



INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: ANGELICA PAMELA MUÑOZ ORELLANA
CARGO: PROFESOR/A TALLER RECREATIVO "DISFRUTANDO LA VIDA"
MES DE GESTIÓN: JULIO/ BOLETA N°105
MODALIDAD: PRESENCIAL
MEDIOS DE VERIFICACION: DIGITAL
PROGRAMA: RECREATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
02-07-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°1 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- Se realizó sesión con una asistencia de 20 alumnos.- Se realizaron juegos de reacción, además de trabajo por estaciones de ejercicios para fortalecer músculos y movilizar articulaciones para mantenerse activo y prevenir caídas.- Se finaliza con estiramientos y ejercicios de respiración y relajación.
04-07-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°2 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- Realizan juegos en equipo y ejercicios de equilibrio y coordinación óculo manual .- Asistencia de 16 usuarios.
09-07-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°3 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- Se realizan distintos juegos de atención y reacción en equipo para generar calor, además de ejercicios de movilidad articular y fortalecimiento muscular en general.- Asistencia de 19 usuarios
11-07-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°4 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- Se realizó clase en silla con el objetivo de fortalecer el tren inferior enfocado al alivio de dolores articulares.- Asistencia de 15 usuarios.
16-07-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°5 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- FERIADO Día de la Virgen del Carmen.
19-07-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°6 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- La clase del día jueves 18 /07 se realiza el día viernes 19/07 a las 09:30 hrs en la piscina temperada de Monterreal.

	<ul style="list-style-type: none"> - Con una asistencia de solo 3 participantes, ya que algunos justificaron su inasistencia por distintos motivos como heridas, resfríos, horario, etc.
23-07-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°7 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida" - Se realizan ejercicios cognitivos y motricidad fina en sala de club de tenis, ya que el polideportivo se encuentra ocupado por ceremonia de entrega de computadores. - Con una asistencia de 18 participantes y 2 nuevas incorporaciones.
25-07-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Clase n°8 se realizó con una asistencia de 11 participantes, en la sede del club de tenis, ya que el polideportivo estaba ocupado con los preparativos para una actividad de ballet. - Se practicó el trabajo en equipo con juegos de agilidad mental y habilidad óculo-manual (armar palabras y números, lanzar pelota de pinpon a bandeja de huevo, entre otros).
30-07-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Clase n°9 del grupo "Disfrutando la vida" se realizó con la asistencia de 18 usuarios. - Se realizaron ejercicios y actividades con el objetivo de reforzar la coordinación óculo manual, atención, reacción y equilibrio.



ANGELICA PAMELA MUÑOZ ORELLANA
 PROFESORA/A TALLER RECREATIVO ADULTO MAYOR
 ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



[Handwritten signature]

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



[Handwritten signature]

NATALIA AEDO CONCHA
 DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO
 ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN

QUILLÓN, 01 de AGOSTO 2024