



INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: CATHERINE LILLO PARRA
CARGO: PROFESORA/A ESCUELA MUNICIPAL DANZA
MES DE GESTIÓN: ABRIL / BOLETA N° 187
MODALIDAD: PRESENCIAL
MEDIOS DE VERIFICACIÓN: DIGITAL
PROGRAMA: FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
02-04-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°1 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 21 alumnos. Las alumnas trabajaron la fuerza de pies y piernas. Sentadas en sus colchonetas, realizaron ejercicios de firmeza y coordinación de pies, indicando diferencia entre flex y punta de pies. Se trabajó la postura correcta del torso en posición sentada con piernas estiradas y flectadas, con pies en punta y en flex. Con la ayuda de bloques de goma desarrollaron ejercicios de fuerza utilizando sólo su peso corporal. En posición de pie se trabajó el equilibrio en un pie, alternando derecha e izquierda. Ejercicios de brazos, repasando la primera, segunda y tercera posición de brazos. Finalizaron su clase con una reverencia bailada. Control de Asistencia. Formación para conteo y salida de clases. Los materiales que se utilizaron en clase fueron bloques de goma, espejo, colchonetas, parlante, música de acuerdo a las actividades.- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°1 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 13 alumnos. Como objetivo de clase trabajan la musculatura del tronco para una correcta postura por medio de ejercicios de tonicidad muscular abdominal y dorsal apoyados en el uso de bloques de goma. Ejercicios técnicos de demi plié, relevé, controlando la postura de la espalda.
05-04-2024	<ul style="list-style-type: none">- Celebración día del deporte, por medio de actividades grupales, participación por alianzas. Las actividades fueron coordinadas por el equipo del departamento de Deportes y Recreación.- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°2 con la Escuela Municipal Formativa. Las actividades tuvieron una participación de 22 alumnos.

	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°2 con la Escuela Municipal Formativa. 7 alumnos del nivel Infantil participaron de las actividades del día del deporte. - Antes de la conformación de Alianzas se realizó un ensayo con alumnos del nivel infantil y juvenil, a modo de preparación para la participación de la celebración del Día internacional de la danza organizada por la Ilustre Municipalidad de Bulnes, actividad en la que nuestra escuela fue invitada. - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Juvenil n°1 con la Escuela Municipal Formativa. 5 alumnos del Nivel participaron de las actividades por el día del deporte.
06-04-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Se desarrolla la primera reunión formal de la escuela con los apoderados de los alumnos inscritos hasta el 31 de marzo. Se menciona en la reunión las normas de la clase: Puntualidad, Asistencia a clases y a reuniones, respeto en clase con sus pares y profesor, entre otros temas. La reunión se realiza 30 minutos antes del horario de ingreso a clases. - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°3 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 16 alumnos. Como objetivo se trabajó Desarrollar clase técnica enfocada en demi plié. Realizaron un Ensayo de presentación en Bulnes con motivo de la celebración del Día internacional de la danza. Las alumnas trabajaron frente a las sillas, demi plié de primera posición. Battement tendus adelante y al lado. relevé en primera posición. repitieron los ejercicios en posición paralela. ejercicios en el centro. saltos con control de plié, equilibrio. Ensayo para la presentación del día de la danza. - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Juvenil n°2 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 5 alumnos. Durante el entrenamiento se realiza un ensayo coreográfico completo, afinando detalles para su correcta presentación. - Por la tarde se realiza acompañamiento de alumnos seleccionados a la presentación por la celebración del Día Internacional de la Danza, realizado en Bulnes.
09-04-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°3 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 19 alumnos. Las alumnas continúan trabajando su fuerza y coordinación de pies y piernas. Sentadas en sus colchonetas, realizaron ejercicios de firmeza y coordinación de pies, indicando diferencia entre flex y punta de pies. Se trabajó la postura del tronco en posición sentada con piernas estiradas y flectadas, con pies en punta y en flex. Se enseña ejercicio cantado para trabajar la coordinación de los pies. con la ayuda de bloques de goma desarrollaron ejercicios de fuerza utilizando su peso corporal. En posición de pie. Trabajaron el equilibrio en un pie, alternando derecha

