

Guatemala, 30 de diciembre 2013

Señor
Francisco Javier Ardon Quezada.
Viceministro del Deporte y la Recreación
Su Despacho

De la manera más atenta de dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe de actividades conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por servicios Técnico Profesionales Numero 26-2013 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial número 34-2013, correspondiente al mes de diciembre del 2013, y para el cobro de mis honorarios estoy presentando factura serie B numero 0026.

ACTIVIDADES REALIZADAS.

1. Se trabajaron los elementos básicos del TachiWaza la enseñanza del JUDO de las técnicas de pie con los desplazamientos.
2. Se trabajara técnicas de cadera TachiWaza, técnicas en desplazamiento lateral hacia tras, adelante y circular.
3. Se trabajara técnicas de Ne Waza, en JUDO llaves de brazo, estrangulación y envolturas.
4. Realización de técnicas de TachiWaza con velocidad.
5. Días miércoles circuito de pesas.
6. Días jueves circuito de condición física.

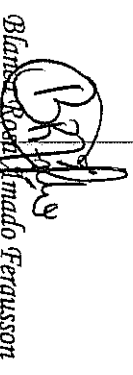
RESULTADOS OBTENIDOS EN LA CLASE DE JUDO

Los alumnos han adquirido fortalecimiento de extremidades inferiores para realizar de mejor forma las técnicas de TachiWaza.

1. Los alumnos han adquirido habilidad para girar y levantar al oponente y de esta forma simplificar la proyección.
2. Se han adquirido avances en las técnicas de inmovilización y los alumnos han conocido las llaves de brazo, estrangulación y envolturas.
3. El TachiWaza es la técnica de JUDO en el que se a desarrollado para mejorar la condición física como preparación para futuros torneos.
4. Los alumnos han realizado el circuito de pesas para lograr el fortalecimiento de sus músculos.
5. Se han realizado diferentes rutinas de ejercicios para que los alumnos adquirieran una mejor condición física y sea factible la física al momento de presentarse en un torneo



Estuardo Giovanni Alejandro Garzaro Vallecillos



Blanes Rosalinda Fergusson
Coordinadora General Academias Deportivas
Dirección General Del Deporte y la Recreación

ESTUARDO GIOVANNI ALEJANDRO GARZARO VALLECILLOS

27 Calle "A" 7-51 Zona 8
Guatemala, Guatemala
Estuardo Giovanni Alejandro Garzaro Vallecillos
NIT.: 1404109-K


Factura de Pequeño
Contribuyente Serial B

Nº 00026

Guatemala, 30 de Diciembre de 2013

Cliente: Dirección General del Oportus y Recreación NIT: 1289993-3

Dirección: 6ra Calle y 6ra Avenida Zona A

CANTIDAD	DESCRIPCION	VALOR
	Honorarios por servicios técnicos protección	Q 5000.-
	hales correspondientes al mes de diciembre	
	del 2013 según contrato administrativo No. 26-2013	
	y acuerdo ministerial No. 34-2013	
		
	Caracas	
	Factura de Pequeño Contribuyente, no Genera Derecho a Crédito Fiscal	
TOTAL EN LETRAS:	<u>cinco mil quinientos</u>	<u>5000.-</u>

Colores Impresos NIT.: 3865463-6 Tel.: 2238-1044 Aut. según resolución S.A.T 2012-5-20201-48 del 30/04/2012 Serie "B" de la 1 a la 100 Est.1 ORIGINAL: Cliente - DUPLICADO: Contabilidad

Guatemala, 30 de diciembre de 2013

Señor
Francisco Javier Antonio Ardon Quezada.
Viceministro del Deporte y la Recreación
Su Despacho

Estimado Señor:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe final de actividades conforme a lo estipulado en la cláusula novena del Contrato Administrativo por servicios Técnico Profesionales Número 26-2013 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial número 34-2013, correspondiente al periodo del 02 de enero al 31 de diciembre de 2013.

INFORME DE RESULTADOS

DIFERENTES ACTIVIDADES:

- El 24 de Julio del 2013, en la Escuela
- El 18 de agosto del 2013, se llevó a cabo Campeonato invitando a San Pedro Ayampuc, obteniendo las siguientes medallas: 12 DE ORO, 8 DE PLATA Y 6 DE BRONCE
- El 15 de septiembre, una exhibición en el instituto Santa María.
- El 18 de septiembre de 2013, una invitación a San Pedro Ayampuc: 8 DE ORO, 6 DE PLATA Y 5 DE BRONCE.
- El 7 de diciembre del 2013, un campeonato invitando al departamento de Jalapa y San Pedro Ayampuc.

VACACIONES DE FIN DE AÑO

Curso de vacaciones a partir del 28 de octubre de 2013 culminando el 6 de diciembre de 2013, donde imparto clases a más de 160 alumnos, entre las edades comprendidas de 3 a 17 años en diferentes horarios.

PROGRAMACIÓN PARA DICIEMBRE DEL AÑO 2013

Por parte de la Federación nacional el presidente de la Asociación de Guatemala, nos invito para asistir todos los viernes a entrenar y hacer topes entre nosotros mismos y los atletas de la Dirección General de Educación Física (DIGEF). Me complace agregar que hemos obtenido muchas felicitaciones y muy buenos comentarios ya que muchos alumnos, especialmente los vacacionistas se han visto muy interesados en seguir asistiendo en clases normales. Y por ello, ya cuento con 10 personas que participarán en el campeonato navideño lo cual me hace sentir muy orgulloso porque nuestra labor es en beneficio de la juventud, lo cual los lleva a ser positivos y aprender de forma sana la defensa personal.



