

**MEDIO DE VERIFICACIÓN
FORMATO DE ACTIVIDADES MENSUALES**

Medio de Verificación:	Reporte Emitido de la Dirección de Alto Rendimiento		
Clave y Dependencia:	1339 – Comisión del Deporte de Quintana Roo		
Programa Presupuestario:	S046.- Programa de Alto Rendimiento		
Resumen Narrativo del nivel reportado:	C06.A02. Becas de capacitación a los entrenadores para mantenerse actualizados en los temas deportivos otorgadas		
Indicador:	02OC06A02 – Porcentaje de becas de capacitación a los entrenadores para mantenerse actualizados en los temas deportivos		
Método de cálculo:	(número de entrenadores capacitados / número de entrenadores de la CODEQ) x 100%		
Meta del Indicador:	Meta Programada:	Meta Alcanzada:	Variación:
	25	25	0%
Nombre del Evento o Actividad:	“Curso de Actualización de Entrenadores previo a los nacionales CONADE 2025”		
Lugar del Evento:	Chetumal – Cancún, Quintana Roo		
Tipo de Evento (Especifique):	Curso de Capacitación		
Trimestre reportado:	Primer Trimestre		
Mes que se Reporta:	Marzo 2025		
Liga de Publicación del Medio de Verificación:	https://qroo.gob.mx/codeq/index.php/medios-de-verificacion		
Unidad Responsable del indicador:	1411 - Dirección de Alto Rendimiento		
Responsable de la Información:	L.A.E. Nelly Amalia Aguilar Campos		
Departamento o Área específica:	Formación y Capacitación		
Tipo de Beneficiario:	Entrenadores deportivos		
Población Atendida por Genero:	Beneficiarios directos		Beneficiarios indirectos
	H	M	H M
Niños (5 - 11 años)			0 0
Jóvenes (12 - 18 años)		1	0 0
Jóvenes (19 - 29 años)	4	1	0 0
Adultos (30 - 59 años)	12	5	0 0
3era. Edad (+ 60 años)	2		0 0
Total:	25		0
Datos de las variables reportadas:			
Numerador: Número de entrenadores participantes en el programa	25		
Denominador: Número de entrenadores programados	25		
Descripción del Resultado y justificación: Se brindó capacitación a 25 entrenadores de los 25 programados para el mes de marzo de 2025, donde se contó con la participación de 5 Municipios del estado de Quintana Roo.			
Resumen Narrativo (Mínimo Media Cuartilla):			
En el mes de Marzo se dio Capacitación “Curso de Actualización de Entrenadores Deportivos Previo a los Nacionales CONADE 2025”, en modalidad híbrida a través de la Plataforma Zoom y presencial, con la participación de 25 personas atendiendo a 7 mujeres y 18 hombres de los municipios: Playa del Carmen 2, Oché P. Blanco 6, Benito Juárez 14, Tulum 2, Jose María Morelos 1			
<ul style="list-style-type: none"> ❖ Curso: “Actualización de Entrenadores Deportivos Previo a los Nacionales CONADE 2025” <ul style="list-style-type: none"> ◦ El Objetivo específico: Proporcionar herramientas teóricas y prácticas a los participantes para comprender y abordar aspectos psicológicos claves dentro del deporte, centrando la atención en la gestión de la derrota, el acoso, el dopaje y otros factores relevantes para el bienestar emocional y la ética en el deporte. 			
Modalidad: Híbrida con videos grabados y taller presencial			
Duración: 20 horas			





Modelo Académico:

1. Se grabaran clases para que el entrenador las vea en sus tiempos.
2. Posterior hará una evaluación para acreditar su conocimiento
3. Acudirán al taller presencial impartido en Chetumal y Cancún

TEMARIO

1. MANEJO DE RESULTADO NEGATIVO O PÉRDIDA

- 1.1 **Impacto emocional de la derrota:** Cómo afecta la derrota en la motivación y confianza de los atletas.
- 1.2 **Estrategias de resiliencia deportiva:** Desarrollo de una mentalidad de crecimiento para superar fracasos.
- 1.3 **Comunicación post-partido:** Cómo brindar retroalimentación constructiva después de una derrota.
- 1.4 **Fomentar el aprendizaje a partir del fracaso:** Técnicas para convertir las derrotas en oportunidades de mejora.
una denuncia.

2. MANEJO DE ANSIEDAD COMPETITIVA

- 2.1 **Factores psicológicos que generan ansiedad en los atletas:** Identificación de fuentes de estrés antes y durante la competencia.
- 2.2 **Estrategias de regulación emocional:** Técnicas como respiración diafragmática, visualización y autohabla positiva.
- 2.3 **Rol del entrenador en la gestión de la ansiedad:** Cómo el lenguaje y las expectativas del entrenador pueden influir en el nivel de ansiedad de los atletas.
- 2.4 **Creación de rutinas precompetitivas:** Implementación de hábitos que ayuden a reducir la tensión antes de la competencia.