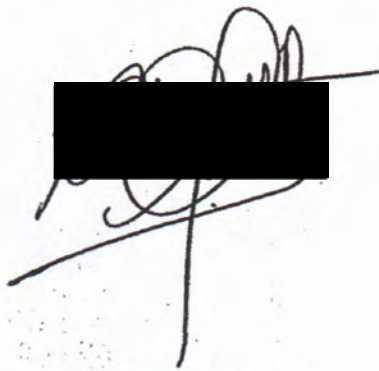
	<p>e izquierda. Realizaron Ejercicios de brazos, repasando la primera, segunda y tercera posición de brazos. utilizaron bloques de goma, espejo, colchonetas, como material de apoyo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°4 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos. Como objetivo de clase trabajaron el fortalecimiento de tobillos para realzar su relevé. Ejercicios técnicos en posición sentada, demi plié con ímpetu en la fuerza del pie, elevando los talones del piso en pos. paralela y primera. battement tendus lentos, battement derriére. En el centro demi pliés y relevé en primera posición. port des bras. sautes simples a primera posición
12-04-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°4 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 17 alumnos. comenzaron su clase con Calentamiento, por medio de una dinámica en grupo, realizada de sentadas frente al espejo activan el cuerpo por segmentos, desde la cabeza hasta los pies. Sentadas en sus colchonetas, realizan ejercicios de firmeza y coordinación de pies, indicando diferencia entre flex y punta de pies. Se trabaja la postura en posición sentada con piernas estiradas y flectadas, con pies en punta y en flex. Se enseña ejercicio cantado para trabajar la coordinación de los pies. con la ayuda de bloques de goma desarrollan ejercicios de fuerza utilizando sólo su peso corporal. en posición de pie. Trabajo de equilibrio en un pie, alternando derecha e izquierda. Ejercicios de brazos, repasando la primera, segunda y tercera posición de brazos. Finalizaron con una Reverencia bailada. Control de Asistencia. Formación para conteo y salida de clases. y utilizaron bloques de goma, espejo, colchonetas, como material de apoyo. - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Juvenil n°3 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 6 alumnos. El trabajo consistió en desarrollar elasticidad que permita realizar split frontal con ambas piernas. Ejercicios realizados con apoyo en bloques de goma, con el fin de profundizar el trabajo muscular. stretching de piernas para lograr split frontal
13-04-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°5 con la Escuela Municipal Formativa. - Se realizó entrenamiento con una asistencia de 13 alumnos, Como objetivo de clase trabajaron el fortalecimiento de tobillos para realzar su relevé. Ejercicios técnicos en posición sentada, demi plié con ímpetu en la fuerza del pie, elevando los talones del piso en pos. paralela y primera. battement tendus lentos, battement derriére. En el centro demi pliés y relevé en primera posición. port des bras. sautes simples a primera posición - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Juvenil n°4 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 6 alumnos. Los alumnos, trabajaron ejercicios técnicos clásicos de demi plié en primera, segunda y tercera posición.

