

INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

OCTUBRE	2024
Mes	Año

I.- Datos.

1.- Nombre.	PABLO ANDRES ALVAREZ SILVA		
2.- Rut.			
3.- Nº Decreto.	Alcaldicio: 2526	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 25.05.01
4.- Dirección a la que pertenece.	DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - PISCINA TEMPERADA DE MAIPO 2024		

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

- **REALIZAR CLASES DIRIGIDAS EN EL RECINTO DEPORTIVO PISCINA TEMPERADA MAIPO**
- PROFESOR DE CLASES GRUPALES EN RECINTO DEPORTIVO PISCINA TEMPERADA MAIPO; CLASES DE NATACIÓN INFANTIL, ADULTO E HIDROGIMNASIAS. SALVAVIDAS PISCINA TEMPERADA MAIPO. APOYO EN ACTIVIDADES DEL PROGRAMA

III.- Descripción de las funciones realizadas.

- Salvataje en Piscina Temperada Maipo
- Supervisión de Usuarios al Ingresar a la Pileta:
- Es responsabilidad del supervisor garantizar la correcta entrada de los usuarios a la piscina, asegurando el cumplimiento de las normas de seguridad.
- Entrega de Información a Usuarios: Se debe proporcionar información detallada sobre los talleres que se realizan en la piscina, tanto dentro como fuera del agua.
- Apoyo en Actividades Deportivas y de Administración: Este rol también implica colaborar en cualquier actividad deportiva o evento gestionado por la administración.
- Clases de Natación para Adultos: Las clases están dirigidas a alumnos que no saben nadar o tienen dificultad para desplazarse en el agua. Durante la primera semana, se realiza un diagnóstico a los nuevos alumnos para evaluar su nivel y elaborar un plan de trabajo para el mes de septiembre.
- Alumnos Avanzados de Natación: Los alumnos avanzados comienzan con un calentamiento de 400 metros estilo libre, seguido de 200 metros de pateo con tabla, 200 metros de crol con tabla, 200 metros de nado de espalda, 200 metros de nado de pecho y 200 metros de nado de mariposa.
- Alumnos Avanzados de Natación: Los alumnos avanzados siguen una rutina que incluye:
Calentamiento: 400 metros estilo libre
Pateo con tabla: 200 metros
Crol con tabla: 200 metros
Nado de espalda: 200 metros
Nado de pecho: 200 metros
Nado de mariposa: 200 metros
- Salvavidas en Piscina Temperada Maipo
- Supervisión de Usuarios al Ingresar a la Pileta:
- Es fundamental supervisar a los usuarios en su ingreso a la piscina, asegurando el cumplimiento de las normativas de seguridad y la correcta utilización de las instalaciones.
- Entrega de Información a Usuarios: Se debe proporcionar a los usuarios información completa sobre los talleres disponibles en la piscina, tanto acuáticos como fuera del agua.
- Apoyo en Actividades Deportivas y Administrativas: El puesto implica además colaborar en actividades deportivas y eventos organizados por la administración.
- Clases de Natación para Adultos: Las clases están diseñadas para alumnos que no saben nadar o tienen dificultades para desplazarse en el agua. Durante la primera semana, se evalúa a los nuevos alumnos para determinar su nivel y preparar un plan de trabajo para el mes de octubre.
- Salvavidas en Piscina Temperada Maipo

- Apoyo en Actividades Deportivas del Recinto:
- Se brinda asistencia a los alumnos de las clases de hidro gimnasia y natación para adultos.
- Clase de Natación para Adultos: La clase de hoy está dedicada al diagnóstico de los nuevos alumnos para evaluar su nivel de nado y conocer sus habilidades en el agua. Los alumnos antiguos comienzan con un nado suave y se enfocan en mejorar la técnica de pateo, realizando el ejercicio a lo largo de la pista de nado. Al finalizar, se realiza un estiramiento de cuerpo completo para la recuperación.
- Clase de Hidro gimnasia para Adultos Mayores: La clase está orientada al bienestar y la salud deportiva de los alumnos. Hoy se trabajó de manera integral, con un enfoque especial en mejorar la fuerza y resistencia dentro del agua, utilizando implementos de natación.
Calentamiento: 400 metros estilo libre 200 metros de crol 200 metros de espalda 200 metros de pecho 200 metros de mariposa
- Atención a Usuarios de la Piscina
- Salvavidas en Piscina Maipo
- Apoyo en Actividades Deportivas en Piscina Maipo:
- Se brinda apoyo en la realización de actividades deportivas dentro del recinto.
- Clases de Natación para Adultos: Las clases están dirigidas a usuarios que no saben flotar ni desplazarse en el agua. A los alumnos nuevos se les enseñan ejercicios básicos de respiración y desplazamiento, utilizando implementos de natación. Un ejemplo de ejercicio sería desplazarse por el agua mientras inhalan aire por la boca y lo expulsan bajo el agua. Los alumnos avanzados trabajan en perfeccionar los cuatro estilos de natación, enfocándose también en mejorar la distancia. Un ejemplo de rutina incluye:
- Actividades Extraprogramáticas para Niños de 5 a 10 Años que No Saben Flotar: Los alumnos nuevos comienzan realizando deslizamientos a lo largo de la pista de natación, utilizando implementos en la cintura para ayudarlos a flotar. Luego, practican el desplazamiento con implementos en las manos, realizando pateo estilo crol a lo largo de la pista de entrenamiento, repitiendo el ejercicio tres veces. Finalmente, los alumnos practican saltos tipo "bombitas" en la parte profunda de la piscina, y nadan hasta el extremo opuesto de la piscina para finalizar la actividad.
- Clases de Natación para Adultos: Estas clases están dirigidas a alumnos que no saben nadar ni desplazarse en el agua. Durante la primera semana, se realiza un diagnóstico para evaluar el nivel de los nuevos alumnos y preparar un plan de trabajo para el mes de septiembre.
- Entrega de Información a Usuarios: Es responsabilidad del equipo proporcionar a los usuarios información detallada sobre los diversos talleres que se realizan en la piscina. Esto incluye la descripción de los talleres, tanto acuáticos como fuera del agua, la duración de los cursos, horarios específicos y los costos asociados. También se colabora en la planificación y organización de las clases deportivas, gestionando los materiales y la programación de ejercicios semanalmente.
- Apoyo en Actividades Deportivas y Administración: El rol incluye apoyar en cualquier actividad deportiva o evento que surja por parte de la administración, asegurando que todas las actividades se realicen de manera eficiente. Esto implica la planificación, organización y ejecución de las clases deportivas, lo que abarca la preparación de materiales y la correcta implementación de los ejercicios semana a semana.
- Clases de Natación para Adultos: Estas clases están orientadas a alumnos que no saben nadar o desplazarse en el agua. Durante la primera semana, se realiza un diagnóstico a los nuevos alumnos para evaluar su nivel y preparar un plan de trabajo para el mes de septiembre.
- Alumnos Avanzados de Natación: Los alumnos avanzados siguen un plan de entrenamiento que incluye:
- Calentamiento: 400 metros estilo libre
- 200 metros de pateo con tabla
- 200 metros de crol con tabla
- 200 metros de nado de espalda
- 200 metros de nado de pecho
- 200 metros de nado de mariposa
- Clase de Hidro gimnasia para Adultos Mayores: Esta clase está dirigida a personas con poca actividad física, con el objetivo de promover una vida sana y fomentar la actividad física en el agua. En la sesión de hoy, nos enfocamos en mejorar la flexibilidad de todo el cuerpo, utilizando implementos de natación para facilitar los ejercicios.
- Entrega de Información a Usuarios: Es responsabilidad del equipo proporcionar a los usuarios

información completa sobre los talleres que se ofrecen en la piscina.

- Apoyo en Actividades Deportivas y Administración: Este rol también incluye el apoyo en cualquier actividad deportiva o evento organizado por la administración, garantizando que todas las actividades se realicen de manera eficiente.

Calentamiento: 400 metros estilo libre 300 metros de pateo con tabla 300 metros de crol con tabla 300 metros de nado de espalda 300 metros de nado de pecho 300 metros de nado de mariposa

- Clases de Natación para Adultos: Estas clases están dirigidas a alumnos que no saben nadar o desplazarse en el agua. Durante la primera semana, se realiza un diagnóstico de los nuevos alumnos para evaluar su nivel y preparar un plan de trabajo para el mes de septiembre. Alumnos Avanzados de Natación: Los alumnos avanzados siguen una rutina de entrenamiento que incluye:

- Clase de Hidro gimnasia para Adultos Mayores: Esta clase está diseñada para personas con poca actividad física, con el objetivo de promover una vida sana y fomentar la actividad física dentro del agua. En la sesión de hoy, nos enfocamos en mejorar la flexibilidad de todo el cuerpo, utilizando implementos de natación para facilitar los ejercicios.

- Entrega de Información a Usuarios: Es responsabilidad del equipo proporcionar información completa a los usuarios sobre los talleres disponibles en la piscina.

- Apoyo en Actividades Deportivas y Administración: El rol también incluye el apoyo en cualquier actividad deportiva o evento organizado por la administración, asegurando que todas las actividades se realicen de manera fluida y eficiente.

Calentamiento: 400 metros estilo libre 200 metros de pateo con tabla 200 metros de crol con tabla 200 metros de nado de espalda 200 metros de nado de pecho 200 metros de nado de mariposa Salvataje en Piscina Temperada Maipo: El trabajo también implica la supervisión de los usuarios al ingresar a la piscina, asegurando que se cumplan las normativas de seguridad y el correcto uso de las instalaciones.

- Entrega de Información a Usuarios: Esta tarea consiste en proporcionar a los usuarios información completa sobre los talleres disponibles en la piscina. Esto incluye la descripción detallada de cada taller, tanto dentro como fuera del agua, la duración de los cursos, los horarios específicos y los costos.

- Apoyo en Actividades Deportivas y Administración: Este rol también implica apoyar en cualquier actividad deportiva o evento organizado por la administración, asegurando que todas las actividades se desarrollen de manera fluida y eficiente.

- Clases de Natación para Adultos: Las clases están dirigidas a aquellos que no saben nadar o desplazarse en el agua. Durante la primera semana, se realiza un diagnóstico de los nuevos alumnos para determinar su nivel y elaborar un plan de trabajo para el mes de octubre. Alumnos Avanzados de Natación: Los alumnos avanzados siguen una rutina que incluye:

Los alumnos avanzados siguen una rutina que incluye:

Calentamiento: 400 metros estilo libre 400 metros de pateo con tabla 400 metros de crol con tabla 400 metros de nado de espalda 400 metros de nado de pecho 400 metros de nado de mariposa Salvavidas en Piscina Temperada Maipo: También se supervisa a los usuarios al ingresar a la piscina, asegurando el cumplimiento de las normas de seguridad y el uso correcto de las instalaciones.

- Entrega de Información a Usuarios: Es responsabilidad del equipo proporcionar a los usuarios detalles completos sobre los talleres disponibles en la piscina, tanto dentro como fuera del agua.

- Apoyo en Actividades Deportivas y Administración: Este rol también implica brindar apoyo en cualquier actividad deportiva o evento que la administración organice, asegurando que todas las actividades se desarrollen de manera fluida y eficiente.

- Clases de Natación para Adultos: estas clases están dirigidas a alumnos que no saben nadar o desplazarse en el agua. Durante la primera semana, se realiza un diagnóstico a los nuevos alumnos para evaluar su nivel y elaborar un plan de trabajo para el mes de octubre. Alumnos Avanzados de Natación:

- Apoyo en Actividades Deportivas del Recinto: En la piscina temperada Maipo, se lleva a cabo el salvataje y se toma la asistencia de los alumnos.

- Clase de Natación para Adultos: En la primera clase del mes, se realiza un diagnóstico a los nuevos alumnos para evaluar sus habilidades en el agua. Los alumnos avanzados comienzan con un calentamiento y nadan a lo largo de la piscina en estilo libre. Luego, trabajan en el pateo dentro del agua utilizando implementos de natación, nadando a lo largo de la pista. Durante esta fase, se realizan las correcciones necesarias para cada alumno. Para finalizar la clase, se lleva a cabo un

nado estilo libre para facilitar la recuperación, seguido de un estiramiento de cuerpo completo y una vuelta a la calma.

- salvataje en piscina temperada Maipo

- entrega de información a usuarios.

- Salvataje en la Piscina Temperada Maipo: El equipo de salvataje se encarga de garantizar la seguridad de todos los usuarios en la piscina, supervisando las actividades y asegurando el cumplimiento de las normas de seguridad.

- Apoyo en Actividades Deportivas del Recinto: Se brinda apoyo en las diversas actividades deportivas del recinto, especialmente en las clases de hidro gimnasia y natación para adultos, asegurando que los alumnos reciban la atención necesaria durante su entrenamiento.

- Clase de Natación para Adultos: En la sesión de hoy, se realizó un diagnóstico de los nuevos alumnos para evaluar su nivel de habilidad en el agua. Esta evaluación permite conocer las fortalezas y áreas de mejora de cada alumno. Para los alumnos avanzados, la clase comenzó con un nado suave para calentar. Posteriormente, se enfocaron en perfeccionar la técnica de pateo dentro del agua, realizando ejercicios a lo largo de la pista de nado. Al finalizar, se llevó a cabo una sesión de estiramiento de cuerpo completo para facilitar la recuperación muscular.

- Clase de Hidro gimnasia para Adultos Mayores: Esta clase está diseñada para promover el bienestar y la vida activa entre los alumnos de la tercera edad. Durante la sesión, se trabajó en un programa integral que se centró en el fortalecimiento y la resistencia, utilizando diversos implementos de natación. El objetivo es mejorar la condición física general de los participantes, fomentando la actividad física dentro del agua como parte de un estilo de vida saludable. Para los alumnos avanzados, el enfoque está en mejorar la técnica en los cuatro estilos de natación: crol, espalda, pecho y mariposa. La clase incluye un calentamiento de 400 metros en estilo libre, seguido de la práctica de 200 metros de cada estilo. Esta estructura de entrenamiento ayuda a los alumnos a desarrollar su resistencia y mejorar su técnica en distancias específicas.

- Atención a Usuarios de la Piscina: El personal de la piscina se dedica a ofrecer atención personalizada a todos los usuarios, asegurando que cada persona reciba la información necesaria y el apoyo adecuado para disfrutar de las instalaciones de manera segura y efectiva.

- Salvataje en la Piscina Maipo: El equipo de salvataje está presente en todo momento para garantizar la seguridad de los usuarios en la piscina. Su función es supervisar las actividades acuáticas, intervenir en caso de emergencias y asegurar que se sigan las normas de seguridad, promoviendo un ambiente seguro para todos.

- Apoyo en Actividades Deportivas de la Piscina Maipo: Además de las funciones de salvataje, el equipo también brinda apoyo en las diversas actividades deportivas que se desarrollan en la piscina.

- Clases de Natación para Adultos: Las clases de natación están diseñadas para usuarios que no saben flotar o desplazarse en el agua. En la primera sesión, se realizan ejercicios básicos de respiración y desplazamiento, utilizando implementos de natación que facilitan el aprendizaje. Los nuevos alumnos aprenden a moverse en el agua, tomando aire por la boca y exhalando bajo el agua.

- Entrega de Información a Usuarios: Esta función implica la responsabilidad de proporcionar a los usuarios información completa sobre los diferentes talleres y actividades que se llevan a cabo en la piscina.

- Apoyo en Actividades Deportivas y de Administración: El rol también incluye la colaboración en cualquier actividad deportiva o evento que sea organizado por la administración.

- Clases de Natación para Adultos: Las clases de natación están diseñadas para alumnos que no saben nadar o desplazarse con confianza en el agua. Durante la primera semana, se lleva a cabo un diagnóstico para evaluar el nivel de cada nuevo alumno, lo que permite establecer una pauta de trabajo adecuada para el mes de septiembre. Esta evaluación es crucial para adaptar el contenido de las clases a las necesidades individuales de cada alumno.

- Clases de Hidro gimnasia para Adultos Mayores: Estas clases están orientadas a personas de la tercera edad que tienen poca actividad física. Nuestro objetivo es fomentar un estilo de vida saludable y la actividad física dentro del agua. Durante la clase, se trabaja en el fortalecimiento de los músculos del tren inferior y superior, utilizando implementos de natación que facilitan la realización de los ejercicios en el agua. Estas actividades están diseñadas para mejorar la movilidad, la fuerza y la resistencia, contribuyendo así al bienestar general de los participantes.

- Entrega de Información a Usuarios: La responsabilidad de esta función es proporcionar a los usuarios información exhaustiva sobre los diversos talleres y actividades que se ofrecen en la

piscina.

- Apoyo en Actividades Deportivas y de Administración: Este rol también abarca el apoyo en cualquier actividad deportiva o evento que se organice desde la administración.

- Clases de Natación para Adultos: Las clases de natación están dirigidas a alumnos que no tienen habilidades para nadar o desplazarse con seguridad en el agua. En la primera semana, se realiza un diagnóstico para evaluar el nivel de cada nuevo alumno, lo que permite establecer un plan de trabajo adaptado a sus necesidades. Este diagnóstico es crucial para garantizar que cada participante reciba la atención adecuada durante su proceso de aprendizaje.

- Para los alumnos que ya tienen experiencia en natación, la clase comienza con un calentamiento de 400 metros en estilo libre. Posteriormente, se realizan ejercicios específicos, incluyendo 400 metros de pateo con tabla, 400 metros de crol con tabla, 400 metros de nado de espalda, 400 metros de nado de pecho y 400 metros de nado de mariposa. Este enfoque progresivo ayuda a los alumnos a mejorar su técnica y resistencia en cada uno de los estilos.

Las actividades extraprogramáticas para niños de entre 5 y 10 años que no saben flotar están diseñadas para fomentar la confianza, la seguridad y el disfrute en el medio acuático. A través de una variedad de ejercicios, los niños adquieren habilidades esenciales que les permiten desenvolverse con mayor seguridad en el agua.

Deslizamientos Iniciales Pateo de CrolEjercicio de BombitasNado a la Parte Final de la PiscinaDespués de practicar las bombitas, los niños tienen la oportunidad de nadar hacia la parte final de la piscina.

- Actividades Extraprogramáticas para Niños de 5 a 10 Años que No Saben Flotar

- salvataje en piscina temperada Maipo.

- control de acceso dentro de pileta.

- entrega de información a usuarios del recinto.

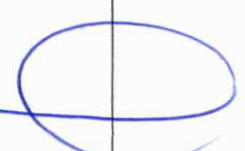
- aseo de accesos dentro de la pileta.

- clase de natación adulto: alumnos nuevos siguen practicando del desplazamiento dentro de la piscina sin implementos, solo realizando pateo y braceó de crol, ya al mejorar la técnica se pasa a aprender la tomada de aire dentro del agua, se termina la clase con una práctica de piqueros con salida de nado de crol.

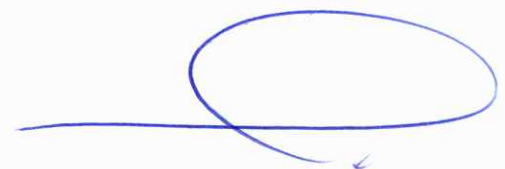
- alumnos antiguos: realizaron calentamiento de 1500 mt., se pasaron a practicar piquero arriba de los partidores con salida en velocidad, se termina con toma de tiempo de piquero con velocidad y nado 33 mt.

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

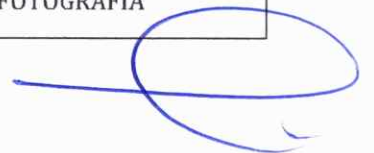
Fecha Cobertura: 2024-10-01	Descripción Cobertura: Clase de natación adulto	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		



Fecha Cobertura: 2024-10-02	Descripción Cobertura: Natación adulto	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-10-03	Descripción Cobertura: Hidrogimnasia adulto mayor	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-10-04	Descripción Cobertura: natación adulto	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA



		
Fecha Cobertura: 2024-10-05	Descripción Cobertura: natación infantil	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2024-10-07	Descripción Cobertura: natación adulto	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:
2024-10-08

Descripción Cobertura:
clases de hidrogimnasia

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-10-09

Descripción Cobertura:
natación adulto

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:
2024-10-10

Descripción Cobertura:
clases de hidrogimnasia

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-10-11

Descripción Cobertura:
natación adulto

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:
2024-10-14

Descripción Cobertura:
natación adulto

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-10-15

Descripción Cobertura:
clases de hidrogimnasia

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-10-16

Descripción Cobertura:
natación adulto

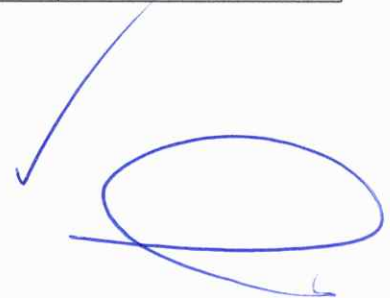
Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2024-10-17

Descripción Cobertura:
clases de hidrogimnasia

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:
2024-10-18

Descripción Cobertura:
natación adulto

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA

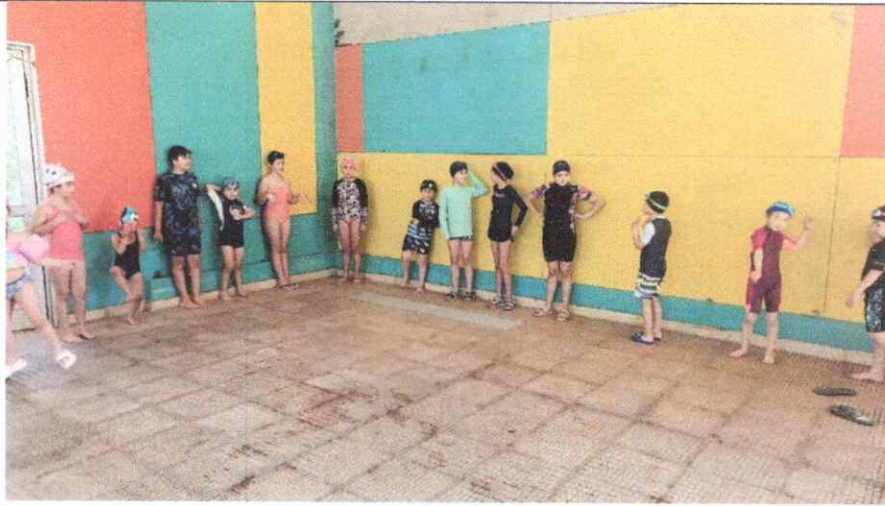


Fecha Cobertura:
2024-10-19

Descripción Cobertura:
natación infantil

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA





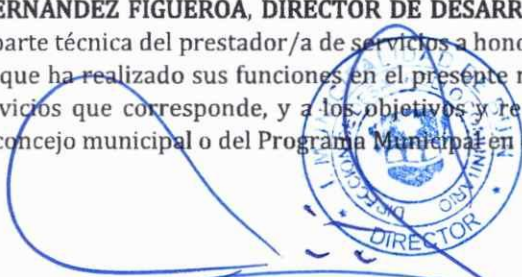
V.- Observaciones.





CERTIFICADO CONTRAPARTE TÉCNICA

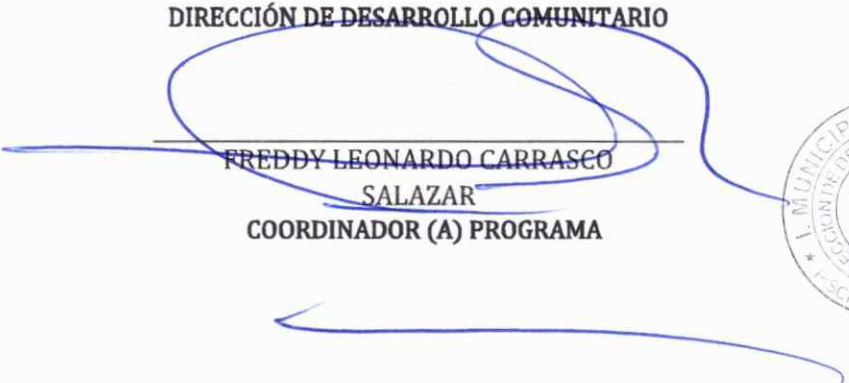
Yo, **JONATHAN FERNÁNDEZ FIGUEROA, DIRECTOR DE DESARROLLO COMUNITARIO**, en mi calidad de contraparte técnica del prestador/a de servicios a honorarios que emite el presente informe, certifico que ha realizado sus funciones en el presente mes, en virtud al contrato de prestación de servicios que corresponde, 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



FREDDY LEONARDO CARRASCO

SALAZAR

COORDINADOR (A) PROGRAMA

