



## INFORME MENSUAL PERSONAL CON CONTRATOS A HONORARIOS

<b>NOMBRE</b>	Sergio Antonio Lara Salas
<b>FUNCIÓN A DESARROLLAR (ESPECIFICADA EN EL CONTRATO)</b>	monitor de Taller de Basquetbol
<b>FECHA DE LA TAREA REALIZADA</b>	Mes de OCTUBRE 2024

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

Objetivo del Mes de OCTUBRE: Desarrollar y fortalecer los aspectos técnicos, tácticos, físicos, psicológicos y reglamentarios con los niños, niñas y jóvenes enfocados en el Basquetbol.

**01/10/2024.**

Explicación de la actividad y temas a trabajar dentro de la clase: Valores: Estimular el respeto y la tolerancia a la frustración. Táctico: Principios de juegos generales: Todos atacan y todos defienden.

Calentamiento previo: Trote 10 minutos. Movilidad articular, ejercicios de coordinación y velocidad de reacción. Elongación por grupo musculares.

Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión, ¿que se hizo bien? ¿Que aprendieron en la clase de hoy? ¿Que se hizo mal? Reflexión sobre los temas trabajados. Qué significado tiene el respeto, y por qué se debe ser Tolerante frente a la adversidad.

**03/10/2023.**

Explicación de la actividad, y temas a desarrollar dentro de esta sesión. Reforzar los valores del respeto y la tolerancia a la frustración.

Calentamiento previo: Movilidad articular, Ejercicios de coordinación. Skipin, slalon. Elongación por grupo musculares.

Ejercicios en parejas, pases y controles básicos (Situación de juego de 5 x 5 + 2 apoyos. Trabajar el contraataque como concepción de juego ofensivo.

Fútbol total: 5 x 5 a los 10 min.

Elongación por grupo musculares. Evaluación de la sesión, preguntar a los niños, niñas y jóvenes, que aprendieron en esta sesión, explicar con sus propias palabras el significado de los valores que han aprendido.

**08/10/2024.**

Participación en torneo de basquetbol en EN YERBAS BUENAS liga sub 17.

**10/10/2024**

Explicación de la actividad y tareas que se realizarán en la sesión. Temas para trabajar, reforzar aspectos psicológicos como la concentración y aprender a jugar con mis Compañeros/as.

Calentamiento previo: Trote 10 minutos. Movilidad articular, secuencia técnica en parejas, ejercicios de coordinación. Elongaciones por grupo musculares.

Driblin, manejo de balón, desplazamiento lateral y frontal con balón, se enseña marcación zonal.

Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación y retroalimentación de la sesión realizada. Porque son importante los conceptos enseñados, Que entendieron por concentración y por qué debo aprender a jugar con mis compañeros. ¿Que se hizo bien? ¿Que se hizo mal? ¿Qué cosas debemos mejorar? ¿Para ser buenas personas y futbolistas?

**15/10 /2024.**

Partido amistoso de taller de basquetbol con el club de Longavi en 3 categorías.

**17/10/2023**

Explicación de la actividad a realizar en esta sesión, temas a trabajar. Fortalecer la concentración y aprender a superar la oposición de los rivales en el juego del fútbol.

Calentamiento previo: Trote 10 minutos. Movilidad articular, dominio de balón en tríos y cuartetos. Ejercicios de coordinación, carrera de aceleraciones. Elongaciones por grupo musculares.

Fundamentos tácticos del basquetbol en marcación individual, roles de cada jugador dentro del campo de juego.

Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión y retroalimentación con los niños, niñas y jóvenes que participaron del taller fútbol. ¿Que se hizo bien?

¿Que se hizo mal? Y que aprendieron la clase de hoy.

**22/10/2024.**

Explicación de la actividad, y temas a desarrollar dentro de esta sesión. Reforzar materias pasadas como los valores de la resiliencia y el trabajo en equipo.

Calentamiento previo: Trote 10 minutos. Movilidad articular, Ejercicios de coordinación. Circuitos de skipin, eslalon, saltos, giros, carreras de cambios de dirección. Elongación por grupo musculares.

Trabajo técnico realidad de juego marco personal y zonal.

Elongación por grupo musculares. Evaluación de la sesión, preguntar a los niños, niñas y jóvenes, que aprendieron en esta sesión, explicar con sus propias palabras el significado de los valores que han aprendido.

24/10/2023

Explicación de la actividad a realizar en esta sesión, temas a trabajar. Fortalecer la concentración y aprender a superar la oposición de los rivales en el juego del fútbol.

Calentamiento previo: Trote 10 minutos. Movilidad articular, dominio de balón en tríos y cuartetos. Ejercicios de coordinación, carrera de aceleraciones. Elongaciones por grupo musculares.

Fundamentos tácticos del basquetbol en marcación individual, roles de cada jugador dentro del campo de juego.

Elongaciones por grupo musculares. Ejercicios de relajación. Evaluación de la sesión y retroalimentación con los niños, niñas y jóvenes que participaron del taller fútbol. ¿Que se hizo bien?

¿Que se hizo mal? Y que aprendieron la clase de hoy.

29/10/2024.

Explicación de la actividad, y temas a desarrollar dentro de esta sesión. Reforzar materias pasadas como los valores de la resiliencia y el trabajo en equipo.

Calentamiento previo: Trote 10 minutos. Movilidad articular, Ejercicios de coordinación.

Circuitos de skipin, esalon, saltos, giros, carreras de cambios de dirección. Elongación por grupo musculares.

Trabajo técnico realidad de juego marco personal y zonal.

Elongación por grupo musculares. Evaluación de la sesión, preguntar a los niños, niñas y jóvenes, que aprendieron en esta sesión, explicar con sus propias palabras el significado de los valores que han aprendido.



Sergio Lara Salas