



INFORME SERVICIOS DE HONORARIOS.

JUNIO	2025
Mes	Año

I.- Datos.

1.- Nombre.	JOCELINE STEPHANIE LIRA LIRA		
2.- Rut.			
3.- N° Decreto.	Alcaldicio: 837	Imputación: 215.21.04.004.001	Centro de Costos: 25.05.04
4.- Dirección a la que pertenece.	DIRECCION DE DESARROLLO COMUNITARIO - DEPORTE ACTIVIDAD FÍSICA		

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

PROFESOR TALLERES DEPARTAMENTO DE DEPORTE PROFESOR DE TALLERES EN COMPLEJO DEPORTIVO Y OTROS RECINTOS COMUNALES, APOYO EN EVENTOS Y ACTIVIDADES DEPORTIVAS

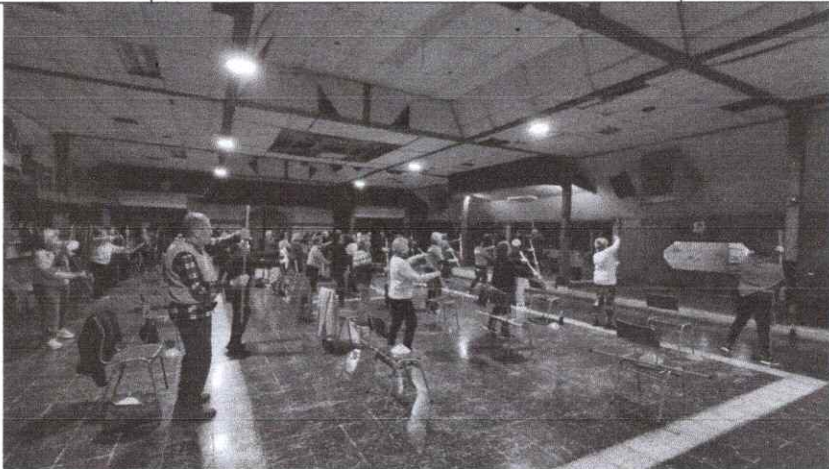
III.- Descripción de las funciones realizadas.

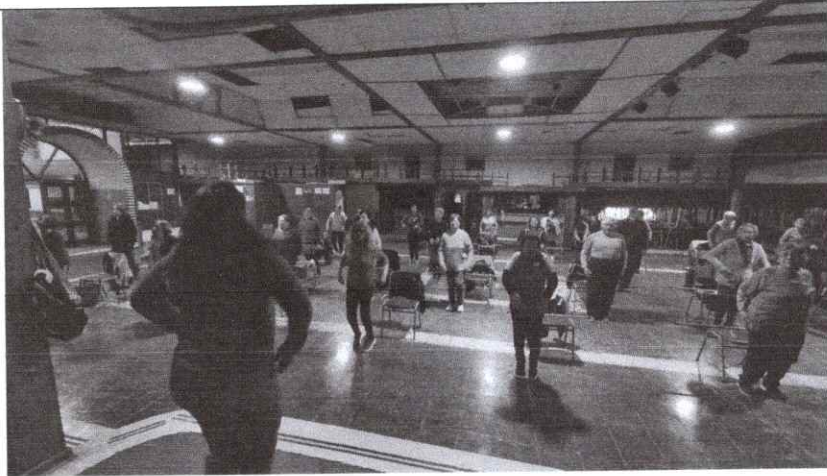
Ejercicios de pasos al ritmo de la música.
Lanzamientos con pelota en distintas direcciones.
Ejercicios cruzando línea media (mano derecha a pie izquierdo, etc.).
Vuelta a la calma: Respiración y estiramiento de brazos y espalda.

Sentadillas con apoyo (3x10).
Extensión de piernas sentado (3x12).
Caminata levantando rodillas.
Vuelta a la calma: Estiramientos de cuádriceps, isquiotibiales y gemelos.
Juego de lanzamiento a canasto.
Relevos con objetos livianos.
Juego "Simón dice" con ejercicios físicos.
Vuelta a la calma: Música suave y estiramientos.
Marcha continua 10 minutos (pausas si es necesario).
Ejercicios de brazos en movimiento.
Desplazamientos suaves en círculo.
Vuelta a la calma: Respiración profunda y estiramientos generales.
Estiramientos estáticos (cuello, hombros, espalda, piernas).
Ejercicios de postura frente a la pared.
Vuelta a la calma: Relajación con música suave.
Trasladar objetos de un lado a otro.
Coordinación en pareja con pelota.
Vuelta a la calma: Estiramiento suave de dedos, muñecas y brazos.
Uso de bandas elásticas
Flexo-extensión de brazos, elevación lateral.
Sentado: empuje y tracción.
Vuelta a la calma: Respiración y estiramientos guiados.
Juego por estaciones.
Trabajo en tríos (pases, desplazamientos, posturas).
Juegos de memoria en movimiento.