	<p>Ejercicios de técnica de piso enfocados en el demi plié, desarrollo de fuerza de tobillos, firmeza de torso. De pie, demi plié y grand plié en primera, segunda y tercera posición. battement tendu en croix. equilibrio en una pierna sobre el bloque de goma. relevés en primera, segunda y tercera posición de pies. Centro de pequeños saltos.</p>
<p>16-04-2024</p>	<p>Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°5 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 20 alumnos. Las alumnas trabajaron como objetivo diferenciar una posición abierta de una cerrada de pies (sexta y primera posiciones) Trabajan sentadas movilizandando la musculatura gruesa que participa de la rotación del fémur para realizar la primera posición de piernas. Ejercicios de flexión de rodillas en posición paralela y primera. puntas y flexión de pies. port des bras, primera. segunda y tercera posiciones. Luego en posición de pie realizaron saltos en posición paralela, con trabajo de musicalidad y coordinación básica.</p> <p>Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°6 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 12 alumnos. Trabajan en clase la incorporación al lenguaje técnico de tombé pas de bourrée deslizado. Ejercicios técnicos en posición sentada, demi plié con ímpetu en la fuerza del pie, elevando los talones del piso en pos. paralela y primera. battement tendus lentos, battement derrière. En el centro tombé pas de bourrée a segunda posición deslizado, práctica lenta y luego por la diagonal. demi pliés y relevé en primera posición. port des bras. sautes simples a primera posición</p>
<p>19-04-2024</p>	<p>Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°6 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 17 alumnos. Las alumnas trabajaron como objetivo diferenciar una posición abierta de una cerrada de pies (sexta y primera posiciones) Trabajan sentadas movilizandando la musculatura gruesa que participa de la rotación del fémur para realizar la primera posición de piernas. Ejercicios de flexión de rodillas en posición paralela y primera. puntas y flexión de pies. port des bras, primera. segunda y tercera posiciones. Luego en posición de pie realizaron saltos en posición paralela, con trabajo de musicalidad y coordinación básica.</p> <p>Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Juvenil n°5 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 5 alumnos. El objetivo trabajado fue desarrollar elasticidad que permita realizar split lateral. Ejercicios realizados con apoyo en bloques de goma, con el fin de profundizar el trabajo muscular y su elasticidad. stretching de piernas para lograr split lateral</p>

<p>20-04-2024</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°7 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 14 alumnos. Las alumnas trabajan como objetivo aumentar el grado de dificultad en los pasos aprendidos Incorporando al lenguaje de tombé pas de bourrée subiendo a passé. Ejercicios técnicos en posición sentada, demi plié con ímpetu en la fuerza del pie, elevando los talones del piso en pos. paralela y primera. battement tendus lentos, battement derrière. En el centro tombé pas de bourrée a segunda posición deslizado, práctica subiendo a passé hacia el costado. y luego por la diagonal, tombé pas de bourrée deslizado con port des bras. demi pliés y relevé en primera posición. port des bras. sautes simples a primera posición - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Juvenil n°6 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 5 alumnos. Los alumnos, trabajarán el demi plié en primera, segunda, tercera posición y cuarta posición. Ejercicios de técnica de piso enfocados en el demi plié, desarrollo de fuerza de tobillos, firmeza de torso y agilidad. De pie, demi plié y grand plié en primera, segunda y tercera posición. battement tendu en croix. battement jete en croix. equilibrio en una pierna sobre el bloque de goma. rond des jambe par terre. - relevés en primera, segunda, tercera, cuarta posición. Centro de pequeños saltos y preparación de batidos de piernas.
<p>23-04-2024</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°7 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 13 alumnos. Las alumnas trabajaron la coordinación simple en variaciones de sus ejercicios de centro y de saltos, incorporando el chassé al lado a su lenguaje corporal. Trabajando sentadas, con apoyo de los bloques realizaron ejercicios de flexión de rodillas en posición paralela y luego de pie, lo ejecutaron en dehors a primera pos. de pies. battements tendus adelante, con dificultad de elevación de pierna alternada sobre bloque de goma. en el centro comienzan con chasse al lado, realizando secuencia en 4 tps. para realizar una incorporación lenta del nuevo paso. port des bras en el centro, mezclado con demi plié a primera y battement tendus a la seconde. Pequeños saltos en coordinación con aplausos en 8 tiempos. - Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°8 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 9 alumnos. Las alumnas trabajan como objetivo aumentar el grado de dificultad en los pasos aprendidos Incorporando al lenguaje de tombé pas de bourrée subiendo a passé. Ejercicios técnicos en posición sentada, demi plié con ímpetu en la fuerza del pie, elevando los talones del piso en pos. paralela y primera. battement tendus lentos, battement derrière. En el centro tombé pas de bourrée a segunda posición deslizado, práctica subiendo a passé hacia el costado. y luego por la diagonal, tombé pas de bourrée deslizado con port des bras. demi pliés y relevé en primera posición. port des bras. sautes simples a primera posición

