

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO

Mes	JULIO
-----	-------

Nombre	VENEGAS MARQUEZ CRISTIAN		
RUT	[REDACTED]	Período del Contrato	01/05 - 30/11 2025

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	BASQUETBOL PRE ADOLESCENTE	MAR 16:30-17:30	JUE 16:30-17:30	ALACALUFE 9174 (MULTIGANCHA)	3
T.2	BASQUETBOL ADOLESCENTE	MAR 17:40-18:40	JUE 17:40-18:40	ALACALUFE 9174 (MULTIGANCHA)	6
T.3					
T.4	-	-	-	-	
T.5	-	-	-	-	

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	<p>Calentamiento general: Se realiza una fila donde los niños/as salen uno tras otro efectuando movimientos de movilidad articular de hombros, cuello y cadera. Adicional se suman elongaciones balísticas básicas.</p> <p>Calentamiento específico: Calentamiento donde se busca movilidad articular específica de las articulaciones que tendrán participación en la actividad, así mismo, la musculatura involucrada.</p> <p>Estaciones de dribbling: Se preparan estaciones de zig,zag y cambios de dirección y giros, combinando con diferentes ritmo en cuanto al bote del balón</p> <p>Calentamiento a base de juegos: Se realizan juegos de calentamiento para dar dinamismo a mismo, los cuales pueden ser, el liburón, quita colitas cahipún alemán. Se agrega siempre el componente de balón, para que tenga relación con el taller en cuestión.</p> <p>Estaciones de lanzamiento/mecánica de lanzamiento: Se realizan entaciones donde se focaliza el lanzamiento de zonas favorables para no complicar al niño/a con el lanzamiento mismo, dado que, se busca mejorar su mecánica y que su concentración esté en aquello. Una vez trabajada la mecánica se le agrega el componente de dirección él balón hacia zonas del tablero más específicas.</p> <p>Realidad de juego: Se establecen dos equipos, según la cantidad de asistentes se realiza un partido 3 vs 3 o 5 vs 5, con reglas pre-deportivas para dar fluidez al partido y sobre la misma corregir a los niños/as para entregarles un feedback respecto a lo sucedido.</p> <p>Trabajo físico: Se efectúan estaciones de trabajo para c/niño/a para trabajar sus cualidades físicas en pos de mejorar su capacidad física. Se realizan estaciones básicas de fuerza como lo son push-ups, plancha abdominal, multisaltos, sentadillas, curl de bíceps y trabajos isométricos.</p>
T.2	<p>Calentamiento general: Se realiza una fila donde los niños/as salen uno tras otro efectuando movimientos de movilidad articular de hombros, cuello y cadera. Adicional se suman elongaciones balísticas básicas.</p> <p>Calentamiento específico: Calentamiento donde se busca movilidad articular específica de las articulaciones que tendrán participación en la actividad, así mismo, la musculatura involucrada.</p> <p>Estaciones de dribbling: Se preparan estaciones de zig,zag y cambios de dirección y giros, combinando con diferentes ritmo en cuanto al bote del balón, adicionalmente se agregan tipos de pases en las estaciones para dar más cercanía al juego real y complejizar más el trabajo.</p> <p>Calentamiento a base de juegos: Se realizan juegos de calentamiento para dar dinamismo a mismo, los cuales pueden ser, el liburón, quita colitas cahipún alemán. Se agrega siempre el componente de balón, para que tenga relación con el taller en cuestión.</p> <p>Estaciones de lanzamiento/mecánica de lanzamiento: Se realizan entaciones donde se focaliza el lanzamiento de zonas favorables/ para no complicar al niño/a con el lanzamiento mismo, dado que, se busca mejorar su mecánica y que su concentración esté en aquello. Una vez trabajada la mecánica se le agrega el componente de dirección él balón hacia zonas del tablero más específicas.</p> <p>En adición a todo se agrega componente de desestabilización y movimiento en el lanzamiento para complejizar un poco más el trabajo y acercarlo a la realidad de juego.</p> <p>Realidad de juego: Se establecen dos equipos, según la cantidad de asistentes se realiza un partido 3 vs 3 o 5 vs 5, con reglas más cercanas al reglamento real para que conozcan cómo actúa el reglamento sobre ciertas actitudes o acciones, sobre la misma corregir a los niños/as para entregarles un feedback respecto a lo sucedido.</p> <p>Trabajo físico: Se efectúan estaciones de trabajo para c/niño/a para trabajar sus cualidades físicas en pos de mejorar su capacidad física. Se realizan estaciones básicas de fuerza como lo son push-ups, plancha abdominal, multisaltos, sentadillas, curl de bíceps y trabajos isométricos. A estos trabajos se les agrega una carga externa para quienes tengan la capacidad para complejizarse el trabajo, siempre cuidando de la integridad del niño/a con una correcta ejecución.</p>
T.3	N/A

MEDIOS DE VERIFICACIÓN:

Se debe especificar el taller correspondiente al medio de verificación.

