

## INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

JUNIO	2025
<b>Mes</b>	<b>Año</b>

### I.- Datos.

<b>1.- Nombre.</b>	RODOLFO GABRIEL BUFADEL CATALÁN		
<b>2.- Rut.</b>			
<b>3.- Nº Decreto.</b>	Alcaldicio: 1283	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 250422
<b>4.- Dirección a la que pertenece.</b>	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 inicia la primera clase del taller de Defensa Personal por el Programa Mujeres Jefas de Hogar. Comenzamos tomando la asistencia con la carpeta entregada por la coordinadora del Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Se da una presentación de cada usuario y luego se explica todo el contenido a tratar en clases. Se inicia con ejercicios de movilidad y articular acompañados de ejercicios de activación muscular. Ejercicios generales de bajo y medio impacto. Al finalizar la parte del calentamiento damos inicio a los primeros trabajos grupales y también en parejas.

Todas las técnicas de autoprotección van guiadas por el monitor el cuál corrige y también muestra la forma en que trabajarla, se desarrollan distintas dinámicas para mejorar la coordinación y los reflejos de los usuarios.

Se enseñan técnicas contra tomadas, agarres y golpes tanto de puños Como de patadas, vamos dejando e espacio para un marco teórico en cuál casa usuario de forma voluntaria cuenta sus experiencias referentes a la defensa personal.

Al terminar los ejercicios físicos y todo el bloque técnico.

Se dan ejercicios para relajar el cuerpo y elongar.

Se realiza taller Defensa Personal avanzado

Comenzamos tomando la asistencia con la carpeta entregada por la coordinadora del Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Una vez realizada la asistencia se les invita a los usuarios a tomar asiento y comenzamos con la presentación de cada alumno inscrito.

Los cuáles cuentan parte de sus experiencias con el deporte y las motivaciones que los impulsa a tomar el taller.

Finalizada la asistencia se comienza con un bloque físico el cuál es un calentamiento general para luego pasar a ejercicios específicos del deporte.

Terminado el bloque físico se enseñan movimientos y técnicas tanto de ataques ¿Cómo de defensa.

Paradas en guardia y desplazamientos necesarios para el deporte.

Al terminó del bloque físico y técnico se da una instancia de vuelta a la calma la ¿Cuál lleva consigo ejercicios de respiración, elongación y estiramientos. Ejercicios de bajo impacto para retorna el cuerpo a la calma.

Se realiza taller de Defensa Personal por el Programa Mujeres Jefas de Hogar

Registro, asistencia con la carpeta entregada por la coordinadora del Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Se inicia con un calentamiento previo al trabajo específico de segunda clase

Se desarrollan ejercicios de movilidad articular y activación muscular para luego pasar a ejercicios en pareja y grupales todos guiados por el monitor del taller.

Luego se repasan las técnicas de autoprotección vistas en la clase anterior más algunos elementos nuevos que se integran para los usuarios.

Se enseñan desplazamientos y defensas contra agarres y golpes tanto de puños como de piernas, empujones, tomadas entre otros. Se trabajan ejercicios básicos para la coordinación y también se dispone de un marco teórico en el cuál se comparten vivencias de cada usuario.

Al termino del trabajo físico, técnico y táctico se realizan ejercicios de vuelta a la calma los cuales incluyen estiramientos y elongación.

Se realiza taller Defensa Personal avanzado

Antes de iniciar todas las actividades se toma asistencia con la carpeta entregada por la coordinadora del Programa Mujeres Jefas de Hogar.

Al finalizar la asistencia se comienzan con los primeros ejercicios de calentamiento los cuales incluyen ejercicios de movilidad articular y activación muscular.

Luego se trabajan ejercicios específicos del deporte tanto de forma individual como en parejas. Todos guiados y supervisados por el monitor del taller.

Al término del trabajo físico se da comienzo a la parte técnica de la clase.

Se les enseña a los usuarios movimientos básicos de ataques, defensas y desplazamientos del deporte acompañados con repertorio técnico.

