

IQUIQUE, 21 de noviembre del 2014.-

DECRETO EXENTO N° 2.388.-

Con esta fecha, el Rector de la Universidad Arturo Prat, ha expedido el siguiente Decreto:

VISTOS Y CONSIDERANDO:

a.- Lo dispuesto en la Ley N° 18.368, del 30 de noviembre de 1984 y el D.F.L. N° 1 del 28 de mayo de 1985, el Decreto Exento N° 470 del 27.12.2011, todos del Ministerio de Educación Pública, el Decreto N° 57 del 05.03.2012.-

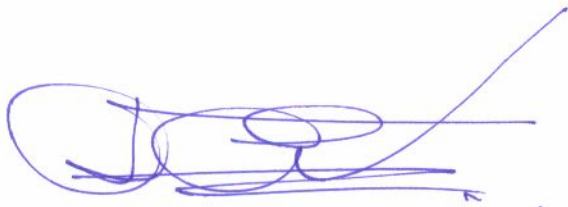
b.- El Memorando N° 403 de la Dirección General de Vinculación y Relaciones Institucionales de fecha 12.11.2014, que solicita la emisión del presente instrumento.

DECRETO:

1.- Regularízase la aprobación del Proyecto de Extensión denominado: *“Mejorando la Movilidad Reducida de personas en situación de Discapacidad Visual” Programa de Actividad Física mediante la Esferoterapia*, de acuerdo a los términos contenidos en el documento adjunto, consistente en 2 fojas debidamente autenticadas con la firma y timbre del Secretario General.

2.- Designase responsable del Proyecto a la Sra. Rossana Miranda Daponte, Directora del Cemdis.

COMUNIQUESE, REGÍSTRESE Y DESE CUMPLIMIENTO.



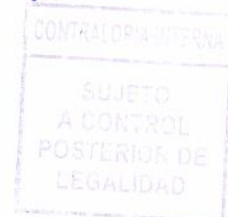
SERGIO ETCHEVERRY GUTIÉRREZ
Secretario General

DISTRIBUCIÓN:

- Según envío vía e-mail a la base de datos decretos-2014.-
GSB/SEG/rec



GUSTAVO SOTO BRINGAS
Rector



25 NOV 2014



Universidad
ARTURO PRAT
del Estado de Chile

DIRECCION GENERAL DE VINCULACION
Y RELACIONES INSTITUCIONALES.

RECIBIDO SECRETARÍA GENERAL

Fecha : 13 NOV. 2014

Nº Reg.: 2196

MEMORANDO Nº403/2014

IQUIQUE, noviembre 12 del 2014.

DE : SRA. LIDIA OSORIO OLIVARES
DIRECTORA GENERAL DE VINCULACION Y RELACIONES INSTITUCIONALES.

A : SR. SERGIO ETCHEVERRY GUTIERREZ, SECRETARIO GENERAL

REF. : SOLICITA DECRETO EXENTO.

Adjunto envío a usted para emisión de Decreto Exento, el Proyecto de Extensión denominado: "Mejorando la Movilidad Reducida de personas en situación de Discapacidad Visual" Programa de Actividad Física mediante la Esferoterapia", perteneciente al CEMDIS.

Sin otro particular le saluda atentamente a Ud.



LIDIA OSORIO OLIVARES
Directora General de Vinculación
y Relaciones Institucionales

cc: Archivo.
LOO/klc.

IQUIQUE, 21 de noviembre del 2014.-

DECRETO EXENTO N° 2.388.-

Con esta fecha, el Rector de la Universidad Arturo Prat, ha expedido el siguiente Decreto:

VISTOS Y CONSIDERANDO:

a.- Lo dispuesto en la Ley N° 18.368, del 30 de noviembre de 1984 y el D.F.L. N° 1 del 28 de mayo de 1985, el Decreto Exento N° 470 del 27.12.2011, todos del Ministerio de Educación Pública, el Decreto N° 57 del 05.03.2012.-

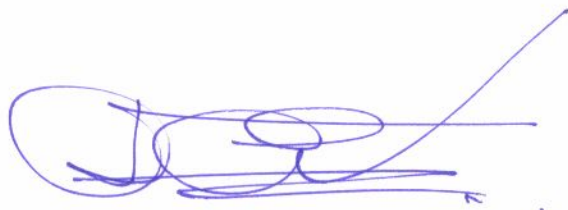
b.- El Memorando N° 403 de la Dirección General de Vinculación y Relaciones Institucionales de fecha 12.11.2014, que solicita la emisión del presente instrumento.

DECRETO:

1.- Regularízase la aprobación del Proyecto de Extensión denominado: "*Mejorando la Movilidad Reducida de personas en situación de Discapacidad Visual*" Programa de Actividad Física mediante la Esferoterapia, de acuerdo a los términos contenidos en el documento adjunto, consistente en 2 fojas debidamente autenticadas con la firma y timbre del Secretario General.

2.- Designase responsable del Proyecto a la Sra. Rossana Miranda Daponte, Directora del Cemdis.

COMUNIQUESE, REGÍSTRESE Y DESE CUMPLIMIENTO.



SERGIO ETCHEVERRY GUTIÉRREZ
Secretario General

DISTRIBUCIÓN:

- Según envío vía e-mail a la base de datos decretos-2014.-
GSB/SEG/rcc



GUSTAVO SOTO BRINGAS
Rector



25 NOV 2014



Universidad
ARTURO PRAT
del Estado de Chile

DIRECCION GENERAL DE VINCULACION
Y RELACIONES INSTITUCIONALES.

RECIBIDO SECRETARÍA GENERAL

Fecha : 13 NOV. 2014

Nº Reg.: 2196

MEMORANDO Nº403/2014

IQUIQUE, noviembre 12 del 2014.

