



INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: SEBASTIÁN ANTONIO SOTO SALDIAS
CARGO: PROFESOR/A ESCUELA MUNICIPAL BASQUETBOL
MES DE GESTIÓN: SEPTIEMBRE / BOLETA N°22
MODALIDAD: PRESENCIAL
MEDIOS DE VERIFICACION: DIGITAL
PROGRAMA: FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
30-08-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de entrenamiento basquetbol n°1 con la escuela municipal formativa.- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 10 alumnos.- Se realiza ejercicio de dribling en zig-zag- Con mano izquierda y derecha se realizaron todos los pases dichos en clases como es sobre la cabeza de lado de pecho y pase largo bandeja con mano izquierda y derecha se realiza jugada de pick and roll que es dar el pase al compañero y al momento de dar el pase se dirige al compañero que tiene el balón para hacer una pantalla y recibir el pase para finiquitar con bandeja y por último se realizaron suicidios trotando tocando líneas amarillas en ida y vuelta para finalizar se realiza realidad de juego 5 contra 5.-
03-09-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de entrenamiento basquetbol n°2 con la escuela municipal formativa.- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 9 alumnos.- Lanzamiento de media distancia por 4 posiciones se forman 2 filas debajo del aro se coloca un cono en la línea del tiro libre uno debe cortar pasando por detrás del cono y dándole el pase al compañero y así hacer lograr una bandeja, se hace cerca del tablero y el primero debe lanzar el balón hacia el tablero y siguiente hace lo mismo por un tiempo determinado- Se finaliza con realidad de juego 5x5

	-
10-09-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento basquetbol n°3 con la escuela municipal formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos. - Se realiza preparacion fisica mediante balones medicinales de 5 kilos además de colchonetas. - Se realiza rutina de salto vertical de 20 minutos explosivos luego lanzamientos de media distancia pero al momento de lanzar debe hacerlo con retención en el aire hacer suicidios por toda la cancha tocando la línea amarilla de ida y vuelta en velocidad - Realidad de juego 5x5
13-09-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento basquetbol n°4 con la escuela municipal formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos. - Se forman 2 filas y estas deben ejecutar el movimiento de triple amenaza para finalizar con bandeja se hacen ejercicio de dribling pasando el balon por detras de la espalda con ambas manos se ejecuta el mismo ejercicio pero ahora el balon es pasado entre las piernas y ejercicio de dribling con 2 botes y cambio de lado sigio - Realidad de juego 5x5
16-09-2024	- Desfile 18 septiembre
20-09-2024	- Feriado
24-09-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento basquetbol n°7 con la escuela municipal formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 16 alumnos. - Se ejecuta la bandeja pero habrá un compañero en la línea del tiro libre haciendo un pequeño contacto al momento de que el compañero haga una bandeja - Se ejecuta lanzamiento pero habra un compañero en línea del tiro libre haciendo pequeño contacto al momento de que el compañero realice el lanzamiento en parejas por toda la cancha ejecutan movimientos de dribling con distintos movimientos como pasar entre las piernas por la espalda - Realidad de juego 5x5

27-09-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de entrenamiento basquetbol n°8 con la escuela municipal formativa.- Se realizó entrenamiento con una asistencia de 9 alumnos.- Lanzamiento de media distancia por 4 posiciones se forman 2 filas debajo del aro se coloca un cono en la línea del tiro libre uno debe cortar pasando por detrás del cono y dándole el pase al compañero y así hacer lograr una bandeja, se hace cerca del tablero y el primero debe lanzar el balón hacia el tablero y siguiente hace lo mismo por un tiempo determinado- Se finaliza con realidad de juego 5x5
------------	---



SEBASTIAN ANTONIO SOTO SALDIAS
PROFESOR ESCUELA MUNICIPAL BASQUETBOL /
FORMATIVO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



NATALIA AEDO CONCHA
DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN

VB° GTM

QUILLÓN, 02 DE OCTUBRE DE 2024