



**INFORME MENSUAL PRESTACION DE SERVICIOS  
TALLERES SEP – AÑO 2024**

NOMBRE: FRANCISCA SILVA CABALLERO  
RUT:  
PERÍODO REALIZACIÓN: JUNIO

*Francisca*

LICEO BICENTENARIO ZAPALLAR  
1º BASICO TALLER DE FUTBOL

**JUEVES 06**

**Calentamiento**

- en parejas y con balón sin salir del círculo tratar de quitar balón al compañero

**Juego dirigido 2 contra 2**

- Lograr pasar la mitad de la cancha junto con el compañero dando pases.
- Variación: se agrega arquero y un oponente en el área

**Tiro de penales**

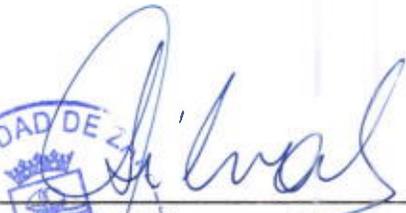
- Individualmente realizar tiro al arco con arquero
- Variación: cambio de pies.

**Vuelta a la calma**

- **Elongación** muscular de tren superior e inferior



FRANCISCA SILVA CABALLERO


ADELA SILVA OLIVARES  
DIRECTORA (I)  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN



INFORME MENSUAL PRESTACION DE SERVICIOS  
TALLERES SEP – AÑO 2024

NOMBRE: FRANCISCA SILVA CABALLERO

RUT:

PERÍODO REALIZACIÓN: JUNIO

*Francisca*

LICEO BICENTENARIO ZAPALLAR  
5TO BÁSICO TALLER DE BALÓN MANO

**MIÉRCOLES 05**

- **Calentamiento:** trote con movimiento articular
- Flexibilidad – elongación muscular
- **Aspectos técnicos:** desplazamiento, lanzamiento y recepción del balón, en dos grupos realizar pases y lanzamientos, juego las quemadas con variación de ataque y defensa
- **Físico motriz:** salto con velocidad y tiro a portería, estaciones con vayas y conos
- realidad de juego 3 contra 2

**MIÉRCOLES 12**

- **Calentamiento:** trote con movimiento articular
- Flexibilidad: elongación muscular de tren superior e inferior
- **Aspectos técnicos:** desplazamientos, lanzamientos, ataque y contra ataque
- **Juego con petos:** en parejas dejar un peto en el suelo y recoger al silbato llevándolo al área para realizar los 3 lanzamientos antes de tirar a portería, en donde habrá un oponente.
- 
- **Físico motriz:** estaciones de intervalos con vayas y conos
- Trabajo de velocidad y agilidad





FRANCISCA SILVA CABALLERO



ADELA SILVA OLIVARES  
DIRECTORA (I)  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN



**INFORME MENSUAL PRESTACION DE SERVICIOS  
TALLERES SEP – AÑO 2024**

**NOMBRE: FRANCISCA SILVA CABALLERO**

**RUT:**

**PERÍODO REALIZACIÓN: JUNIO**

**DESCRIPCIÓN DE TAREAS:**

**LICEO BICENTENARIO ZAPALLAR – TALLER DE BASQUETBOL**

**CLASE MARTES 04 JUNIO**

**Calentamiento**

- Trote con movimiento articular

**Dribling**

- Trabajo en parejas o individual realizar bote con distintas variaciones utilizando un cono.
- Desplazamiento con balón a través de los conos utilizando la técnica dribling
- Lanzamientos a canasta derecha e izquierda

**Realidad de juego 3 contra 2**

- Bloqueos
- Contra ataque
- Lanzamiento a canasta

**Flexibilidad**

- Elongación muscular de tren superior e inferior

*Francisca*



## **CLASE MARTES 11 JUNIO**

### **Calentamiento**

- Trote con movimiento articular

### **Trabajo físico motriz**

- Coordinación
- Velocidad
- Resistencia
- Agilidad

Estaciones por equipos con variaciones de obstáculos: en dos grupos pasar por los distintos obstáculos, utilizando salto de vaya, circuito de velocidad, agilidad, coordinación y lanzamientos hasta llegar al área en donde deberán realizar los 10 toques para ir en ataque al equipo rival.

### **Flexibilidad**

- Elongación muscular de tren superior e inferior

FRANCISCA SILVA CABALLERO

MUNICIPALIDAD DE ZAPALLAR  
DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN  
DIRECTORA (I)

ADELA SILVA OLIVARES  
DIRECTORA (I)  
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN