



Informe Mensual De Gestión

Nombre Completo: Carlos Calderón Valderrama
Cargo: Profesor/A Escuela Municipal De Canotaje
Mes De Gestión: diciembre / Boleta N°257
Modalidad: Presencial
Medios De Verificación: Digital
Programa: Formativo / Plan Deportes Y Recreación 2024

Actividades Mensuales Realizadas	
Fecha	Actividades /Objetivos.
02-12	Objetivo <ol style="list-style-type: none">1. Desarrollo Del Periodo De Transición En Deportistas De Las Categorías Menores E Infantiles.2. Desarrollo De La Velocidad De Salida En Deportistas Cadete Y Junior.3. Trabajos De Flexibilidad De Tren Superior E Inferior, Ejercicios De Descompresión De Hombros.
04-12	Objetivo <ol style="list-style-type: none">4. Desarrollo Del Periodo De Transición En Deportistas De Las Categorías Menores E Infantiles.5. Desarrollo De La Velocidad De Salida En Deportistas Cadete Y Junior.6. Trabajos De Flexibilidad De Tren Superior E Inferior, Ejercicios De Descompresión De Hombros.
06-12	Objetivo <ol style="list-style-type: none">1. Preparación Del Material Deportivo Para El Campeonato Nacional.2. Trabajos De Transición De Botes Escuela A Bote Olímpico.3. Análisis De Las Carreras De Los Deportistas4. Reunión Técnica Nacional
09-12	Objetivo <ol style="list-style-type: none">1. Inicio Del Periodo De Transición En Todos Los Deportistas De Todas Las Categorías.2. Desarrollo De Actividades Complementarias - Nado-3. Combinación En Botes De Equipo.

11-12	<p>Objetivo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajos De Maniobras De Técnica En Gimnasio, Orientado A La Aplicación Del Gesto Deportivo – Canoa Olímpica. 2. Desarrollo De Paleo Genérico Continuo Constante En Botes De Equipo Mixto 3. Trabajos De Estabilidad En Canoa Olímpica En Deportistas En Transición
13.-12	<p>Objetivo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajo Aeróbico Continuo Constata En Cerro Huachipato. 2. Actividades Complementarias – Nado- 3. Desarrollo De La Fuerza En Su Fase De Mantención 4. Trabajos Continuo Constante En Botes K1 Y C1
18-11	<p>Objetivo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fortalecimiento muscular en parque de calistenia. 2. Trabajo de resistencia de media duración por medio de un paleo cc en botes de equipo. 3. Actividades genéricas en deportistas iniciantes – travesía náutica
16-12	<p>Objetivo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fortalecimiento muscular en parque de calistenia. 2. Trabajo de resistencia de media duración por medio de un paleo cc en botes de equipo. 3. Actividades genéricas en deportistas iniciantes – travesía náutica
18-12	<p>Objetivo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Trabajos continuos constante n bote de equipo k2 – c2 – k4 2. Desarrollo de las maniobras de técnica en canoa olímpica. 3. Desarrollo del repaleo en deportistas iniciantes a la canoa.
20-12	<p>Objetivo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Travesía náutica general. 2. Análisis foda del periodo deportivo 2024 3. Análisis y metas para el periodo deportivo
12-12	<p>Objetivo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer y aplicar conceptos básicos del Canotaje Al Ciclo Escolar Del 3 Básico De La Escuela Héroes Del Itata.

	2. Conocer Y Aplicar Normas Básicas De Seguridad
16-12	Objetivo - Actividad Extraprogramática - Participación De Los Establecimiento Educativos.



CARLOS CALDERÓN VALDERRAMA
PROFESOR/A ESCUELA MUNICIPAL DE CANOTAJE /
FORMATIVO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



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



WILHELMO SAavedra
DIRECTOR DESARROLLO COMUNITARIO
DIRECTOR DESARROLLO COMUNITARIO
ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN

QUILLÓN, DICIEMBRE 2024