



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>Etapa inicial: 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>Etapa inicial: 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



INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: Programa Viviendo el Deporte Formativo, Recreativo y Competitivo en la comuna de Villa alegre

NOMBRE: SERGIO LARA

CARGO: PROFESOR TALLER DE BASQUETBOL

MES: FEBRERO 2026

ACTIVIDAD SEMANA 1	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
Primera semana, consto de entrenamientos de manejo de balón coordinación motora para encuentro amistoso entre taller de Longaví y el taller de Villa Alegre de básquetbol.	Registro Fotográfico	03/02/26 06/02/26
ACTIVIDAD SEMANA 2	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<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 fotográfico	10/02/26 12/02/26
ACTIVIDAD SEMANA 3	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
Etapas semana del 17 al 19 de febrero preparación para el partido amistoso entre el taller Atenas de San Rafael y el taller de Villa Alegre Halcones de Villa Alegre categoría sub 15 y Sub 17 viajamos a San Rafael al encuentro amistoso entre los talleres de San Rafael y Villa Alegre donde trajimos una valiosa victoria de la Sub 15 niños en formación haciendo un trabajo formativo donde los niños destacaron por su entrega y ganas de traer un buen triunfo a Villa Alegre y seguir	Registro fotográfico	17/02/26 19/02/26

<p>mejorando la otra categoría perdió por seis puntos pero dio lo que más pudo estamos en rodaje aún Seguiremos trabajando</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> <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 4</p>	<p>MEDIO DE VERIFICACIÓN</p>	<p>FECHA</p>
<p>Etapa inicial semana del 24 al 26 de febrero ejercicios de recuperación física después del amistoso de San Rafael tratamiento de balón una base técnica esperando el encuentro amistoso de provincial Linares donde seremos local</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>24/02/26 26/02/26</p>



INFORME DE GESTIÓN

PROGRAMA: Programa Viviendo el Deporte Formativo, Recreativo y Competitivo en la comuna de Villa alegre

NOMBRE: SERGIO LARA

CARGO: PROFESOR TALLER DE BASQUETBOL

MES: MARZO 2026

ACTIVIDAD SEMANA 1	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<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, tomadas 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 Ola sesión con explicación y espacio para responder preguntas y dudas.</p>	Registro Fotográfico	03/03/26 06/03/26
ACTIVIDAD SEMANA 2	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<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, tomadas simétricas y asimétricas y posición</p>	Registro fotográfico	10/03/26 12/03/26

<p>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>		
<p>ACTIVIDAD SEMANA 3</p>	<p>MEDIO DE VERIFICACIÓN</p>	<p>FECHA</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> <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>Registro fotográfico</p>	<p>17/03/26 19/03/26</p>



ACTIVIDAD SEMANA 4	MEDIO DE VERIFICACIÓN	FECHA
<p>Ejercicios de recuperación física después del amistoso de San Rafael tratamiento de balón una base técnica esperando el encuentro amistoso de provincial Linares donde seremos local</p> <p>Calentamiento: Ejercicios de elevación de temperatura corporal, adaptación muscular. Movilidad de articulaciones.-</p> <p>Preparación Física: Ejercicios de agilidad, velocidad</p> <p>(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, dribbling 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>	Registro fotográfico.	24/03/26 31/03/26