

INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

AGOSTO	2024
Mes	Año

I.- Datos.

1.- Nombre.	RODOLFO GABRIEL BUFADEL CATALÁN		
2.- Rut.			
3.- Nº Decreto.	Alcaldicio: 1568	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 25.04.22
4.- Dirección a la que pertenece.	DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - MUJERES JEFAS DE HOGAR 2024		

II.- Función según lo que indica el contrato de prestación de servicios.

- **CONTAR CON UN MONITOR QUE APOYE LA EJECUCIÓN Y DESARROLLO DEL TALLER DE DEFENSA PERSONAL 2024**
REALIZAR DIFUSIÓN DE TALLERES. REALIZAR TALLER DE DEFENSA PERSONAL 2024.
REALIZAR PRESENTACIÓN AL TERMINAR CADA TALLER.

III.- Descripción de las funciones realizadas.

Se comienza con la primera clase del taller de defensa personal. Dirigido por el "Programa Mujeres Jefas de Hogar"

Damos inicio con la toma de asistencia utilizando la carpeta entregada por la coordinadora del P.M.J.H. al finalizar la asistencia se comienza con una presentación de cada alumna en la cuál explican sus motivos por lo cuales tomaron el taller y cualquier dato y vivencia adicional que deseen compartir con el grupo de trabajo.

Se explica a continuación todos los contenidos a tratar. En los cuales se incluyen técnicas contra golpes de puño, agarres y tomadas de diversas formas.

Se parte con ejercicios de movilidad articular y de activación muscular.

Para luego ir a ejercicios más específicos y de más alto impacto.

Se trabajan técnicas en parejas y de forma individual todo bajo la supervisión y participación del monitor a cargo de taller.

Al termino de la actividad se hacen ejercicios de bajo impacto y con estiramientos y elongaciones.

De forma individual y con asistencia del compañero con el cuál se asignó el entrenamiento.

Inicia la segunda clase del taller de defensa personal. Dirigido por el "Programa Mujeres Jefas de Hogar"

Comenzamos con la toma de asistencia entregada por la coordinadora P.M.J.H. Al termino de la asistencia damos inicio a la instrucción la cuál se les explica a los usuarios todos los contenidos a tratar en el taller.

Se realizan ejercicios de calentamiento general y trabajos específicos.

Se repasan las técnicas de autoprotección vistas en la clase anterior y se añaden las nuevas técnicas contra tomadas de cuello, muñecas, agarres en general y contra golpes de puños y patadas.



Se realizan ejercicios en conjunto con el compañero y ciertos trabajos en grupo.

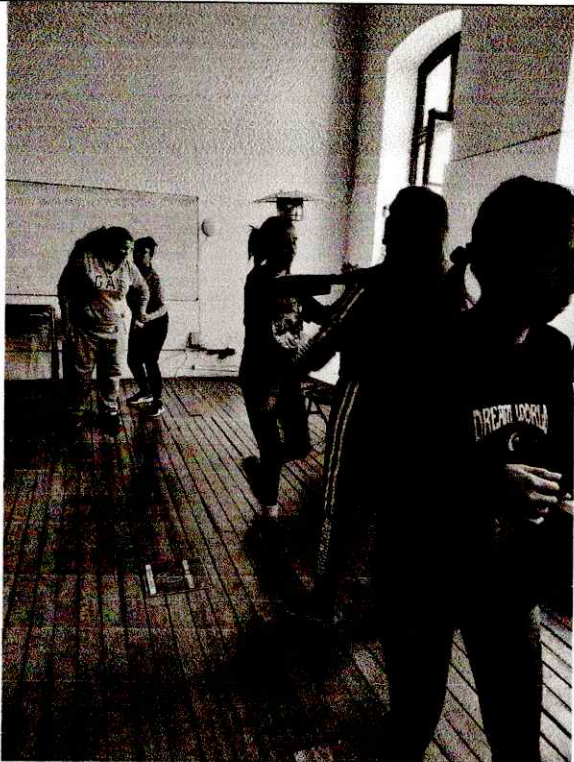
Se explica un marco teórico en el cuál se habilita un espacio para compartir situaciones y vivencias en torno a la defensa personal.

Se desglosan conceptos y se vuelve al trabajo físico y práctico del sistema.

Finalizamos la clase con estiramientos dinámicos y estáticos para volver el cuerpo poco a poco a la calma.

IV.- Cobertura: (mencionar y adjuntar documentos de respaldo).

Fecha Cobertura: 2024-08-13	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-08-13	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura:	Descripción Cobertura:	Tipo Cobertura:

2024-08-13	Fotografía	FOTOGRAFÍA
		


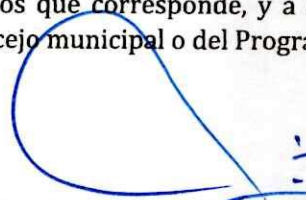
V.- Observaciones.

Sin Observaciones


RODOLFO GABRIEL BUFADEL CATALÁN
PRESTADOR

CERTIFICADO CONTRAPARTE TÉCNICA

Yo, **JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA, DIRECTOR DE DESARROLLO COMUNITARIO**, en mi calidad de contraparte técnica del prestador/a de servicios a honorarios que emite el presente informe, certifico que ha realizado sus funciones en el presente mes, en virtud al contrato de prestación de servicios que corresponde, y a los objetivos y requerimientos de las labores aprobadas por el concejo municipal o del Programa Municipal en que se desempeña.



JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA
DIRECTOR
DIRECCIÓN DE DESARROLLO COMUNITARIO



LISSETTE JASMIN SOTO FARIAS
COORDINADOR (A) PROGRAMA