DE : SRA. LIDIA OSORIO OLIVARES
DIRECTORA GENERAL DE VINCULACION Y RELACIONES INSTITUCIONALES.

A : SR. SERGIO ETCHEVERRY GUTIERREZ, SECRETARIO GENERAL

REF. : SOLICITA DECRETO EXENTO.

Adjunto envío a usted para emisión de Decreto Exento, el Proyecto de Extensión denominado: "Mejorando la Movilidad Reducida de personas en situación de Discapacidad Visual" Programa de Actividad Física mediante la Esferoterapia", perteneciente al CEMDIS.

Sin otro particular le saluda atentamente a Ud.



LIDIA OSORIO OLIVARES
**Directora General de Vinculación
y Relaciones Institucionales**

cc: Archivo.
LOO/klc.

UNIVERSIDAD ARTURO PRAT
IQUIQUE - CHILE

UNIVERSIDAD ARTURO PRAT DIRECCIÓN GENERAL DE VINCULACIÓN Y RELACIONES INSTITUCIONALES			
Fecha de Recepción	03	11	2014
N° de Ingreso	18.000.000		

RECIBIDO
05 NOV 2014
Hora.: _____
Unidad de Presupuesto

PROYECTO EXTENSION

“Mejorando la Movilidad Reducida de personas en situación de Discapacidad Visual” Programa de Actividad Física mediante la esferoterapia

4 Noviembre 2014

FECHA



ROSSANA MIRANDA DAPONTE
JEFE DE PROYECTO

FECHA



MARGARITA BRICENO TOLEDO
VICERRECTORA DE INVESTIGACIÓN,
INNOVACIÓN Y POSTGRADO

3/11/14

FECHA



LIDIA OSORIO OLIVARES
DIRECTORA GENERAL DE VINCULACION
Y RELACIONES INTITUCIONALES

11-11-2014

FECHA



HÉCTOR VARAS MEZA
VICERRECTOR
DE ADMINISTRACION Y FINANZAS



**DIRECCIÓN GENERAL DE EXTENSIÓN,
COMUNICACIONES Y RELACIONES PÚBLICAS**

ANTECEDENTES DE PROYECTOS DE EXTENSION

SECCION I: ANTECEDENTES GENERALES

Nombre del Proyecto:

*“Mejorando la Movilidad Reducida de personas en situación de Discapacidad Visual”
Programa de Actividad Física mediante la esfera terapia*

4Noviembre 2014

1.2. Unidades Participantes

CEMDIS:

Vicerrectoría Investigación Innovación y Postgrado

1.3. Nombre y Firma del Académico Responsable

Rossana Miranda Daponte _____

Profesor asistente. Facultad de la Salud Departamento Universidad Arturo Prat. Iquique
Directora del CEMDIS

1.4. Departamento al que pertenece

Vicerrectoría Investigación Innovación y Postgrado

1.5. Cargo del Académico Responsable

Directora del CEMDIS

Académica Jornada Completa

1.6. Horas que le exigirá esta actividad

22horas Total

1.7. V°B° de la Vicerrectoría de Investigación Innovación y Postgrado

Dra. Margarita Briceño _____

Vicerrectora Investigación Innovación y Postgrado

1.8. Fecha de inicio de la actividad

Martes 4 de Noviembre 2014

1.9. Fecha de término de la actividad

Martes 16 de Diciembre 2014



cardiovascular dinámico de alta seguridad. El balón permite practicar mejor el grado de transferencia del peso y proporciona una base confortable y firme que aporta una agradable sensación de bienestar, que masajea y relaja a la persona.

Considerado un método de trabajo físico suave, esta técnica favorece la salud corporal, mejora la circulación, la capacidad respiratoria, aumenta y fortalece la elasticidad de la musculatura de la pelvis y mejorar la movilidad de las personas en situación de discapacidad

2.5. Etapas y Metodologías a emplear

1. ETAPA

Planificación y organización de la Actividad.

2. ETAPA

Elaboración de proyecto de extensión

3. ETAPA

Difusión de la Actividad

4. ETAPA FINAL

Ejecución del proyecto

METODOLOGIA

El programa consta de las siguientes fases todas con música adecuadas a la actividad:

Fase Inicial o de Calentamiento Previo: de 10 min. Con trabajo articular y por grupos musculares en flexibilidad, socialización con la esfera de modo recreativo o baile entretenido con música.

Fase de Fortalecimiento: de 15 min. y se incrementó conforme a la condición física del adulto mayor, interviniendo diferentes grupos musculares

Fase de recreación con juego motivacional con esfera y finalmente la vuelta a la calma

Fase de Relajación: de 5 min. y que incluyó ejercicios de flexibilidad y relajación.

Las sesiones de esferoterapia se inician con una socialización con el balón a modo de adquirir dominio de este, para realizar los ejercicios posteriores con buenos resultados. La respiración con pausas nos prepara para los ejercicios aeróbicos y prepara los músculos respiratorios y la elasticidad de la caja torácica. Posteriormente elongaciones en bipedestación con el balón, mejorando la elasticidad, promoviendo un mejor desempeño al aumentar la capacidad de contracción de los músculos.

Para mantener el interés y motivación de cada uno de ellos se incorpora un aspecto lúdico juego de calentamiento previo y socialización con balones en círculos. A través del juego se moviliza el tronco, se potencia el trabajo de equipo y estado de acción y reacción, ejercitando a la coordinación y el equilibrio conjuntamente con la memoria.

Para mejorar el fortalecimiento muscular, se trabaja con grandes grupos musculares en forma específica localizada dirigida a las extremidades superiores, inferiores y/o tronco, con movimientos activos libres y gradualmente con pesas.

