Fecha: 03/06/2025

Número de contrato o convenio: No Aplica

Lugar: Salón

1. TEMA:
Entrenamiento deportivo (Deporte-Baloncesto)

2. OBJETIVO GENERAL

Continuar con el mejoramiento y/o mantenimiento de las habilidades motoras básicas, explorando el espacio y los objetos, con los ajustes razonables que beneficien a los participantes con sistema de apoyo extenso y generalizado a través de la práctica de ejercicios de baloncesto (drible, lanzamientos, pases)

3. MARCO CONCEPTUAL

Movilidad articular: Capacidad para desplazar un segmento o parte del cuerpo dentro de un arco de recorrido lo más amplio posible manteniendo la integridad de las estructuras anatómicas implicadas.
Actividad física: todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo.
Estiramiento: Práctica de ejercicios suaves y mantenidos para preparar los músculos para un mayor esfuerzo y para aumentar el rango de movimiento en las articulaciones.
Baloncesto: Se define como un deporte de equipo donde dos equipos de cinco jugadores cada uno se enfrentan en una cancha rectangular con el objetivo de anotar puntos introduciendo un balón en un aro elevado del equipo contrario. Este deporte promueve la coordinación, el trabajo en equipo, la velocidad, la agilidad y la habilidad para lanzar y atrapar el balón.

4. METODOLOGÍA

Los 14 participantes de Impetu 1y 6 participantes de alegría 1 debido a la lluvia se realiza actividad en el salón, donde para iniciar se hace un repaso de cuáles son los ejercicios del baloncesto, se hace el juego del tingo tingo tango y el participante que quede con el balón pasa al centro y desarrolla un gesto técnico del baloncesto (pases o drible)

5. RECURSOS

Recurso Físico: Espacios Complejo Balcanes, Salon
Recurso Humano: Johanny Forero educador físico y Katherin Medellín Auxiliar de enfermería

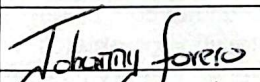
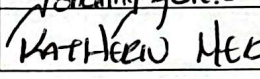
6. COMPROMISOS/TAREAS

Continuar con el mejoramiento y fortalecimiento de la condición física por medio de las intervenciones del entrenamiento deportivo.

Powered by CamScanner

7. EVALUACION DE LA ACTIVIDAD

Hacen parte de la actividad 14 participantes, donde se observa gran gusto e interés de los 14 por la realización de la actividad, reduciendo la tensión muscular y logrando un movimiento más libre, los participantes desarrollaron los diferentes ejercicios de pases y bdrible de manera positiva con el apoyo del educador físico y la auxiliar de enfermería en los desplazamientos.

Nombre del profesional	Cargo	Registro profesional	Firma
Johanny Alfredo Forero Quevedo	Educador Físico	TE 51661	
Katherin Maritza Medellín Barrios	Auxiliar de enfermería	No Aplica	

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.

Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía".

Powered by CamScanner