



### INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

**NOMBRE COMPLETO:** VALENTINA IGNACIA ASCENCIO BURBOA  
**CARGO:** PROFESORA/A TALLER RECREATIVO G A P  
**MES DE GESTIÓN:** MAYO / BOLETA N°155  
**MODALIDAD:** PRESENCIAL  
**MEDIOS DE VERIFICACION:** DIGITAL  
**PROGRAMA:** RECREATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
06-05-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de sesión de GAP n°1 con el Taller Recreativo</li><li>- Clase realizada dentro del polideportivo, iniciando con movilidad articular y aumentando la frecuencia cardiaca.</li><li>- Se realizan ejercicios de 30x15 (abdomen, glúteos y piernas) se realizan pausas de 2 min.</li></ul> <p>Finalizamos estirando los músculos involucrados en la sesión recalcando la importancia de esta parte de la clase.</p> <p>Se pasa asistencia</p>
08-05-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de sesión de GAP n°2 con el Taller Recreativo</li><li>- Clase realizada dentro del polideportivo, iniciando con movilidad articular y aumentando la frecuencia cardiaca.</li><li>- Se realizan ejercicios de 30x15 (abdomen, glúteos y piernas) se realizan pausas de 2 min.</li></ul> <p>Finalizamos estirando los músculos involucrados dando el nombre del musculo que esta "estirando" y la importancia que tiene</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Se pasa asistencia</li></ul>
13-05-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de sesión de GAP n°3 con el Taller Recreativo</li><li>- Clase realizada dentro del polideportivo, iniciando con movilidad articular y aumentando la frecuencia cardiaca.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se realizan ejercicios de 30x15 (abdomen, glúteos y piernas) se realizan pausas de 2 min.</li> </ul> <p>Finalizamos estirando los músculos involucrados en la sesión recalcando la importancia de esta parte de la clase.</p> <p>-Se pasa asistencia</p>
15-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de sesión de GAP n°4 con el Taller Recreativo</li> <li>- Clase realizada dentro del polideportivo, iniciando con movilidad articular y aumentando la frecuencia cardiaca.</li> <li>- Se realizan ejercicios de 30x15 (abdomen, glúteos y piernas) se realizan pausas de 2 min.</li> </ul> <p>Finalizamos estirando los músculos involucrados dando el nombre del musculo que esta "estirando" y la importancia que tiene</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se pasa asistencia</li> </ul>
20-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de sesión de GAP n°5 con el Taller Recreativo</li> <li>- Clase realizada dentro del polideportivo, iniciando con movilidad articular y aumentando la frecuencia cardiaca.</li> <li>- Se realizan ejercicios de 30x15 (abdomen, glúteos y piernas) se realizan pausas de 2 min.</li> </ul> <p>Finalizamos estirando los músculos involucrados en la sesión recalcando la importancia de esta parte de la clase.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se pasa asistencia</li> </ul>
22-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de sesión de GAP n°6 con el Taller Recreativo</li> <li>- Clase realizada dentro del polideportivo, iniciando con movilidad articular y aumentando la frecuencia cardiaca.</li> <li>- Se realizan ejercicios de 30x15 (abdomen, glúteos y piernas) se realizan pausas de 2 min.</li> </ul> <p>Finalizamos estirando los músculos involucrados en la sesión recalcando la importancia de esta parte de la clase.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se pasa asistencia</li> </ul>
27-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de sesión de GAP n°7 con el Taller Recreativo</li> <li>- Clase realizada dentro del polideportivo, iniciando con movilidad articular y aumentando la frecuencia cardiaca.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se realizan ejercicios por estaciones de 30x10 (abdomen, glúteos y piernas) se realizan pausas de 3 min.</li> </ul> <p>Finalizamos estirando los músculos involucrados dando el nombre del musculo que esta "estirando" y la importancia que tiene esta parte de la clase</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se pasa asistencia</li> </ul>
29-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de sesión de GAP n°8 con el Taller Recreativo</li> <li>-</li> </ul>



