



I. MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

INFORME ACTIVIDADES REALIZADAS MES DE MARZO

DE : Vanessa Barrientos Levicoy

A : Paola Maldonado

Por medio del presente informo dlo a conocer las actividades realizadas durante el mes de marzo

FECHA	ACTIVIDADES REALIZADAS
<u>04.03</u>	INICIO: 1. CALENTAMIENTO: Juego atrápalo si puedes: cada niño con un balón, y uno de ellos con un aro, todos deben escapar y evitar ser atrapado. Quien es atrapado debe lanzar y atrapar el balón 10 veces y continua en ej juego. Variante: bote con mano no dominante. - Agregar otros atrapadores. 2. Movilidad articular 3. Potenciación: se forman equipos en cada esquina, al sonido deben ejecutar la acción demostrada por la profesora, por ejemplo: desplazamiento lateral, talón glúteo. 4. Elongación de los principales grupos musculares DESARROLLO: estaciones de trabajo 1. Por parejas y cada uno con un balón, los jugadores intercambian el balón (de pie, de rodillas, sentado, acostado boca abajo). Posteriormente, hacer que los jugadores hagan un "8" alrededor de las piernas para luego intercambiar los balones. VARIANTE: pase espalda con espalda hacia la derecha y hacia la izquierda. 2. En parejas frente a frente con un balón a un metro de distancia, dan pase de pecho. Variante: pase de pique 3. "Pase entre parejas": en parejas al final de la cancha, se desplazan lateralmente hasta el otro extremo de la cancha dándose pases de pecho. Al llegar a la línea de tiros libre uno de los integrantes de la pareja realiza un lanzamiento al aro. Se devuelven al inicio dando bote por el costado CIERRE: 1. Realidad de juego. 2. Elongación de los principales grupos musculares.
<u>06.03</u>	INICIO: Calentamiento: 1. Los niños trotan dando bote por el espacio, cuando la profesora indique el número 1: los niños realizan 10 saltos a pies juntos, buscando distancia. Cuando indica el número dos: 10 saltos buscando altura. Cuando indica el número 3: de cubito abdominal y ponerse de pie 10 veces. Cuando indica



I. MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

	el número 4: salta hacia adelante y debe caer en un pie, manteniendo equilibrio 3 segundos. Después de cada acción continúa trotando hasta que se indique el siguiente número. 2. Movilidad articular en movimiento, comenzando desde la articulación del tobillo hasta la articulación del cuello. 3. Elongación de los principales grupos musculares. DESARROLLO: 1. Un atacante desde la mitad de la cancha, un defensa en la línea de lanzamiento de triples debe defender y tratar de evitar de forma pasiva que su compañero ejecute la entrada en bandeja. Variante: pasar de forma pasiva a activa. 2. Entrada en bandeja con entrega y devolución de pase: desde la mitad de la cancha sale dando bote, al llegar a la zona acordada debe entregar un pase a un compañero que estará fijo, y correr hasta el cono libre indicado y recibir el pase ejecutando para finalizar una entrada en bandeja. CIERRE: 1. Realidad de juego
11:03	INICIO: Calentamiento: 1. Todos los niños con balón, Una vez que todos los jugadores tienen cada uno un balón, se da la señal de inicio de juego. los jugadores deberán conservar el balón que tienen e intentar interceptar el balón de los demás compañeros. Los niños deben contar cuantos balones logran "pinchar". Durante el juego se pueden hacer varias rondas que vayan por tiempo o por las veces que un jugador consigue tener un segundo balón. 2. Movilidad articular, comenzando desde la articulación de cuello, finalizando con la articulación del tobillo. 3. Skipping desplazándose de un punto a otro. - Taloneo desplazándose de un punto a otro 4. Elongación de los principales grupos musculares DESARROLLO: Trabajo del correcto lanzamiento del balón. 1. demostración 2. lanzamiento al aro con la mano hábil y finalización con muñequero. 3. Igual al ejercicio anterior pero esta vez posicionan el cuerpo en posición de lanzamiento, 4. Lanzamiento con tomada correcta del balón, formando la "T". 5. Se divide el grupo en 3 equipos, la finalidad es que cada equipo logre ejecutar 30 puntos en total, aplicando la correcta ejecución del lanzamiento.



I. MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

	CIERRE: 1. Realidad de juego. 2. elongación
13:03	1. INICIO: Todos los niños al fondo de la cancha con balón, menos uno que se encontrará en el centro de la cancha con balón también, al sonido del silbato todos deben intentar cruzar al otro lado de la cancha tratando de evitar ser "manchado" por el compañero del medio, quien debe tratar de tocar a la mayor cantidad de compañeros. Quien sea tocado se une al "manchador" 2. Movilidad articular en movimiento, comenzando desde la articulación del tobillo hasta la articulación del cuello. 3. Elongación de los principales grupos musculares. 1. DESARROLLO: Ataque y defensa pasiva. Formando una hilera, sale el primer niño entregando un pase a un compañero que se encontrará a cierta distancia, este devuelve el pase, continúa dando bote y se encontrará en la línea de lanzamiento de triple un compañero que tratará de entorpecer su pasada hacia el aro. Una vez que logra pasar debe realizar la entrada al aro en bandeja. 2. Variantes: cambio de tipo de pase Cambio de mano con la que se da el bote. CIERRE: 1. Se forman equipos, y juegan partidos.
18:03	INICIO: 1. Calentamiento: Trote libre por el espacio dando bote. 2. Los niños trotan por el espacio, al sonido del silbato la profesora indicará un número, los niños deben reunirse en grupos que conforme el número mencionado. (antes de comenzar se explica que deben tratar de mantener distancia) 3. Movilidad articular. 4. Los niños dispersos por el espacio, deben dar un gran bote al balón e intentar pasar debajo de este la mayor cantidad de veces posible. 5. Elongación de los grandes grupos musculares. DESARROLLO: circuito: formando una hilera 1. Trasladar una lenteja de un cono a otro dando bote y bajando centro de gravedad. 2. Realiza un ejercicio de coordinación en escalera polimétrica 3. Continúa y debe entregar con pase de pecho el balón a un compañero que se encontrará fijo en un cono. Luego avanza hacia una lenteja pidiendo el balón de vuelta y recibiendo con pase de pecho. 4. Continúa dando bote en línea recta hasta rodear un cono. 5. Bote en zigzag. 6. En la línea de tres puntos se encontrará un compañero realizando defensa y el niño debe intentar encestar atacando hacia el aro.



I. MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

	CIERRE: 1. Realidad de juego.
20:03 20 minutos	INICIO: calentamiento: 1. Los niños trotan por el espacio libremente con balón, por el espacio se encontrarán dispersos conos de diferentes colores, mientras los niños se desplazan en cualquier momento la profesora indica un color de cono en el cual los niños deben correr a ubicarse. Quien quede sin cono deberá tomar su balón y correr a dar bote hacia el aro, lanza y se vuelve a integrar al juego. 2. Movilidad articular: todos al final de la cancha, realizan movilidad articular en movimiento comenzando por la articulación del cuello y finalizando con la articulación del tobillo. DESARROLLO: 1. Se forman equipos de 3 niños frente a frente sin balón, sale el primer niño hasta el cono que se encuentra al frente donde se encontrará el compañero contrario quien intentará impedir que pase al otro lado. Variante; mismo ejercicio, pero esta vez con balón. 2. Juego de 1x1 Variante: 2x2 3x3 3. Se forman equipos de 5 niños para jugar realidad de juego. CIERRE: 1. Realidad de juego.
25:03 25 minutos	1. INICIO: Juego el quita colas, cada niño con balón. Todos con un pedazo de género, el cual debe ir a un costado de la cadera colgando, al sonido del silbato todos contra todos intentan quitarse las colas, quien más colas quite es el ganador. 2. Movilidad articular, en movimiento, todos los niños al fondo de la línea de la cancha, siguen las instrucciones de la profesora, comenzando desde la articulación del cuello, finalizando con la articulación del tobillo. 3. Salto hacia adelante con el balón entre los tobillos, al llegar al final, toma el balón y se devuelve trotando al inicio, para volver a repetir. - Salto hacia adelante con el balón entre las rodillas, al llegar al final, toma el balón y se devuelve trotando al inicio, para volver a repetir. DESARROLLO: 1. Ejecutan ejercicio para aplicar en realidad de juego una pantalla. 2. Trabajo de dos versus 1, en el cual un jugador debe salir desde el fondo recibiendo un pase largo por parte de la profesora, y una vez toma el balón debe entregar un pase a su compañero que ya se encuentra en la zona rival, una vez entregado el pase debe ejecutar



I. MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE

	la pantalla aprendida para que su compañero pueda lanzar libremente al aro. 3. Se forman equipos para poner en práctica lo aprendido CIERRE: 1. Realidad de juego.
27.03	INICIO: Calentamiento: 1. La tiña: dos niños tendrán a una pelota de esponja, el resto del grupo debe desplazarse por el espacio indicado dando bote, los dos niños que tienen pelotas de esponjas deben tratar de apuntar a sus compañeros con la pelotita, quien sea tocado por la pelota debe quedarse en el lugar que fue tiñado con las piernas separadas y dando bote al balón con mano izquierda, puede ser liberado una vez que un compañero pase por debajo de sus piernas. Movilidad articular, en movimiento, todos los niños al fondo de la línea de la cancha, siguen las instrucciones de la profesora, comenzando desde la articulación del cuello, finalizando con la articulación del tobillo DESARROLLO: 1. Repaso de lo trabajado en la clase anterior 2. Como cada cierre de mes se ejecuta solo realidad de juego CIERRE: 1. Se divide el grupo en 3 equipos. Dos equipos comienzan jugando y quien anota el primer punto continua en cancha y el otro debe salir a descansar e ingresa el equipo que quedo fuera al inicio, y así sucesivamente. 2. elongación de los grandes grupos musculares

Vanessa Barrientos

NOMBRE FUNCIONARIO



NOMBRE JEFE DIRECTO



**ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE DALCAHUE
DIRECCIÓN DESARROLLO COMUNITARIO
DEPARTAMENTO SOCIAL**

CERTIFICADO

Dalcahue, 04 Abril del 2024.-

Sra. Paola Denise Maldonado Maldonado, directora de la Dirección de Desarrollo Comunitario de la Ilustre Municipalidad de Dalcahue, tiene a bien certificar que Doña Mariana Vanessa Barrientos Levicoy, C.I. N [REDACTED] realiza labores de acuerdo con el contrato firmado con la Ilustre Municipalidad de Dalcahue, como Monitora del taller de Basquetbol el mes de marzo del 2024, por un monto de \$200.000.-

Se extiende el presente certificado para ser presentado en el Departamento de Finanzas.



Paola Denise Maldonado Maldonado
Directora Dirección Desarrollo Comunitario
Ilustre Municipalidad de Dalcahue