



INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

NOMBRE COMPLETO: ANGELICA PAMELA MUÑOZ ORELLANA
CARGO: PROFESOR/A TALLER RECREATIVO "DISFRUTANDO LA VIDA"
MES DE GESTIÓN: JUNIO/ BOLETA N°104
MODALIDAD: PRESENCIAL
MEDIOS DE VERIFICACION: DIGITAL
PROGRAMA: RECREATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
04-06-2024	<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 18 alumnos.- Se realizaron juegos de reacción y cambio de velocidad, además de trabajo por estaciones de ejercicios para fortalecer músculos y articulaciones para mantenerse activo y prevenir caídas. Se finaliza con estiramientos de los músculos utilizados.
06-06-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°2 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- Se realizó sesión con una asistencia de 7 alumnos. La clase se realizó en la sala del club de tenis ya que el polideportivo se encontraba ocupado. Se realizó juego de cartas y dominó acompañado de un té y galletas.
11-06-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°3 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- Se realizó sesión con una asistencia de 8 alumnos. Se realizó ejercicio físico específico para la prevención de caídas, movimientos articulares y actividad de atención y reacción.
13-06-2024	<ul style="list-style-type: none">- Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°4 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida"- Se suspende clase por frente de mal tiempo y se les deja tarea en casa (sopa de letras).

18-06-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°5 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida" - Se realizó sesión con una asistencia de 4 personas, con practica de equilibrio, coordinación y resistencia aeróbica.
20-06-2024	- FERIADO Día de los Pueblos Originarios.
25-06-2024	<ul style="list-style-type: none"> - Realización de sesión de Gimnasia para personas mayores n°7 con el Taller Recreativo "Disfrutando la vida" - Se realizó sesión con una asistencia de 17 participantes, ejercitando y reforzando coordinación óculo manual.
27-06-2024	- Clase n°8 se realizó con una asistencia de 17 participantes, ejercitando equilibrio y coordinación óculo manual y óculo pedal de forma recreativa y en equipo.



ANGELICA PAMELA MUÑOZ ORELLANA
 PROFESORA/A TALLER RECREATIVO ADULTO MAYOR
 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, 01 de JULIO 2024