Blanca Rosa Amado Ferrusson
Coordinadora General Académicas Deportivas
Dirección General Del Deporte y la Recreación

Estuardo Giovanni Alejandro Garzaro Vallecillos

Guatemala 30 de diciembre de 2013

Señor
Francisco Javier Antonio Ardon Quezada.
Viceministro del Deporte y la Recreación
Su Despacho

Estimado Señor:

De la manera más atenta me dirijo a usted para hacer de su conocimiento el trabajo desarrollado durante el periodo del 02 de enero al 31 de diciembre, conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por servicios Técnico Profesionales Número 26-2013 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial número 34-2013

INFORME FINAL DE LAS ACTIVIDADES DE PERIODO

ENERO 2013:

Se aprendió como defensa para proporcionar una serie de reflejos que pueden aplicarse en la vida diaria.

Como educación física así el cuerpo llega a moverse con agilidad y soltura

Aprendizaje de los elementos técnicos del judo para un mejor desarrollo de los alumnos

FEBRERO 2013:

Como educación mental porque el fundamentó de la técnica de judo es mui simple.

Se aprendió la técnica hadaka jime (que es estrangulación con el brazo directo al cuello)

Se aprendió la técnica de ipon que es una entrada de brazo para levantar al compañero.

MARZO 2013:

Se enseñaron caldas de frente, atrás y adelante para que el alumno no se lastime al proyectarlo.

Se enseñó la técnica sankaku jime (es estrangulación en triangulo con piernas)

Test pedagogicos con los alumnos que asisten a las clases regulares de judo.

ABRIL 2013:

Visualización de la técnica que se quiere emplear, siempre atentos al movimiento del compañero.

El aprovechamiento de la posición dominante para dar comienzo a la técnica que se realiza con celeridad y decisión.

Se trabajó con colegios judo como parte de educación física.

MAYO 2013:

Se trabajó la forma física, porque es muy importante para la práctica del JUDO.

Se trabajaron movimientos básicos de la defensa de new aza (trabajo en el suelo).

Se trabajaron desplazamientos en el momento que el alumno intenta desplazar al otro.

JUNIO 2013:

Se trabajó la técnica de KOSHI GURUMA, que el agarre va el brazo en el cuello del compañero.

Se les enseñó a los alumnos el saludo al comenzar y terminar la clase.

Se les enseñó acciones técnicas con ambas rodillas al suelo.

JULIO 2013:

Se les enseñó a los alumnos acciones de MAKIKOMI WAZA. Son todas las acciones que enrollan al oponente.

Se les enseñó acciones de SUTEMI WAZA. Son todas las acciones que el competidor arroja su cuerpo al suelo.

Se les enseñaron las técnicas de NAGE WAZA. Que son técnicas de proyección.

AGOSTO 2013:

Se trabajaron calentamiento, trabajos colectivos y recreativos.

Calentamiento básico, para que el musculo se caliente antes del entrenamiento.

Se desarrolló un trabajo de pesas.

SEPTIEMBRE 2013:

Se trabajaron juegos para la coordinación del movimiento.

Se trabajaron juegos con pelota para el movimiento de los brazos.

Se trabajó con liga para el movimiento de las piernas.

OCTUBRE 2013:

Se desarrolló trote de resistencia técnica.

Se desarrolló calentamiento básico de cadera.

Calentamiento de trabajo colectivo y recreativo.

NOVIEMBRE 2013:

Se realizó trabajo de pesas.

Se les enseño como era el área de competición.

Se les enseño la técnica NAMI JUJU JIME. Estrangulación cruzada con ambas manos.

DICEMBRE 2013:

Se les enseñaron los elementos activos o directores, las manos suelen intervenir en todas las técnicas, ya sea como actor principal o como apoyo para mantener el equilibrio.

Los antebrazos, desarrolla mayor potencia que la mano.

Piernas; que es para hacer una técnica más depurada.

Impartí clases de judo a diferentes grupos:

20 señoras en horario de 8:00 a 9:00 A.M. este entrenamiento es específico para su condición física de acuerdo a su edad como ejemplo: Tashi Waza y Ne Waza.

160 niños de diferentes colegios en horario de 9:00 a 12:00 entre las edades de 7 a 16 años de edad, trabajando calentamiento luego tashi waza, después juegos especiales para el Judo.

50 alumnos de la Escuela de Judo, les impartí clases de manera permanente en horario de 15:00 a 17:30 horas de la siguiente forma:

Lunes: **TASHI WAZA,**

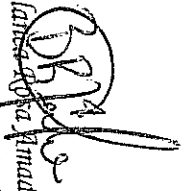
Martes: **NE WAZA,**

miércoles: **CONDICIÓN FÍSICA,**

Jueves: **TRABAJO PESAS,**

viernes: **TRABAJO UCHI KOMI**

Estuardo Giovanni Alejandro Garzaro Vallecillos


Blanca Rosa Amadio Fergusson
Coordinadora General Academias Deportivas
Dirección General Del Deporte Y la Recreación