

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA DE ENTREGA DE INFORME:

02 OCT 2023

NOMBRE PERSONA CONTRATADA: MACKARENA MATURANA MARISIO

CARGO : MONITORA TALLER DE YOGA PARA NIÑOS Y NIÑAS

DEPENDENCIA : DIDECO UNIDAD : DISCAPACIDAD

Nº DE DECRETO : 1365 FECHA DECRETO : 07 SEPTIEMBRE 2023

MES A CANCELAR : SEPTIEMBRE DE 2023 ID DOC DECRETO : 1738914

BOLETA N° : 20 FECHA BOLETA : 30/09/23

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	Realizar 4 talleres mensuales de yoga para niños y niñas con discapacidad. Apoyar actividades de la oficina de la Discapacidad y de la Dirección de Desarrollo Comunitario, si fuere necesario.
FECHAS	ACTIVIDADES DESARROLLADAS
02/09/2023	BAJA ASISTENCIA. SALUDO INICIAL, SALUDAMOS AL SOL CON UNA CANCIÓN. REALIZAMOS MOVIMIENTOS CORPORALES. ACTIVAMOS EL CUERPO MEDIANTE JUEGOS EN EQUIPOS. SE REALIZA RUTINA CON POSTURAS DE EQUILIBRIO. SE TERMINA SESIÓN, RELAJACIÓN MEDIANTE RESPIRACIONES PROFUNDAS Y UN COMPARTIR. ABRAZO FINAL DE AGRADECIMIENTO.
09/09/2023	DEBIDO AL CLIMA BAJA ASISTENCIA. SALUDO INICIAL SE COMENTAN EMOCIONES QUE TIENEN AL EMPEZAR EL TALLER, ENCENDEMOS VELA DE LOS DESEOS Y RESPIRAMOS PROFUNDO. REALIZAMOS SALUDO AL SOL Y COMENZAMOS A ESTIRAR EL CUERPO CON DIVERSOS MOVIMIENTOS PARA ACTIVAR LAS ARTICULACIONES. LUEGO RELIZAMOS RUTINA ESCOGIENDO POSTURAS MEDIANTE UNA RULETA. FINALIZAMOS CON RESPIRACIONES PROFUNDAS (EN 4 TIEMPOS). COMPARTIR SALUDABLE.
16/09/2023	NO CORRESPONDE SESIÓN.
23/09/2023	SALUDO INICIAL, COMENZAMOS LA SESIÓN CON LA VELA DE LOS DESEOS. SALUDAMOS AL SOL CON UNA CANCIÓN. REALIZAMOS MOVIMIENTOS CORPORALES. ACTIVAMOS EL CUERPO MEDIANTE JUEGOS EN EQUIPOS. SE REALIZA RUTINA CON POSTURAS DE EQUILIBRIO.

	<p>MASAJES CORPORALES EN PAREJA (MADRE E HIJO/A) PARA TERMINAR CON RELAJACIÓN MEDIANTE RESPIRACIONES PROFUNDAS. SE TERMINA LA SESIÓN CON UN COMPARTIR. ABRAZO FINAL DE AGRADECIMIENTO.</p>
30/09/2023	<p>SALUDO INICIAL Y EMOJIS PARA QUE IDENTIFIQUEN EMOCIÓN QUE TIENEN AL EMPEZAR EL TALLER, CONVERSAMOS UN POCO ANTES DE EMPEZAR. NOS SENTAMOS EN UNA POSTURA CÓMODA, ENCENDEMOS VELA DE LOS DESEOS Y RESPIRAMOS PROFUNDO. REALIZAMOS SALUDO AL SOL Y COMENZAMOS A ESTIRAR EL CUERPO CON DIVERSOS MOVIMIENTOS PARA ACTIVAR LAS ARTICULACIONES. LUEGO RELIZAMOS RUTINA ESCOGIENDO POSTURAS MEDIANTE UNA RULETA, SE GIRA LA RULETA, SE REALIZA LA POSTURA, SE MANTIENE POR 5 SEGUNDOS Y SE REPITE. LUEGO HACEMOS LA SECUENCIA DE TODAS LAS POSTURAS TRABAJADAS. FINALIZAMOS CON RESPIRACIONES PROFUNDAS (EN 4 TIEMPOS). COMPARTIR SALUDABLE.</p>


MACKARENA MATURANA
FIRMA TRABAJADOR/A


ALDO MARDONES ALARCÓN
DIRECTOR
DESARROLLO COMUNITARIO


SUSAN ZURITA DOMÍNGUEZ
ENCARGADA OFICINA DE LA
DISCAPACIDAD