

INFORME MENSUAL PRESTACIÓN DE SERVICIOS

NOMBRE: Luis Felipe Jeldes Fernández

RUT:

PERÍODO REALIZACIÓN: Mes de abril.

DESCRIPCIÓN DE TAREAS:

Día 1.- miércoles 10 de abril, curso 3ro medio de 15:45: a 17:00hrs.

Actividades:

- Inicio de la clase

- Se realiza una charla de conocimiento de reglas en voleibol donde se explican reglas básicas de juego como, por ejemplo: posiciones, cantidad de jugadores en cancha y cantidad de toques de balón por jugada
- Ejecutamos ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda. Con la finalidad de evitar lesiones.

- Desarrollo de la clase

- Iniciamos con lanzamientos de balón en duplas. Primero con ambas manos, lanzando el balón sobre la cabeza, después solo con la mano derecha y posteriormente con la izquierda.
- Continuemos en duplas con los golpes de antebrazos para después pasar al golpe de dedos y remate. Con algunas detenciones para la explicación y mejora de las técnicas de golpe.
- se practica el saque con lanzamiento con golpe bajo el balón y sobre el
- Se practica el saque con lanzamiento con golpe bajo el balón y sobre el.

-Cierre de la clase

-Para hacer el cierre nos dirigimos a la red para terminan realizando un juego libre y posteriormente se realiza elongación y se escuchan opiniones sobre el taller.

Día 2.- lunes 15 de abril, curso 5to y 6to básico de 14:00hrs a 15:30hrs.

Actividades:

- Inicio la clase

- Se realiza una charla de conocimiento de reglas en voleibol donde se explican reglas básicas de juego como, por ejemplo: posiciones, cantidad de jugadores en cancha y cantidad de toques de balón por jugada
- Se ejecutan ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda. Con la finalidad de evitar lesiones.

- Desarrollo de la clase

- Iniciamos con lanzamientos de balón en duplas. Primero con ambas manos, lanzando el balón sobre la cabeza, después solo con la mano derecha y posteriormente con la izquierda.
- Continuemos en duplas con los golpes de antebrazos para después pasar al golpe de dedos y remate. Con algunas detenciones para la explicación y mejora de las técnicas de golpe.
- Se practica el saque con lanzamiento con golpe bajo el balón y sobre el.
- Se realizan un ejercicio de defensa con una recepción de ataque frontal.

Cierre de la clase.

-Para hacer el cierre nos dirigimos a la red para terminan realizando un juego libre y posteriormente se realiza elongación y se escuchan opiniones sobre el taller.

Día 3.- miércoles 17 de abril, curso 3ro medio de 15:45: a 17:00hrs.

Actividades:

- Inicio la clase

- Se ejecutan ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda. Con la finalidad de evitar lesiones.
- En esta ocasión se realiza una actividad de reacción al balón.

- Desarrollo de la clase

- Iniciamos con lanzamientos de balón en duplas.
- Continuemos en duplas con los golpes de antebrazos y dedos. Con algunas detenciones para la explicación y mejora de las técnicas de golpe.
- Se practica el ataque por ambos lados de la cancha, enfocado directamente en la carrera al golpear.

Cierre de la clase.

-Para cerrar la clase realizamos un círculo para mantener el balón en juego, y posteriormente se realiza elongación y se escuchan opiniones sobre el taller.

Día 4.- lunes 22 de abril, curso 5to y 6to básico de 14:00hrs a 15:30hrs.

Actividades:

Inicio la clase

- Se ejecutan ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda.
- Se realizan actividades variadas de coordinación y concentración, por esta razón se realiza un ejercicio de agilidad.

Desarrollo de la clase

- iniciamos con trabajo en duplas con lanzamiento de balón alternado donde la recepción deberá ser con antebrazo y dedos.
- continuamos con lanzamiento de balón, pero ahora sumamos movimientos laterales de recepción.
- se practica saque individual sumándole recepción en el campo contrario.

Cierre de la clase

-Para cerrar la clase realizamos un partido libre en la malla, y posteriormente se realiza elongación.

Día 5.- miércoles 24 de abril, curso 3ro medio, de 15:45hrs a 17:00hrs.

Actividades:

Inicio de la clase

- Se ejecutan ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda.
- Se realiza un ejercicio de reacción donde se lanza un balón sobre la espalda del alumno donde él debe tener la capacidad de girarse y agarrar el balón antes que toque el piso.

Desarrollo de la clase

- Iniciamos con trabajo en duplas con lanzamiento de balón alternado donde la recepción deberá ser con antebrazo y dedos 10 golpes por alumno (4 series).
- Continuamos practicando el ataque por posición 2 y 4 dentro de la cancha. Donde se practica el golpe y carrera para el golpe del balón.
- Se practica el golpe de antebrazo bajo la técnica de movimiento de pies.

Cierre de la clase

-Para cerrar la clase realizamos un partido libre en la mano
retiro.

Día .6-lunes 29 de abril, cursos 5to y 6to básico, de 14:00hrs a 15:30hrs.

Actividades:

Inicio de la clase

- Se ejecutan ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda.
- Se realiza un ejercicio de ubicación dentro del campo enumerando las posiciones y la función a realizar por los jugadores.

