentación individual del desempeño en el campeonato centroamericano</p> <p>Estrategias personales de afrontamiento</p>	<p>Diagnóstico APC</p>	<p>Relajación neuromuscular progresiva al final del entrenamiento</p>
Martes 16	Jueves. 18	Viernes. 19	Sábado. 20
<p>Individual José Chacón</p>	<p>Activación-relajación (Individual)</p> <p>Técnicas para trabajarlas</p>	<p>Taller ZOOM técnicas de entrenamiento psicofisiológico</p>	<p>Relajación neuromuscular progresiva al final del entrenamiento</p> <p>Guiada por el entrenador</p>
Lunes 22	Miércoles. 25	Viernes 26	

Taller ZOOM	Taller ZOOM	Trabajo individual
Establecimiento de metas de resultado y de proceso	Valoración final campamento Retalhuleu	ZOC
		DOMO zona 13

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

Mes de NOVIEMBRE:

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:

Contenidos: Autocontrol emocional, autorregulación, perfeccionamiento de cualidades volitivas, zona óptima de competencia.

III. INFORMACION ESPECIFICA DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

IV.

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 Adif 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

V. OTROS:

VI.

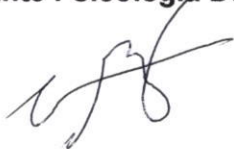
A. Que le hizo falta para alcanzar su objetivo:

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



Licenciado
Jose Carlos Gonzalez
Gerente Técnico
Federación Nacional de Karate Do Guatemala
Su Despacho

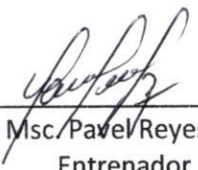
Respetuosamente me dirijo a usted para informar de las actividades realizadas por mi persona durante el mes de noviembre del presente año.

Mes: noviembre. Fecha: del 1 al 30 de noviembre del 2021.

1	<p>ASESORAR EL ENTRENAMIENTO FÍSICO DE LO PLANIFICADO POR EL COLECTIVO DE ENTRENADORES: El trabajo de asesoramiento consiste en mesas de trabajo con el colectivo de entrenadores para garantizar el rendimiento máximo de la macroestructura se recomendó al colectivo de entrenadores realizar ejercicios tácticos según las deficiencias detectadas en el campeonato centro americano y del caribe celebrado en la fecha del 4 al 7 del mes en curso.</p>
2	<p>IMPLEMENTACIÓN DEL TEST DE VALORACIÓN DEL TIEMPO: El test consiste en tomas de tiempo de los últimos 15 segundos de combate para lograr saber si los atletas estas correctamente ubicados en el tiempo de trabajo que compiten por reglamento de arbitraje.</p> <p>Se realizo el test el 2 de noviembre y nos tomó como resultado que el 75% del grupo sobre valora el tiempo y el 25% está en forma correcta y tiene planteado el tiempo de combate correcto, se realizó el test con el tiempo de los últimos 15 segundos restantes del Kumite, ya que es de gran importancia que ellos sepan en realidad la disponibilidad de tiempo requerido y ganar en confianza competitiva</p>
3	<p>PARTICIPACIÓN EN REUNIÓN CONJUNTA LOS LUNES POR ZOOM A LAS 10 AM: El lunes 8 se realizó la reunión establecida por gerencia técnica donde se analizó la participación de la delegación senior al campeonato y el seguimiento de los atletas en clasificados a los juegos deportivo de valle, Cali, Colombia, en este análisis se vio la deficiencia táctica de la atleta maria René Wong Alvares donde realiza los ataques desde atrás y es vulnerable a que le marquen puntos, deficiencia táctica que se está corriendo, el atleta masculino Carlos Chacón no participo por problemas de lesión de ligamento cruzado anterior.</p> <p>Lunes 15 se realizó reunión gerencia técnica y comisión médica haciendo valoraciones medico deportivas del atleta Carlos Chacón y su participación real a los juegos deportivos de valle, Cali, Colombia 2021.</p> <p>Miércoles 21 se reúne gerencia técnica, colectivo de entrenadores y comisión médica para dar valoración médica sobre el atleta Carlos Chacón y su incorporación a los entrenamientos a los juegos panamericanos sub-21.</p>
4	<p>APOYO TÉCNICO AL COLECTIVO DE ENTRENADORES DEL DOJO JORGE SOSA DE LUNES A SÁBADO DE 6:30 PM A 8:00 PM. Se realizó una visita técnica al entrenamiento el día 12 de noviembre a la unidad de entrenamiento, se les sugirió al colectivo de entrenadores seguir trabajando las deficiencias tácticas de los atletas que participaran en los Juegos Panamericanos sub-21 Valle, Cali, Colombia.</p> <p>La clase fue evaluada de satisfactoria.</p>
5	<p>ESTUDIOS DE CONTRARIOS EN TOPES Y COMPETENCIAS 1:00 PM A 3:00 PM. Se realizó el estudio de la contraria directa de la atleta maria René, Yanesa de puerto rico, fortalezas de Yanesa ataque de Maite Tsuki, anticipación de yako Tsuki y mawashi delantera y Ura delantera, sorprende con Ushiro geri y Ushiro mawashi.</p> <p>Debilidades, hace todos los ataques lineales, se desespera cuando el marcador esta debajo y realiza ataques desesperados, no sabe trabajar en distancias cortas, se le hace difícil marcar puntos.</p>

6	CARACTERIZACIÓN DE LOS ATLETAS DE LA SELECCIÓN. Carlos Chacón categoría -67 kg estatura: 1.76, resultados nacionales campeona nacional varios años resultado internacional: campeón CCONDEKA, Campeón CCKK, Campeón PKF sub-21, clasifico a los I Juegos Panamericanos Cali 2021, se caracteriza por su inteligencia competitiva su explosividad en los ataques, concentración de la atención y comunicación entrenador atleta, debe mejora en las puntuaciones Wasari e IPPON lo cual conlleva a implementar el trabajo de piernas
7	TEST PEDAGÓGICO. Tokmakide 1000 mts. Rast 35 mts. No se realizó test
8	REUNIÓN ESTRATÉGICA DE LOS COMBATES TÉCNICO-TÁCTICA LOS LUNES DEL PRESENTE MES. Se analizo el tope del día 24 de septiembre con el trabajo de puntuaciones y el trabajo por minutos de Kumite donde se recomendó al colectivo de entrenadores el control de la toma de pulsaciones antes, durante y al finalizar los combates, realizar trabajo técnico táctico para implementar el senshu y lograr marcar en los primeros 15 segundos del combate
9	ACOMPañAR A LOS ATLETAS A REALIZAR LAS PRUEBAS MORFOLÓGICAS. Jueves 18 se acompañó al atleta Carlos Chacón a su prueba medica sobre su valoración final de la lesión de ligamento cruzado anterior.
10	ASESORAR Y COLEGIAR CON EL COLECTIVO DE ENTRENADOR Y PERSONAL ASOCIADO, PSICÓLOGO, FISIOTERAPEUTA. Se incremento el número de terapeutas al entrenamiento lo que posibilita una mayor rapidez y eficacia en los tratamientos médicos, y cumplimiento del entrenamiento deportivo.
11	REUNIÓN CON LA TRIADA MEDICA. El día 19 se realizó la reunión final con la triada medica donde se aprobó por parte medica la incorporación por la parte medica del atleta Carlos Chacón a los entrenamientos de valle, Cali y a la base de entrenamiento en el departamento de Retalhuleu
12	BASE DE ENTRENAMIENTO. Se realiza la base de entrenamiento con un total de 6 atletas, 3 entrenadores y un delegado, se realizan dos horarios uno físico de 7 a 8.30 am y otro de 2 a 3.30 pm hora de competición en valle Colombia, el objetivo de la base es dar últimos detalles tácticos a los atletas que participaran en los juegos. Los atletas que participaran maria René Wong Alvares se encuentra en optima forma deportiva, con los niveles de trabajo y recuperación exigidos para la etapa precompetitiva, obtención de la forma deportiva, los detalles tácticos vistos en el centroamericano y del caribe fueron corregidos, que fue el ataque luego de la fina ella iba atrás y le marcaban los puntos, ahora realiza la finta y sobre ella hacia delante ejecuta el ataque lo que gano mayor velocidad y efectividad en la puntuación. Carlos Chacón realizo sus primeros combates luego de su lesión y su nueva incorporación al entrenamiento desde el mes de octubre, se estableció una guía de técnicas ofensiva y defensivas al atleta teniendo en cuenta su problema de lesión de rodilla, según los planificado y orientado al atleta realizo ataques ofensivos puntuables, como defensivos, tiene poco efectividad de anticipación, está vulnerable en el área Shudan por lo que se le sugirió y el atleta hace efectivo la no anticipación a ningún ataque con sus brazos, se le recomendó al colectivo de entrenadores y atletas que trabajara defensa y contraataque donde ha sido más efectivo y el atleta ha logrado ganar en confianza.

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 Msc. Pavel Reyes Mendoza
Entrenador


José Carlos González Sánchez
Gerente Técnico
Federación Nacional de Karate Do





INFORME MENSUAL

Entrenador Contratado: Jorge Michael Chicoy Martinez Lugar de Entrenamiento: 8va calle 1-76 zona 1 Escuintla Departamento: Escuintla Mes que reporta: Noviembre Año: 2021

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 FÍSICAS 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, yokutzuky, mawashi yodan y shudan, combinación de manos y piernas) PREPARACIÓN ESTRATÉGICO (movimiento de combate, fintas, soluciones de ataque y contra ataque con técnica favorita).

Cumplimiento de Objetivos trazados de Atletas Sistemáticos:

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

Actividades programadas para el siguiente mes:

Ranking Mensual, Campeonato Nacional mayor

MATRICULA POR GENERO		
GENERO	CANTIDAD	ASISTENCIA
Masculino	16	92%
Femenino	15	88%
Total	31	90%

MATRICULA POR ETNIA		
Maya	0	
Xinca	0	
Ladino	31	
Garifuna	0	

MATRICULA POR CINTAS	
Blanca	14
Amarilla	5
Naranja	6
Verde	4
Morada	0
Azul	0
Roja	0
Café	0
Negra	2
Total	31

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	31	0		

Realización de Test Pedagógico: N/A

Especifique el test pedagógico que realizó: N/A

Participó en alguna competencia? Si

Especifique la competencia en la que participó: Ranking Mensual, noviembre participación de 38 atletas de 2 municipios. Campeonato Nacional Etourment 2021, Juegos Deportivos Nacionales 2021

Recibió o impartió algún tipo de capacitación, especifique:

actividades técnicas de capacitación KIHON IK KYU sensei Francisco Lou

Jorge Michael Chicoy Martinez
Entrenador
Escuintla

Sello

Asocacion Deportiva Departamental
Karate Do
Escuintla

Sello

Metodólogo Deportivo
Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala
Escuintla

