

**INFORME MENSUAL DE ACCIONES DE PERSONAL A  
HONORARIOS.**

**1. ANTECEDENTES**

<b>FECHA</b>	30/04/2024
<b>NOMBRE</b>	David Francisco Cisterna Descovic
<b>RUT</b>	/
<b>UNIDAD O DEPARTAMENTO DE DESEMPEÑO</b>	EDUCACIÓN FÍSICO
<b>NOMBRE DEL PROYECTO Y/O FUNCION QUE DESEMPEÑA</b>	ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y DEPORTIVO

**1.1. FUNCIONES ESTABLECIDAS EN EL CONTRATO.**

**Las funciones por desarrollar en virtud del presente contrato serán las siguientes:**

ACCIONES, OBJETIVOS, METAS U OTRO INDICADOR QUE SE DEBE CUMPLIR EN EL PERIODO DE **DURACION TOTAL DEL CONTRATO.**

Promover la actividad física en los estudiantes, fomentando las habilidades motrices, responsabilidad personal y social y una vida activa y saludable, aspectos fundamentales en el desarrollo y crecimiento personal.

**PERIODO QUE CUBRE EL INFORME MENSUAL**

<b>DESDE: 01/04/2024</b>	<b>HASTA :</b>
<b>DÍA - MES - AÑO</b>	30/04/2024
(Primer día del mes)	<b>DÍA - MES - AÑO</b>
	(Último día del mes)

Departamento de Educación



## 2. INFORME DE AVANCE MENSUAL

**Durante el presente mes se desarrollaron las siguientes actividades:**

Actividades realizadas en el presente mes para cumplir con el objetivo final del contrato, estas deben anexar evidencia que respalde este objetivo como una bitácora o planificación, diaria o semanal, sobre las actividades realizadas.

**SI NO SE INCLUYEN EVIDENCIAS O PLANIFICACIÓN, SU BOLETA PUEDE SER RECHAZADA.**

### TALLER VOLEIBOL

- 1) Iniciación a la disciplina, aspectos generales, vestuario, indumentaria oficial, horarios y compromisos.
- 2) Activación:
  - a. 1 Secuencia de ejercicio cardiovasculares que apuntan al calentamiento previo al ejercicio
  - b. 1 Secuencia de ejercicios de coordinación, orientado a desarrollar habilidades individuales del trabajo psicomotor, fundamental para el dominio del cuerpo.
- 3) Estiramiento: Ejercicios de estiramiento para favorecer la elasticidad del cuerpo, a la vez reducir la tensión muscular, articulaciones y tendones.
- 4) Trabajo con implemento: Específico de la disciplina.
  - a. Técnica del Golpe alto en la disciplina del voleibol
  - b. Técnica del Golpe bajo en la disciplina del voleibol
- 5) Estiramiento: Estiramiento de finalización, cuyo objetivo es favorecer la oxigenación a los músculos y evitar dolores posteriores a la actividad física.

Departamento de Educ



**3. DIFICULTADES PARA EL LOGRO DE LAS ACCIONES DESARROLLADAS**

Falta implemento para el taller de Voleibol, balones insuficientes por la cantidad de inscritos en el taller.

**4. OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS**

Adquirir el implemento necesario para la disciplina del Voleibol, considerando por lo menos 10 unidades para el taller deportivo.

**5. REVISION CONFORME DEL PRESENTE INFORME**

ABRIL	DAVID CISTERNA DESCOVIC
<b>MES QUE SE INFORMA</b>	

	 LORENA RODRIGUEZ GALLEGUILLOS DIRECTORA LICEO TÉCNICO MARTA BRUNET
<b>CERTIFICACION DE CUMPLIMIENTO</b>	<b>FIRMA Y TIMBRE JEFATURA</b>