



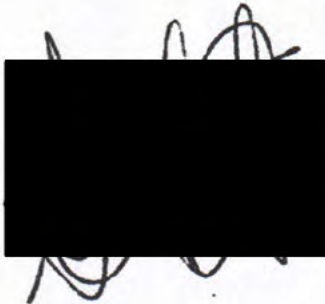
INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: SOFIA CRISTINA ARANEDA VEGA
CARGO: PROFESORA ESCUELA MUNICIPAL GIMNASIA AERÓBICA
MES DE GESTIÓN: AGOSTO/BOLETA 36
MODALIDAD: PRESENCIAL
MEDIOS DE VERIFICACIÓN: DIGITAL
PROGRAMA: FORMATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024


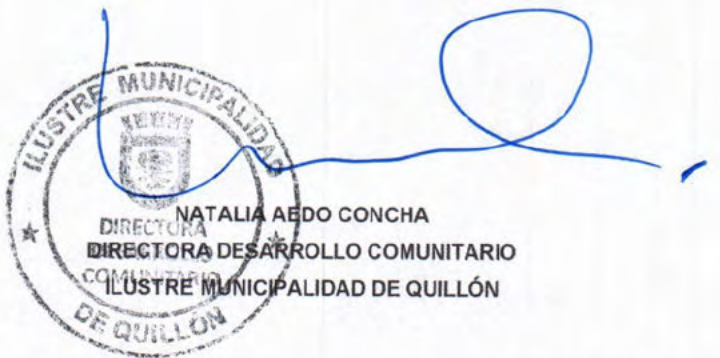
ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
03-08-2024	SESIÓN SUSPENDIDA ES CAMBIADA PARA EL DÍA MIÉRCOLES 14 DE AGOSTO.
08-08-2024	Realización de sesión de entrenamiento GIMNASIA AERÓBICA n°1 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 9 alumnos
10-08-2024	Realización de sesión de entrenamiento GIMNASIA AERÓBICA n°2 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 20 alumnos Trabajan con pasos básicos de la gimnasia aeróbica corrigiendo movimientos. Conocen elementos de dificultad. (tuc y escuadra) Trabajan pequeña coreografía con pasos básicos aprendidos (3) Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado. Conocerán términos y pasos básicos del código de gimnasia aeróbica. Realizarán movimientos con la postura adecuada
14-08-2024	Realización de sesión de entrenamiento GIMNASIA AERÓBICA n°3 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 20 alumnos PRESENTACION DE GIMNASIA AERÓBICA COLEGIO CUMBRES DEL VALLE DE QUILLÓN.
15-08-2024	Realización de sesión de entrenamiento GIMNASIA AERÓBICA n°4 con la Escuela Municipal Formativa. FERIADO

17-08-2024	<p>Realización de sesión de entrenamiento GIMNASIA AERÓBICA n°5 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 18 alumnos.</p> <p>Calentamiento dirigido Elongación</p> <p>Trabajan con pasos básicos de la gimnasia aeróbica corrigiendo movimientos (asistencia de alumnos nuevos). Trabajan elementos de dificultad (escuadra y flexión de brazos) Ensayan coreografía inédita y trabajan nivel 1</p> <p>Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.</p> <p>Realizarán movimientos con la postura adecuada. Trabajo de memoria coreográfica.</p>
22-08-2024	<p>Realización de sesión de entrenamiento GIMNASIA AERÓBICA n°6 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 17 alumnos.</p> <p>Calentamiento con bale. Elongan</p> <p>Trabajan con pasos básicos de la gimnasia aeróbica corrigiendo movimientos (alumnos nuevos). Trabajan elementos de dificultad escuadra y tuc. Continúan avanzando en aprender nivel 1.</p> <p>Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.</p> <p>Ocuparán el espacio para realizar movimientos de gimnasia aprendidos. Trabajo de memoria coreográfica.</p> <p>Parlante, música adecuada, espejo, colchoneta.</p>
29-08-2024	<p>Realización de sesión de entrenamiento GIMNASIA AERÓBICA n°7 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 16 alumnos.</p> <p>Calentamiento con circuito. Elongan</p> <p>Trabajan con pasos básicos de la gimnasia aeróbica corrigiendo movimientos (alumnos nuevos). Conocen elementos de dificultad. (wenson). Terminan de aprender nivel 1.</p> <p>Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.</p> <p>Conocerán y trabajarán coreografía inédita. Trabajan memoria coreográfica.</p>


31-08-2024	<p>Realización de sesión de entrenamiento GIMNASIA AERÓBICA n°8 con la Escuela Municipal Formativa. Se realizó entrenamiento con una asistencia de 16 alumnos.</p> <p>Calentamiento dirigido, Elongación.</p> <p>Trabajan con pasos básicos de la gimnasia aeróbica corrigiendo movimientos. Continúan trabajando con coreografía inédita. Trabajan con nivel 1</p> <p>Realizan trabajo de estiramiento y relajación. Comentan sobre el trabajo realizado.</p> <p>Trabajaran coreografía inédita. Trabajan memoria coreográfica.</p>
------------	--



SOFÍA CRISTINA ARANEDA VEGA
PROFESORA/A ESCUELA MUNICIPAL GIMNASIA
AEROBICA / FORMATIVO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



NATALIA AEDO CONCHA
DIRECTORA
DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN

VB° 

QUILLÓN, 02 de septiembre de 2024