

INFORME MENSUAL DE ACTIVIDADES

FECHA ENTREGA INFORME

NOMBRE DEL CONTRATADO (A):

Rodrigo Villagran Yevenes

CARGO :

Monitor del taller de Slackline

DEPENDENCIA :

DIDECO

UNIDAD :

DEPARTAMENTO DE JÓVENES

Nº DECRETO :1391

ID DOC: 1748235

FECHA DECRETO :

14-09-23

DÍAS A RANCIAR

03 - 10 - 17 - 24 de noviembre

BOLETA Nº

5

FECHA BOLETA

30-11-23

FUNCIONES SEGÚN CONTRATO	FECHA	HORA	DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES
Monitor de talleres de Slackline abierto a la comunidad; Apoyar y acompañar en actividades de la Dirección de Desarrollo Comunitario, cuando las necesidades del servicio así lo requieran, insentivar a los participantes del taller a mantener una buena condicion fisica y vida saludable para el cuidado de si mismo	3-11-2023	15:30 - 17:30	Aumento de conocimientos en cuanto a diferentes tipos de cintas que hemos utilizados en clases, ya sea cintas basicas, longline, trickline... recordando siempre la seguridad que se debe tener al momento de entrar en contacto con la cinta para evitar lesiones o golpes no deseados.
	10-11-23	15:30 - 17:30	"Aprendo jugando" incorporando dificultad en cintas, practica de nuevas posturas, tecnicas de subida a la cinta (onedropne - budda - lady - spradell) interaccion mutua entre pares sobre la cinta para mejorar estabilidad y equilibrio (fuerza en brazos y tronco)
	17-11-23	15:30 - 17:30	(Trickline) Clase enfocada en como montar la cinta, seguridad de la misma, aprender a como subirse y mantener la estabilidad sobre de ella. Mantenerse la mayor cantidad de tiempo sobre la cinta rebotando de buttbounce (Trasero), Chessbounce (Abdomen - pecho) para darle mas control al movimiento de la cinta y aprender a guardar energias para no sobreexigirse
	24-11-23	15:30 - 17:30	Aprendizaje en cuanto a nociones sobre la cinta, posturas con altura (budda - lady - doble onedropne - spradell - budda revers), mejorar control a pararse (Feet) sobre la cinta (Trickline) realizacion de giros de 180° - 360° con asistencia para el resguardo de cada uno de los estudiantes (utilizacion de colchones para evitar posible daño o lesiones), explicacion de la salida correctamente (rueda de 90° fs)



RODRIGO VILLAGRAN YEVENES
MONITOR



MAURICIO VERGARA FAÚNDEZ
COORDINADOR OFICINA DE JÓVENES



OLAYA MOSQUERA VILLABLANCA
JEFATURA DIRECTA