Focos y escudos para golpes de puño y pateos. La clase finaliza con ejercicios de vuelta a la calma los cuales incluyen estiramientos y elongación

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

Fecha Cobertura: 2025-06-03	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	---	-------------------------------



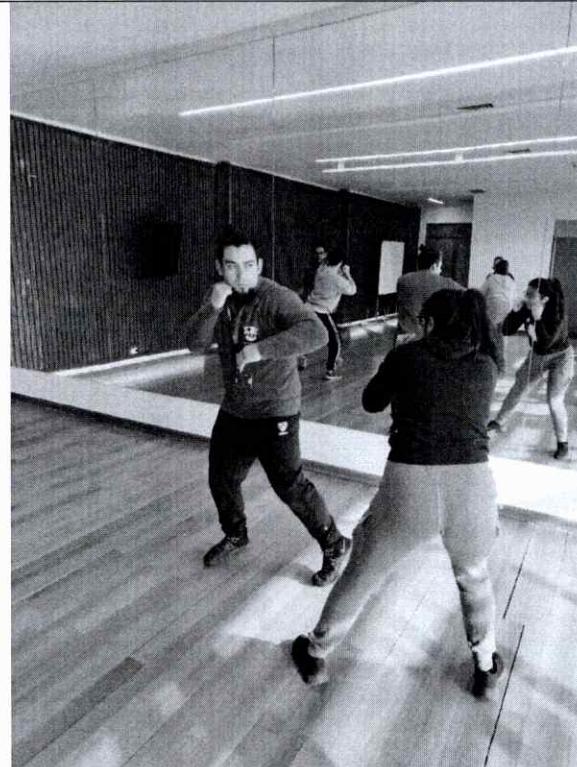
Fecha Cobertura: 2025-06-03	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	---	-------------------------------



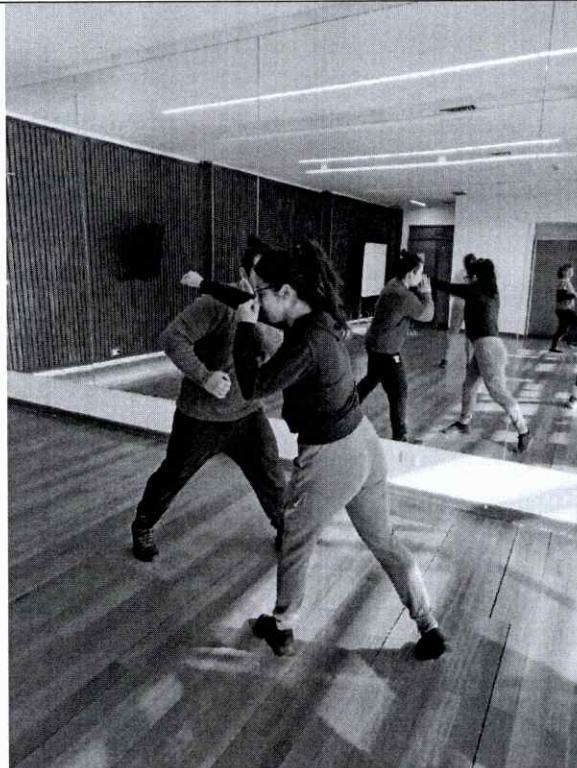
Fecha Cobertura: 2025-06-03	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	---	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-06-07	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-06-07	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-06-07	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-06-07	Descripción Cobertura: Fotografía	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--------------------------------------	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-06-10	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	---	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-06-10	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	---	-------------------------------



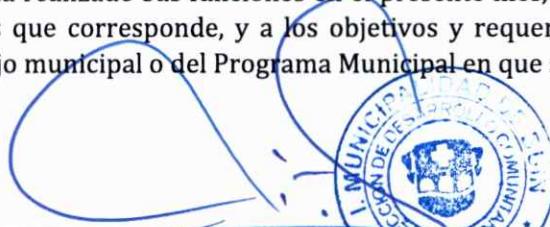
Fecha Cobertura: 2025-06-10	Descripción Cobertura: Fotografía Defensa Personal	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	---	-------------------------------



**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

