

Guatemala, 28 de septiembre de 2018

Señor
Mario Renato Monterroso García
Viceministro del Deporte y la Recreación
Ministerio de Cultura y Deportes
Su Despacho.

Respetable Viceministro:

De la manera más atenta me dirijo a usted con el propósito de presentarle mi informe de actividades conforme a lo estipulado en el Contrato Administrativo por Servicios Técnicos No. 2023-2018 aprobado mediante el Acuerdo Ministerial No. 497-2018 correspondiente al mes de septiembre del año 2018 y para el cobro de mis honorarios estoy presentando la factura serie "D" No. 000018.

ACTIVIDADES REALIZADAS

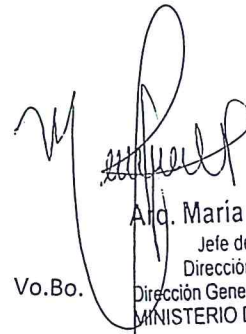
- a. Apoyar en la ejecución de las actividades programadas por la Dirección de Áreas Sustantivas para la disciplina de levantamiento de pesas.
- b. Apoyar en la promoción de la participación de voluntarios en las actividades programadas.
- c. Apoyar como facilitador y animador de actividades de deporte,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

RESULTADOS OBTENIDOS

- a. Se brindó apoyo específico en la enseñanza de ejercicios dinámicos, que a su vez son básicos y elementales para el desarrollo muscular de muchos jóvenes que se iniciaron en la disciplina del entrenamiento con pesas.
- b. Se apoyó en la actividad de celebración del día de la Independencia en el Parque Erick Bernabé Barrondo García.
- c. Se brindó la instrucción correcta en los aspectos de la disciplina del entrenamiento con pesas, en asesorar a los jóvenes con consejos de alimentación y nutrición.
- d. Se brindó apoyo en la generación de un plan específico para cada persona en individual, ya que cada una necesita una rutina diferente.
- e. Se apoyó en el desarrollo de lineamientos para un plan de trabajo, empezando con ejercicios básicos y series con un número bajo de repeticiones y progresivamente se le incrementa a la rutina números de series y otros ejercicios más complejos.
- f. Se brindó apoyo en el control consecuente de los integrantes de la academia, en el sentido que se les dio las instrucciones correctas para la realización de rutinas con barras, mancuernas y se les enseñó a utilizar las máquinas multifuncionales.



Pietro Estuardo Zea Lobos



Arq. María José Valdéz Pineda
Jefe de Centros Deportivos
Dirección de Áreas Sustantivas
Dirección General del Deporte y la Recreación
MINISTERIO DE CULTURA Y DEPORTES

Vo.Bo.