<p>26-04-2024</p>	<p>- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°8 con la Escuela Municipal Formativa. Las alumnas trabajaron la coordinación simple en variaciones de sus ejercicios de centro y de saltos, incorporando el chassé al lado a su lenguaje corporal. Trabajando sentadas, con apoyo de los bloques realizaron ejercicios de flexión de rodillas en posición paralela y luego de pie, lo ejecutaron en dehors a primera pos. de pies. battements tendus adelante, con dificultad de elevación de pierna alternada sobre bloque de goma. en el centro comienzan con chassé al lado, realizando secuencia en 4 tps. para realizar una incorporación lenta del nuevo paso. port des bras en el centro, mezclado con demi plié a primera y battement tendus a la seconde. Pequeños saltos en coordinación con aplausos en 8 tiempos.</p> <p>- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Juvenil n°7 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de XX alumnos. Desarrollaron ejercicios de elasticidad que permita realizar split lateral y frontal. Ejercicios realizados con apoyo en bloques de goma, con el fin de profundizar el trabajo muscular y su elasticidad. stretching de piernas para lograr split lateral</p>
<p>27-04-2024</p>	<p>- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°9 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de XX alumnos. Las alumnas trabajan como objetivo aumentar el grado de dificultad en los pasos aprendidos Incorporando al lenguaje de tombé pas de bourrée subiendo a passé. Ejercicios técnicos en posición sentada, demi plié con ímpetu en la fuerza del pie, elevando los talones del piso en pos. paralela y primera. battement tendus lentos, battement derriére. En el centro tombé pas de bourrée a segunda posición deslizado, práctica subiendo a passé hacia el costado. y luego por la diagonal, tombé pas de bourrée deslizado con port des bras. demi pliés y relevé en primera posición. port des bras. sautes simples a primera posición</p> <p>- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Juvenil n°8 con la Escuela Municipal Formativa. Desarrollar agilidad en el movimiento mediante variaciones de pasos técnicos. Ejercicios de técnica de piso enfocados en el demi plié, desarrollo de fuerza de tobillos, firmeza de torso y agilidad. De pie, demi plié y grand plié en primera, segunda y tercera posición. battement tendu en croix. battement jete en croix. equilibrio en una pierna sobre el bloque de goma. rond des jambe par terre. Relevés en primera, segunda, cuarta y quinta posición de pies.. Centro de pequeños saltos, en primera, segunda y quinta posición. preparación para saltos batidos de piernas..</p>

30-04-2024	<ul style="list-style-type: none">- Se realiza una clase abierta a la comunidad escolar para niños y niñas desde los 7 años de edad. en la que se trabajan conceptos básicos de la danza, la postura corporal, posiciones del ballet de pies y brazos. La clase se desarrolla como motivo del Día Internacional de la Danza.- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Pre ballet n°9 con la Escuela Municipal Formativa.- Realización de sesión de entrenamiento Danza Nivel Infantil n°10 con la Escuela Municipal Formativa.
------------	---



CATHERINE LILLO PARRA
PROFESORA/A ESCUELA MUNICIPAL DE DANZA Y
BALLET / FORMATIVO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



RODRIGO PÉREZ PÉREZ
ENCARGADO OF. DEPORTES Y RECREACIÓN
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



NATALIA AEDO CONCHA
DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN

QUILLÓN, 02 de Mayo 2024