Vuelta a la calma: estiramientos y conversación.
 Circuito aeróbico (4 estaciones).
 Caminata en dupla con variaciones.
 Paso al frente y atrás.
 Vuelta a la calma: Caminata lenta y estiramientos.
 Ejercicios sobre una línea.
 Pararse sobre un pie (con apoyo si es necesario).
 Caminar hacia atrás.
 Vuelta a la calma: Respiración y estiramientos suaves.
 Fomentar el interés por mantener un estilo de vida activo y saludable a lo largo de la tercera edad.
 Crear espacios de recreación y diversión que promuevan el bienestar emocional y la alegría en los participantes.
 Mejorar la movilidad, el equilibrio, la flexibilidad y la fuerza de los participantes a través de ejercicios adecuados a su edad y condición física.
 Apoyo evento deportivo "PERRO RUN" en el Parque el diamante.

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

Fecha Cobertura: 2025-06-02	Descripción Cobertura: Taller de actividad Fisica "Reactive Adulto Mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2025-06-03	Descripción Cobertura: Taller de actividad Fisica "Reactive Adulto Mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-04

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Física "Reactive Adulto Mayor"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-05

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Física "Reactive Adulto Mayor"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-06

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Física "Reactive Adulto Mayor"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-07

Descripción Cobertura:
Evento deportivo "perro run"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-09

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Fisica "Reactive Adulto Mayor"

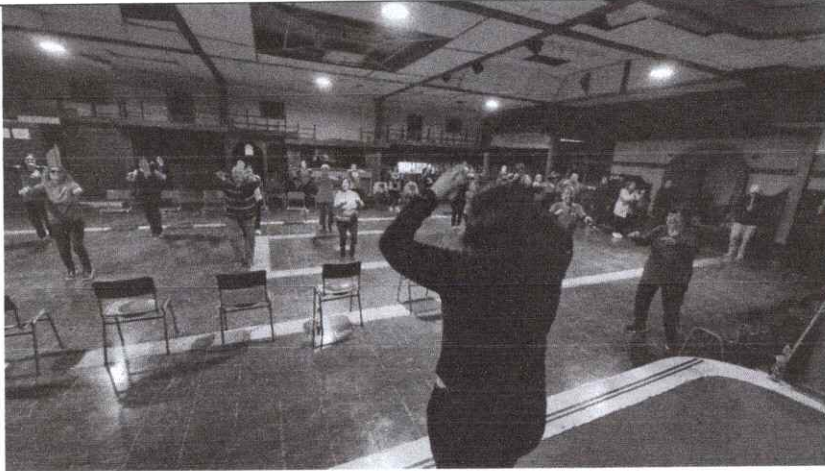
Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-10

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Fisica "Reactive Adulto Mayor"

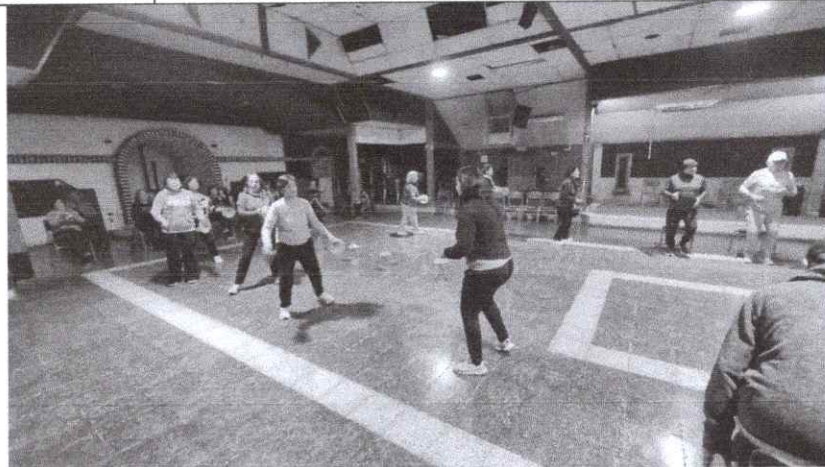
Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-11

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Física "Reactive Adulto Mayor"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-12

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Física "Reactive Adulto Mayor"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-13

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Física "Reactive Adulto Mayor"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA





Fecha Cobertura:
2025-06-16

Descripción Cobertura:
Taller "Reactive adulto mayor"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura: 2025-06-17	Descripción Cobertura: Taller "reactivate adulto mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2025-06-18	Descripción Cobertura: Taller "reactivate adulto mayor"	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



EDUARDO FELIPE SAENZ LATZ

COORDINADOR (A) PROGRAMA