**VALENTINA IGNACIA ASCENCIO BURBOA**  
**PROFESORA/A TALLER RECREATIVO G A P /**  
**RECREATIVO**  
**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, 03 de junio 2024*



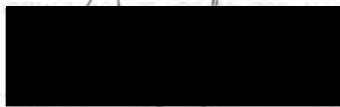


### INFORME MENSUAL DE GESTIÓN

**NOMBRE COMPLETO:** VALENTINA ASCENCIO BURBOA  
**CARGO:** PROFESOR/A TALLER RECREATIVO ZUMBA  
**MES DE GESTIÓN:** MAYO / BOLETA N°155  
**MODALIDAD:** PRESENCIAL  
**MEDIOS DE VERIFICACION:** DIGITAL  
**PROGRAMA:** RECREATIVO / PLAN DEPORTES Y RECREACIÓN 2024

ACTIVIDADES REALIZADAS	
FECHA	ACTIVIDADES
06-05-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de la sesión de Zumba n°7 con el taller recreativo</li><li>- Se realizo con una asistencia de – alumnos</li><li>- La clase se realiza dentro del polideportivo, iniciando con la bienvenida y el calentamiento. Se realizan diferentes ritmos musicales enfocados en la coordinación</li><li>- Se finaliza la clase con una vuelta a la calma, estirando todos los músculos involucrados y se pasa la lista</li></ul>
08-05-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de la sesión de Zumba n°8 con el taller recreativo</li><li>- La clase se realizó dentro del polideportivo iniciando con el calentamiento, se realizan distintos ritmos musicales enfocados en el ritmo y pulso musical.</li><li>- Finalizando , se realiza un estiramiento de todos los músculos involucrados, y se pasa asistencia</li></ul>
13-05-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de la sesión de Zumba n°9 con el taller recreativo</li><li>- La clase se realiza dentro del polideportivo, iniciando con la bienvenida y el calentamiento. Se realizan diferentes ritmos musicales enfocados en tonificar y fortalecer las musculatura,</li><li>- Al finalizar se realiza un estiramiento general, y se pasa asistencia</li></ul>
15-05-2024	<ul style="list-style-type: none"><li>- Realización de la sesión de Zumba n°10 con el taller recreativo</li><li>- La clase se realizó fuera del polideportivo, iniciando con el calentamiento. Se realizan distintos ritmos musicales como merengue, salsa, reguetón</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Al finalizar, se estiran todos los músculos involucrados y se pasa asistencia</li> </ul>
20-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de la sesión de Zumba n°11 con el taller recreativo</li> <li>- La clase se realizó dentro del polideportivo iniciando con el calentamiento, se realizan distintos ritmos musicales donde las alumnas puedan expresarse a través del canto, sonrisas y gritos</li> <li>- Al finalizar, se estiran todos los músculos involucrados y se pasa asistencia</li> </ul>
22-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Clase suspendida por actividad extraprogramática en el recinto</li> </ul>
27-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Se realiza la sesión de zumba n°12 con el taller recreativo</li> <li>- Se realizo la clase con una asistencia de – alumnas</li> <li>- La clase se realiza dentro del polideportivo, iniciando con una bienvenida. Se ejecutan diferentes ritmos musicales conociendo otras culturas.</li> <li>- Al finalizar, se realiza un estiramiento de los músculos, y se pasa asistencia</li> </ul>
29-05-2024	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realización de la sesión de Zumba n°13 con el taller recreativo</li> </ul>



VALENTINA ASCENCIO BURBOA  
 PROFESORA/A TALLER RECREATIVO ZUMBA  
 ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



NATALIA AEDO CONCHA  
 DIRECTORA DESARROLLO COMUNITARIO  
 ILUSTRE MUNICIPALIDAD DE QUILLÓN



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



QUILLÓN, 03 de junio 2024