3. CREACIÓN DE AMBIENTE SEGURO Y MANEJO DE ACOSO O ABUSO EN AMBIENTES COMPETITIVOS

- 3.1 **Identificación de conductas de acoso y abuso:** Señales de alerta en el ámbito deportivo y cómo detectarlas.
- 3.2 **Estrategias para construir un ambiente de respeto y seguridad:** Implementación de valores y normas dentro del equipo.
- 3.3 **El papel del entrenador como líder y protector:** Responsabilidad ética y legal en la prevención del abuso.
- 3.4 **Protocolos de actuación ante situaciones de abuso:** Pasos a seguir en caso de detectar o recibir una denuncia.

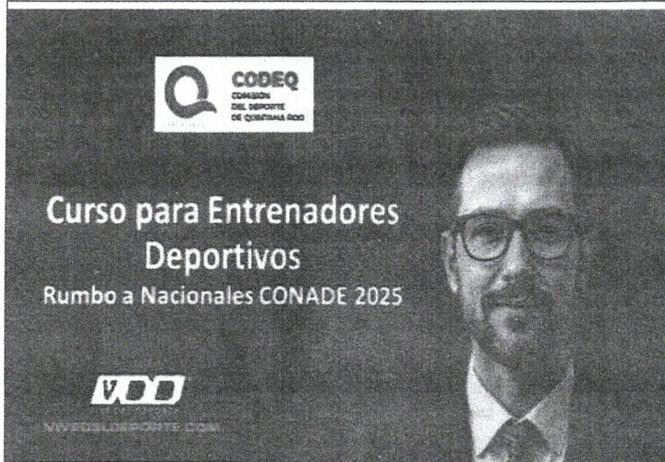
Este mes de marzo el desarrollo fue a través de:

- 1.- Capacitación de manera Híbrida: Online y presencial tanto en la ciudad de Cancún y Chetumal, atendiendo con ello la Zona Norte y Zona Sur del Estado de Quintana Roo.
 - 2.- Acompañamiento individual, en donde de manera directa con cada asistente se buscó orientar y aclarar dudas al respecto de los temas desarrollados en el transcurso del mismo.
 - 3.- Se envió a todos los participantes el material didáctico del desarrollo del curso para su estudio.
- Con este curso se atendieron 25 participantes entre ellos a 7 mujeres y 18 hombres de los municipios de Playa del Carmen, Othón P. Blanco, Benito Juárez, Tulum y Jose Mirria Morelos.

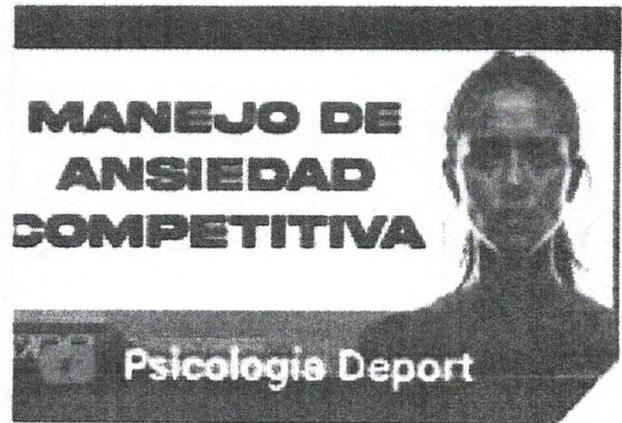


Municipio	Beneficiarios	
	Hombres	Mujeres
Benito Juárez	11	3
Tulum	1	1
José María Morelos	1	
Othón P. Blanco	4	2
Solidaridad	1	1
Total	18	7

Evidencia de las Actividades o Eventos Realizados: (23)

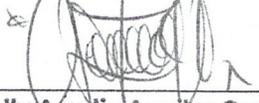


Curso "Actualización de Entrenadores Deportivos Previo a los Nacionales CONADE 2025"



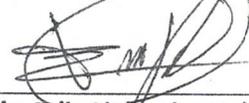
Curso "Actualización de Entrenadores Deportivos previo a los Nacionales CONADE 2025"

Elaboró:



L.A.E. Nelly Amalia Aguilar Campos
Encargada del Departamento de
Certificación,
Formación y Capacitación

Revisó:



Lic. Erik Alejandro Rojas Serrano
Encargado de la Dirección de Alto
Rendimiento