



INFORME DE GESTIÓN IND

PROGRAMA: El tenis, formación para niños de Villa Alegre

NOMBRE: Cristian Sebastián Rosales Gutiérrez

CARGO: Profesor de Taller de Tenis

PRODUCTOS OBTENIDOS DURANTE EL MES OCTUBRE 2024

- Se realiza reunión con el jefe de deportes Sr. Víctor Chadez, para organizar e impartir taller de tenis a alumnos de la comuna de Villa Alegre.

ACTIVIDADES Y/O ACCIONES REALIZADAS DURANTE EL MES DE OCTUBRE 2024

Objetivos

- Impartir taller de tenis para alumnos que comprenden las edades de 5 a 11 años, dando las primeras herramientas para que los alumnos puedan ejecutar y practicar el deporte de tenis de forma constante en las dependencias del gimnasio Municipal de la comuna de Villa Alegre.
- Ejecución de tareas nuevas para grupo iniciante.
- Ejecución de nuevas tareas de carácter competitivo para grupo más avanzado, preparando futuras competencias.



Mes de octubre 2024

Clases realizadas los días: 3-4-7-10-11-14-17-18-21-24-25-28

Desarrollo actividad Gimnasio Municipal



Etapa inicial: Presentación por parte del profesor, explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase, descripción de todas las actividades a realizar.

Las clases se inician de la siguiente manera:

Ejercicios de frontón: Consiste en realizar golpes de forma controlada hacia la pared del gimnasio, este ejercicio ayuda a la concentración, manipulación de raqueta y pelota y ejecución de golpes en un lugar determinado. Duración aproximada 10 min.

Calentamiento: Movilidad articular, trote en diferentes direcciones, incorporando lateralidad, ejercicios con su propio peso, desarrollo de cualidades físicas como resistencia, fuerza, flexibilidad, velocidad etc. Incorporación de un elemento de salto llamado cuerda, con ella se ejecutan saltos con diferentes ejercicios y con diferentes artículos como pelotas.

Desarrollo de la Clase: Explicación de los golpes de base del tenis, ejecución de golpes de derecha, revés y servicio con diferentes ejercicios.

Ejecución de ejercicios de carácter estratégico para poder solucionar situaciones en donde el adversario nos complica. Ejemplo: Pelotas altas en el fondo de cancha, pelotas con dirección cruzada y paralela dando énfasis a trayectorias en donde se definen golpes para la obtención de puntos.

Parte final: Vuelta a la calma y realización de juegos en donde los alumnos ejecutan lo aprendido. Recoger y guardar los materiales.