

INFORME DE ACTIVIDADES MENSUAL DE PROFESOR DE TALLER
PROGRAMA TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO


Mes	ABRIL
------------	--------------

Nombre	ALE POBLETE CRISTHOFER		
RUT	[REDACTED]	Periodo del Contrato	16/03 - 30/11 2026

ID	Nombre Taller	Horario 1	Horario 2	Lugar de Ejecución	Asistentes
T.1	GIMNASIA ADULTO MAYOR	LUN 10:00-11:00	MIE 10:00-11:00	FLORENCIO BARRIOS 1685 TORRE 4 PISO -1	7
T.2	GIMNASIA ADULTO MAYOR	MAR 10:00-11:00	JUE 10:00-11:00	FLORENCIO BARRIOS 1685 TORRE 4 PISO -1	8
T.3	GIMNASIA ENTRETENIDA	LUN 08:30-09:30	MIE 08:30-09:30	PAUL HARRIS 701 (ESTADIO MUNICIPAL)	7
T.4	GIMNASIA MANTENCION	LUN 12:30-13:30	MIE 12:30-13:30	ROSA OHIGGINS 54	6

ID	Descripción de Actividades (Ver ID del Taller)
T.1	<p>Durante el mes de abril, el taller de Gimnasia Adulto Mayor se desarrolló de manera sistemática, consolidando una rutina de trabajo enfocada en el mantenimiento y fortalecimiento de las capacidades funcionales de los participantes. Las sesiones fueron diseñadas considerando la progresión del grupo, promoviendo la seguridad, la autonomía y la participación activa en cada actividad.</p> <p>Cada clase se estructuró en una fase inicial de activación, con movilidad articular y ejercicios de preparación corporal, seguida de un bloque principal centrado en el trabajo de fuerza, coordinación, equilibrio y control postural. Se integraron secuencias de movimientos progresivos que favorecieron la conciencia corporal y la ejecución técnica. El cierre de cada sesión contempló elongación guiada y ejercicios de respiración, orientados a la relajación y recuperación.</p> <p>Durante este mes se evidenció una mayor confianza y compromiso por parte de los participantes, fortaleciendo no solo sus capacidades físicas, sino también la interacción social y el sentido de pertenencia dentro del taller, consolidándose como un espacio seguro, activo y significativo.</p>

T.2	<p>En el mes de abril, este taller se desarrolló con un grupo distinto de adultos mayores, presentando una dinámica particular que requirió ajustes metodológicos orientados a respetar los ritmos individuales de aprendizaje y ejecución. Las sesiones mantuvieron una estructura organizada, priorizando la claridad en las indicaciones y el acompañamiento constante durante los ejercicios.</p> <p>La activación inicial se centró en movilidad articular y ejercicios de coordinación básica, mientras que en la fase principal se trabajaron movimientos funcionales enfocados en el equilibrio, la estabilidad, la fuerza y la coordinación general. Se utilizaron secuencias simples y progresivas que facilitaron la comprensión y permitieron reforzar la memoria motriz. El cierre contempló elongación guiada y ejercicios de relajación.</p> <p>A lo largo del mes, el grupo mostró avances en la seguridad al ejecutar los movimientos y en la participación activa, generando un ambiente cercano, colaborativo y motivador, donde se fortaleció tanto el bienestar físico como la confianza personal y la integración social.</p>
T.3	<p>Durante el mes de abril, el taller de Gimnasia Entretenida se desarrolló en la sala de gimnasia del Estadio Municipal, aprovechando las condiciones del espacio para implementar sesiones dinámicas, variadas y de mayor amplitud de movimiento. El enfoque del taller integró ejercicios aeróbicos, funcionales y coordinativos, promoviendo un trabajo completo y motivador.</p> <p>Las sesiones comenzaron con una activación rítmica que incorporó desplazamientos y movilidad articular, seguida de una fase principal donde se desarrollaron secuencias de movimientos con y sin música, combinando ejercicios de fuerza, coordinación, flexibilidad y control corporal. La amplitud del espacio permitió integrar desplazamientos, cambios de dirección y dinámicas grupales que enriquecieron la experiencia.</p> <p>El taller se caracterizó por un ambiente energético y participativo, donde la música y la interacción grupal favorecieron la motivación y el compromiso. Durante el mes, se observó una mayor fluidez en la ejecución de los movimientos y una participación activa constante, consolidando el taller como un espacio de bienestar, expresión y socialización.</p>
T.4	<p>Durante el mes de abril, el taller de Gimnasia Mantenimiento se desarrolló en la sala multiuso de la Junta de Vecinos, manteniendo un enfoque centrado en la funcionalidad del movimiento, la estabilidad postural y el fortalecimiento general. Las sesiones fueron planificadas de manera progresiva, considerando las características del grupo y el espacio disponible.</p> <p>Cada clase incluyó una activación inicial con movilidad articular y ejercicios suaves, seguida de una fase principal orientada al trabajo de fuerza, coordinación, equilibrio y movilidad general. Se incorporaron ejercicios con apoyo y resistencia controlada, favoreciendo la correcta ejecución y la conciencia corporal. El cierre de cada sesión contempló elongación guiada y ejercicios de respiración.</p> <p>Durante este período, el taller se consolidó como una instancia constante de actividad física, donde los participantes demostraron mayor dominio en los ejercicios y compromiso con la práctica. El ambiente grupal favoreció la adherencia, la motivación y la construcción de un espacio seguro, inclusivo y orientado al bienestar integral.</p>