Desarrollo de la clase

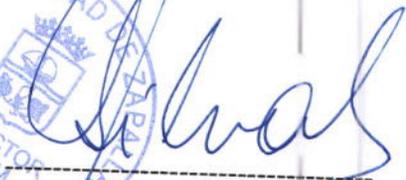
- Iniciamos con trabajos individuales donde se le lanza el balón y deben realizar golpes de dedos, antebrazo y golpe de ataque.
- Se comienza a explicar y practicar la posición de levantador en el juego.
- Se realiza actividad de velocidad con balón dominando de antebrazo a lo largo de la cancha.

Cierre de la clase

-Para cerrar la clase jugamos solo en una parte de la cancha donde se practican jugadas de ataque y defensa. Se realiza estiramiento de brazos y piernas.



LUIS JELDES FERNANDEZ
RUT:



ADELA SILVA OLIVARES -
DIRECTORA (I)
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN

INFORME MENSUAL PRESTACION DE SERVICIOS

NOMBRE: Luis Felipe Jeldes Fernández

RUT:

PERÍODO REALIZACIÓN: Mes de mayo.

DESCRIPCIÓN DE TAREAS:

Día 1.- lunes 06 de mayo, curso 5to y 6to básico, de 14:00 a 15:30hrs.

Actividades:

- Inicio de la clase

- Ejecutamos ejercidos de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda. Con la finalidad de evitar lesiones.
- se realiza ejercicio de recreación con reacción rápida con balón.

- Desarrollo de la clase

- Iniciamos con lanzamientos de balón en duplas. Primero con ambas manos, lanzando el balón sobre la cabeza, después solo con la mano derecha y posteriormente con la izquierda.
- Continuemos en duplas con circuito donde se realizan movimientos laterales y golpes mixtos.
- se realiza trabajo grupal de recepción y ataque.

-Cierre de la clase

-Para hacer el cierre nos dirigimos a la red para terminan realizando un juego libre y posteriormente se realiza elongación.

Día 2.- miércoles 8 de mayo, curso 3ro medio de 15:45 a 17:00hrshrs.

Actividades:

- Inicio la clase

-
- Se ejecutan ejercidos de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda. Con la finalidad de evitar lesiones.

-se realiza actividad de reacción con respuesta rápida con el balón.

- Desarrollo de la clase

- Iniciamos con lanzamientos de balón en duplas.**
- se practica carrera para atacar el balón en la red.**
- Se suma a la actividad anterior el golpe de remache en la red.**
- se inicia la práctica del levantador en la red.**

Cierre de la clase.

_Para hacer el cierre nos dirigimos a la red para practicar el saque y la recepción.

Día 3.- lunes 13 de mayo, curso 5to y 6to básico de 14:00 a 15:30hrs.

Actividades:

- Inicio la clase

- Se ejecutan ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda. Con la finalidad de evitar lesiones.**
- se realiza actividad de velocidad por la cancha con dominio de balón.**

- Desarrollo de la clase

- Iniciamos con lanzamientos de balón en duplas.**
- Continuemos en duplas con los golpes de antebrazo enfocado directamente en la técnica.**
- Se practica golpe de dedo de forma grupal y con trabajo individual.**

Cierre de la clase.

_Para cerrar la clase realizamos un círculo para mantener el balón en juego, y posteriormente se realiza elongación.

Día 4.- miércoles 15 de mayo, curso 3ro medio de 15:45 a 17:00hrs.

Actividades:

Inicio la clase

- Se ejecutan ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda.

Desarrollo de la clase

- iniciamos con trabajo en individual de recepción y ataque.
- continuamos con practica de saque sobre la red.
- practicamos levantada y golpe de balón con técnica de dedos.

Cierre de la clase

- Para finalizar hacemos ejercicio de elongación para después jugar en circulo con un trabajo de golpes libre.

Día 5.- lunes 27 de mayo, curso 5to y 6to de 14:00 a 15:30hrs.

Actividades:

Inicio de la clase

- Se ejecutan ejercicios de elongación de brazos, piernas, hombros y espalda.
- Se realiza ejercicio de trabajo de equipo con pasada de balón en fila.

Desarrollo de la clase

- Iniciamos actividad de coordinación y agilidad ocupando todo el campo de juego.
- Continuamos con ejercicio de reacción con salto.
- Se practica en tres grupos de 7 personas con trabajo en círculos implementado todo tipo de golpes.

Cierre de la clase

-Para cerrar la clase realizamos un partido libre en la malla. Elongación y retiro.

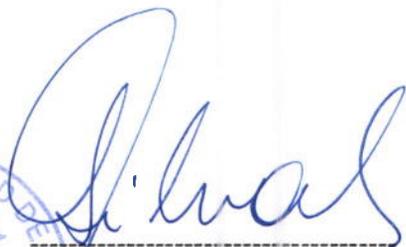
Día 6- miércoles 29 de mayo, cursos 3ro medio de 15:45 a 17:00hrs.

Actividades:

NOTA: me presento al establecimiento a las 15:45hrs me mantengo por el horario acordado y no se presenta ningún alumno al taller por razones personales.



LUIS JELDES FERNANDEZ
RUT:



ADELA SILVA OLIVARES
DIRECTORA (I)
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN