

INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

MAYO	2025
Mes	Año

I.- Datos.

1.- Nombre.	RODOLFO GABRIEL BUFADEL CATALÁN		
2.- Rut.			
3.- Nº Decreto.	Alcaldicio: 1283	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 250422
4.- Dirección a la que pertenece.	DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - MUJERES JEFAS DE HOGAR		

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

Contar con un monitor que apoye la ejecución y desarrollo de taller defensa personal básico y taller defensa Personal avanzado a Programa Mujeres Jefas de Hogar 2025
Realizar difusión de talleres Realizar proceso de inscripción Realizar taller Defensa Personal básico Realizar taller Defensa personal Avanzado Realizar presentación en certificaciones Programa Mujeres Jefas de Hogar

III.- Descripción de las funciones realizadas.

Se realiza taller de Defensa Personal Avanzado

Se comienza el taller Programa Mujeres Jefas de Hogar mes de mayo.

Se toma asistencia con la carpeta entregada por la coordinadora del Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Al término de la asistencia se les indica a todos los usuarios el contenido a trabajar en clases.

Iniciamos con un calentamiento general y luego pasamos diversos ejercicios específicos de deporte.

Se enseñan técnicas de golpes de puños y pareos junto con desplazamientos y defensas.

Concluido el bloque físico y técnico se deja un espacio para los ejercicios de elasticidad y flexibilidad para volver el cuerpo a la calma tras las actividades del taller.

Se da comienzo a la clase del taller de Defensa Personal por el Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Segunda clase

Se inicia con la asistencia tomada con la carpeta entregada por la coordinadora del Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Una vez tomada la asistencia comenzamos con los primeros trabajos los cuales incluyen ejercicios de movilidad articular y activación muscular para un correcto calentamiento antes de iniciar con ejercicios de mayor complejidad.

Se trabajan dinámicas en grupos, de forma individual y también en parejas. Todos los ejercicios van supervisados por el monitor del taller.

Se repasan las técnicas vistas en la primera clase y también se añaden nuevas técnicas de autoprotección las cuales incluyen desplazamientos, técnicas de esquivas y distintos tipos de golpes. Se traba a nivel de pie y también a nivel del suelo.

Técnicas para sofocar y reducir a un agresor. Técnicas de golpes en distintas áreas del cuerpo.

Todo guiado por el instructor del taller. Una vez acabado el bloque físico y técnico se da espacio para un marco teórico en el cual se enseñan diversos conceptos sobre la autoprotección y se da terminó con ejercicios de vuelta a la calma los cuales incluyen estiramientos y respiración.

Se da por terminada la clase

Se inicia el taller de Defensa Personal por el Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Se comienza con la toma de asistencia con la carpeta entregada por la coordinadora del Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Un vez finalizada la asistencia damos una charla de presentación con cada alumno del taller.

Comenzamos con las indicaciones y se informa toda la materia que se va a desarrollar en la clase.

Comenzamos con ejercicios físicos de calentamiento y movilidad articular.


Luego pasamos a ejercicios físicos específicos y se enseñan las primeras técnicas de autoprotección.



Las cuales incluyen defensas contra tomadas, agarres, golpes de puño y golpes de pierna.

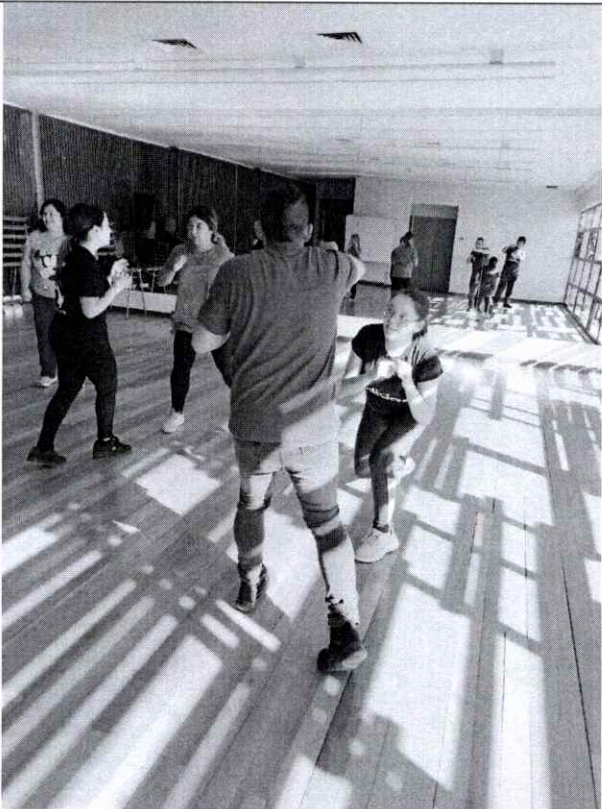

Se trabajan las técnicas de manera individual y también en parejas todos los trabajos van supervisados por el monitor del taller.


Al finalizar los ejercicios físicos y los trabajos técnicos se deja espacio para los ejercicios de estiramientos y de flexibilidad y elasticidad.

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

Fecha Cobertura: 2025-05-06	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa personal Básico	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
<div></div>		
Fecha Cobertura: 2025-05-06	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa personal Básico	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA

<div></div>		
Fecha Cobertura: 2025-05-06	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa personal Básico	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
<div></div>		
Fecha Cobertura: 2025-05-10	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal Avanzado	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA

<div></div>		
Fecha Cobertura: 2025-05-10	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal Avanzado	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
<div></div>		
Fecha Cobertura: 2025-05-13	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA

		
Fecha Cobertura: 2025-05-13	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2025-05-13	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	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



LISSETTE JAZMIN SOTO FARIAS
COORDINADOR (A) PROGRAMA

