



INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: VIVIENDO EL DEPORTE FORMATIVO, RECREATIVO, COMPETITIVO.

NOMBRE: SERGIO ANTONIO LARA SALAS

CARGO: PROFESOR TALLER BASQUETBOL

MES: ENERO 2026

ACTIVIDAD SEMANA 1 GIMNASIO MUNICIPAL	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<p>Etapas:</p> <p>Etapas: Recepción alumnos, presentación del profesor y explicación de la dinámica del taller. Responsabilidades y deberes.-</p> <p>Calentamiento: Juego con orientación al básquetbol y fundamentos deportivos. Ejercicios de movilidad y adaptación muscular.</p> <p>Preparación Física: circuitos de agilidad, velocidad de menos a mayor intensidad y fuerzas con pesos corporales propios.-</p> <p>Desarrollo de la Clase: Explicación de fundamentos de bote, tomas simétricas y asimétricas y posición corporal frente a recibir y entregar balón de basquetbol.</p> <p>Parte final: Vuelta a la calma y análisis de la sesión con explicación y espacio para responder preguntas y dudas.-</p>	Registro de Fotografía	06/01/26 08/01/26
ACTIVIDAD SEMANA 2 GIMNASIO MUNICIPAL	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<p>Etapas:</p> <p>Etapas: Recibimiento alumnado, explicación de la actividad y ejercicios a realizar. Presentación temas valóricos a reforzar en un medio plazo.</p> <p>Calentamiento: Trabajo de elevación temperatura corporal, rotación de articulaciones, movilidad y adaptación muscular.</p> <p>Preparación Física: ejercicios de carga progresiva y velocidad en aumento.</p>	Registro de Fotografía	13/01/26 15/01/26

<p>Desarrollo de la Clase: repaso de contenido de la clase anterior. Ejercitación y fomento de manejo de balón, dribling con lateralidad completa (derecha e izquierda). Trabajo de agilidad con trenzas de desplazamientos. -</p> <p>Cierre sesión: vuelta a la calma, elongación y análisis de la clase y dar respuesta a interrogantes por parte del alumnado.</p>		
<p>ACTIVIDAD SEMANA 3 GIMNASIO MUNICIPAL</p>	<p>MEDIO DE VERIFICACIÓN</p>	<p>FECHA</p>
<p>Etapas Iniciales: Recibimiento alumnado por parte del monitor, explicación de la dinámica de la clase y se conversa los contenidos anteriores.-</p> <p>Calentamiento: Ejercicios de elevación de temperatura corporal, adaptación muscular. Movilidad de articulaciones.-</p> <p>Preparación Física: Ejercicios de agilidad, velocidad (Con intensidad regulada) y ejercicios de fuerza.- (circuitos enfocados a reforzar las cualidades físicas del ser humano.-</p> <p>Desarrollo de la Clase: Trabajos de manejo balón, pases, dribling trenzas y movimientos de transición defensivo ofensivo. Bandejas y juego amistoso entre ellos. Ubicación en diferentes lugares de la cancha. Preparación cuadrangular del día domingo 25 del mes.</p> <p>Parte final: Vuelta a la calma y análisis de clase, elongación y respuesta a interrogantes del alumnado.-</p>	<p>Registro fotográfico.</p>	<p>20/01/26 22/01/26</p>



ACTIVIDAD SEMANA 4 GIMNASIO MUNICIPAL	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<p>Etapa inicial: Recepción alumnado explicación de la clase y se retoma el contenido de la clase anterior.</p> <p>Calentamiento: Trabajos de agilidad y movilidad articular, circuitos de adaptación muscular.-.</p> <p>Preparación Física: Circuitos de fuerza con carga de peso propio con fuerzas isométricas (de mantención de postura) y ejercicios de cambios de velocidad y direcciones.-</p> <p>Desarrollo de la Clase: Reforzamiento de bandejas, pases directo y de piques, manejo balón y dribling.-</p> <p>Vuelta a la calma: Ejercicios de elongación y movilidad. Se realiza análisis de la sesión y su contenido. Se responden dudas e inquietudes.-</p>	Registro Fotográfico	27/01/26 29/01/26