

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.

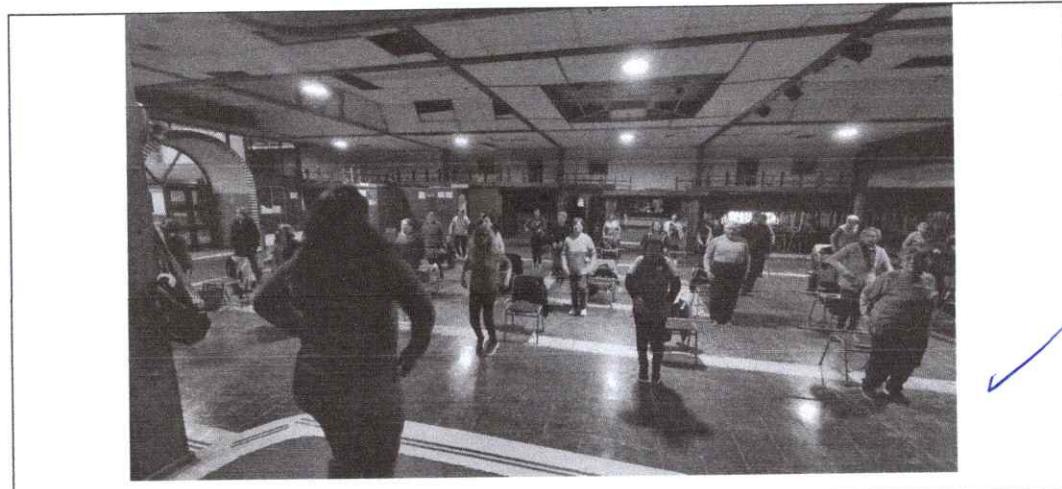
Ejercicios de pasos al ritmo de la música.
 Lanzamientos con pelota en distintas direcciones.
 Ejercicios cruzando línea media (mano derecha a pie izquierdo, etc.).
 Vuelta a la calma: Respiración y estiramiento de brazos y espalda.

 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: (mentionar y adjuntar documentos de respaldo).

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



Fecha Cobertura: 2025-06-04	Descripción Cobertura: Taller de actividad Fisica "Reactive Adulto Mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-06-05	Descripción Cobertura: Taller de actividad Fisica "Reactive Adulto Mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--	-------------------------------



Fecha Cobertura:
2025-06-06

Descripción Cobertura:
Taller de actividad Fisica "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 Física "Reactive Adulto Mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--	-------------------------------



✓

Fecha Cobertura: 2025-06-10	Descripción Cobertura: Taller de actividad Física "Reactive Adulto Mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--	-------------------------------



Fecha Cobertura: 2025-06-11	Descripción Cobertura: Taller de actividad Fisica "Reactive Adulto Mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--	-------------------------------



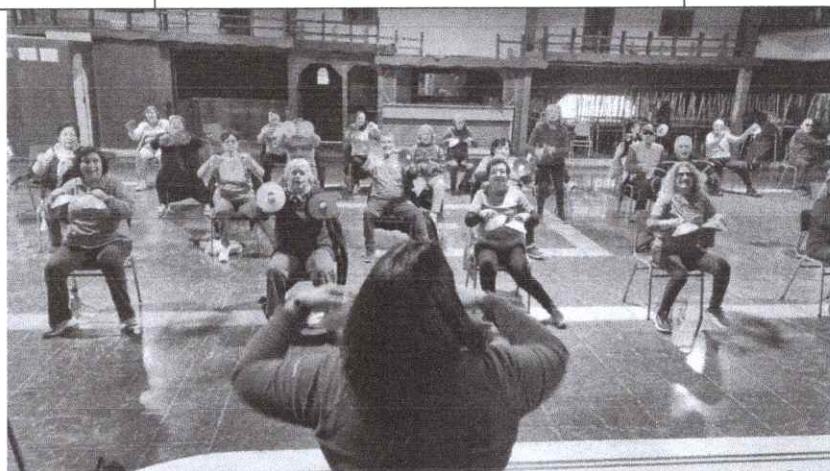
Fecha Cobertura: 2025-06-12	Descripción Cobertura: Taller de actividad Fisica "Reactive Adulto Mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
--------------------------------	--	-------------------------------



Fecha Cobertura:
2025-06-13

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

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA



Fecha Cobertura:
2025-06-16

Descripción Cobertura:
Taller "Reactivate adulto mayor"

Tipo Cobertura:
FOTOGRAFÍA

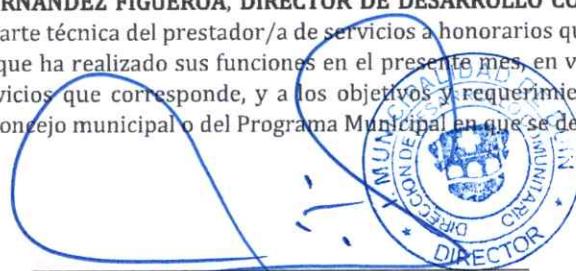


Fecha Cobertura: 2025-06-17	Descripción Cobertura: Taller "reactivate adulto mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		
Fecha Cobertura: 2025-06-18	Descripción Cobertura: Taller "reactivate adulto mayor"	Tipo Cobertura: FOTOGRAFÍA
		

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 LAIZ
COORDINADOR (A) PROGRAMA