Firma prestador de los servicios	
----------------------------------	--

El jefe del Departamento de Gestión de Talleres, de la Municipalidad de Las Condes, que firma al pie del presente informe, certifica y acredita fehacientemente que el/la Sr/a. ALE POBLETE CRISTHOFER, RUT: [REDACTED] dio cabal cumplimiento durante el mes ABRIL de 2026, a la prestación de servicios a honorarios para el cual fue contratado de acuerdo al respectivo contrato a honorarios, con cargo al Programa TALLERES RECREATIVOS Y DE DESARROLLO 2026.

Asimismo, apruebo el presente informe mensual de actividades realizadas para el cumplimiento de la prestación de servicios objeto de su contratación, el que fue revisado en forma exhaustiva por el suscrito, siendo toda la responsabilidad -con carácter de excluyente-, de este supervisor, ya sea que esta se origine en la ejecución de la prestación de servicios conforme al contrato; en la fidelidad del contenido del Informe Mensual del mes de ABRIL de 2026; de todos los antecedentes que se acompañan por el servidor a honorarios; así como en la correcta verificación de que el contenido de dicho informe es de completa autoría de la/el Sra./Sr. ALE POBLETE CRISTHOFER .

Nombre Jefe de Departamento	Roberto Vignolo Paredes
Firma y timbre Jefe de Departamento	 



V°B° DIRECTORA DE DESARROLLO COMUNITARIO
SANDRA FUENTES MELO

Las Condes, ABRIL de 2026
mes año

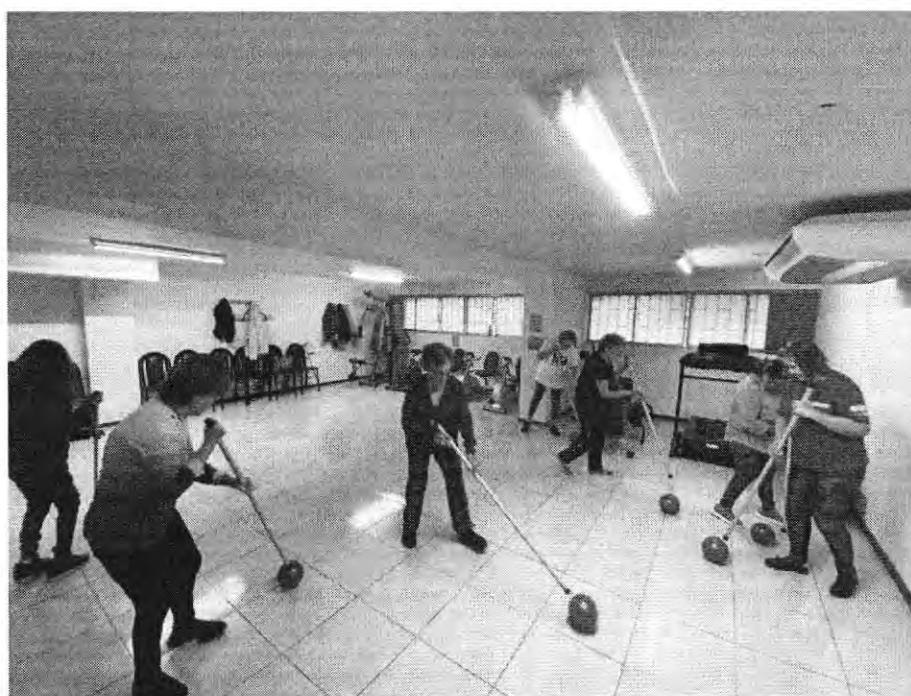
MEDIOS DE VERIFICACIÓN:

Se debe especificar el taller correspondiente al medio de verificación.

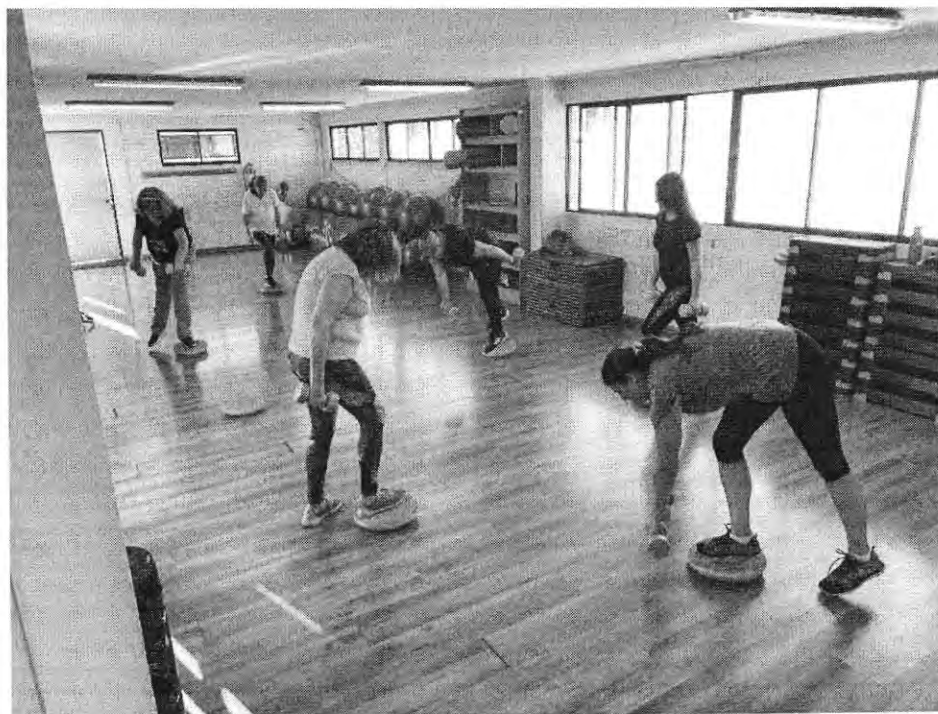
T.1	GIMNASIA ADULTO MAYOR	LUN 10:00-11:00	MIE 10:00-11:00	FLORENCIO BARRIOS 1685 TORRE 4 PISO -1	7
-----	-----------------------	-----------------	-----------------	--	---



T.2	GIMNASIA ADULTO MAYOR	MAR 10:00-11:00	JUE 10:00-11:00	FLORENCIO BARRIOS 1685 TORRE 4 PISO -1	8
-----	-----------------------	-----------------	-----------------	--	---



T.3	GIMNASIA ENTRETENIDA	LUN 08:30-09:30	MIE 08:30-09:30	PAUL HARRIS 701 (ESTADIO MUNICIPAL)	7
-----	----------------------	-----------------	-----------------	-------------------------------------	---



T.4	GIMNASIA MANTENCION	LUN 12:30-13:30	MIE 12:30-13:30	ROSA OHIGGINS 54	6
-----	---------------------	-----------------	-----------------	------------------	---

