ACTA

Articulación Sena

FECHA: Bogotá, 16 de junio de 2023
HORA: 9:15 am a 10:00 a.m.
LUGAR: Centro de cuidado transitorio Suba san José Nazareth

ASISTENTES: funcionario Sena
ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo
2. Actividad física – aros

DESARROLLO:

Objetivo: Generar en las personas mayores hábitos y estilos de vida saludable por medio de la actividad física.

Se inicia la actividad con la presentación del funcionario del Sena, profesional en actividad física donde se les explica a las personas mayores el objetivo de la actividad.

Se continuo con la primera parte de la actividad el cual consiste en la activación del sistema muscular por medio de ejercicios de calistenia, el cual ayuda a preparar el cuerpo para realizar movimientos de mayor impacto, en la sesión del día se trabajarán con aros donde se ejecutaron los siguientes ejercicios.

- Movimiento circular tren superior
- Ejercicios estabilidad zona media
- Laterales con variación de saltos
- Juegos de recuperación con aros
- Sentadillas con aro
- Elevación de piernas con aro
- Ejercicios tren superior con aro
- Ejercicios de fortalecimiento zona baja, media y alta con aro
- Trote con movimiento
- Ejercicios de respiración
- Recuperación y calistenia

Cada ejercicio ejecutado contenía tiempo de trabajo por tiempo de recuperación, las personas mayores se observaron dispuestas participando de manera activa, donde en la tercera sesión se observa buena coordinación y aumento de la capacidad física, así mismo fortalecimiento de zona media y baja.

Elaboró:

Yohn Jairo Suarez florez
Educador Fisico





ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo 12022031105 -15 /09/2022
Página: 1 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba **Fecha:** 16/06/2023

Nombre del Responsable:

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Movilizando Habilidades, Capacidades Articulación SENA Cd. Físico	LINEA: Espiritualidad Conceptos sobre la Espiritualidad	LINEA: Fortaleciendo Carrera de Observación Voluntariado Día del Padre	LINEA: Movilizando Habilidades Capacidades Potenciadas Clase de canto		
1	CC	19100020	Luis	Alcantara Doltama	Si	Si	Si	Si		
2	CC	83085404	Carlos	Charrero Arcos	Si	Si	Si	Si		
3	CC	19404039	Luis Eduardo	Gonzales Sandoval	Si	Si	Si	No		
4	CC	6155358	Isaac	Mosquera	Si	Si	Si	No		
5	CC	19146741	Jose Roberto	Saavedra Sarmiento	Si	Si	Si	No		
6	CC	19169612	Alberto	Sanabria Castañeda	Si	Si	Si	Si		
7	CC	19223538	Victor Julio	Fonseca Rojas	Si	Si	Si	Si		
8	CC	19118321	Jose Francisco	Rodriguez Romero	Si	Si	Si	Si		
9	CC	8242279	Julio Cesar	Lozano velez	Si	Si	Si	Si		
10	CC	19201000	Luis Alberto	Bohorquez Castañeda	Si	Si	Si	No		
11	CC	19242263	Luis Alfredo	Bernal Salamanca	Si	Si	Si	No		
12	CC	17146469	Pedro	Aguirre Herrera	Si	Si	Si	Si		
13	CC	17036104	Luis Hernando	Ruiz castro	Si	Si	Si	Si		
14	CC	79142048	Jose Heriberto	Lopez Rodriguez	Si	Si	Si	No		
15	CC	13252328	Isidro	Ramirez Galvez	Si	Si	Si	No		
16	CC	19255215	Miguel Antonio	Viuco castro	Si	Si	Si	No		

Powered by CamScanner

ALCALDIA MAYOR DE BOGOTA D.C.
SECRETARIA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022
Página: 2 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba

Nombre del Responsable: Paola Navarro **Fecha:** 16/06/2023

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Movilizando habilidades capacidades Alfabetización Seres Ed. Físico	ACTIVIDAD 2 LINEA: Espiritualidad Concepciones sobre la Espiritualidad	ACTIVIDAD 3 LINEA: Aprendizaje Carrera de observación Violentometro	ACTIVIDAD 4 LINEA: Movilizando habilidades capacidades y potencialidades Clase de canto		
17	CC	1140827541	Salomon	Navarro Hleo	SI	SI	SI	NO		
18	CC	1133178874	Luis Oliverio	Mentes Londoño	SI	SI	SI	SI		
19	CC	1142017896	Antonio	Castaño Quintero	SI	SI	SI	NO		
20	CC	1141149065	Ivan	Agudelo Trujillo	SI	SI	SI	NO		
21	CC	1141371591	Jorge	Lazo	SI	SI	SI	SI		
22	CC	1128013119	Efrain	Lamota Forero	SI	SI	SI	NO		
23	CC	16472452	Euilberto	Quiñones Valencia	SI	SI	SI	NO		
24	CC	457952	Henry	Rodriguez	SI	SI	SI	NO		
25	CC	1141102917	Carlos Julio	Prada Lara	SI	SI	SI	SI		
26	CC	1141148502	Jorge Alfredo	Higuera Rojas	SI	SI	SI	NO		
27	CC	80267046	Manuel Dario	Beltran Barreto	SI	SI	SI	NO		
28	CC	16672757	Julio Cesar	Arboleda Montenegro	SI	SI	SI	NO		
29	CC	1141140337	German	Fuscado Alsure	SI	SI	SI	NO		
30	CC	1133737747	Luis Eduardo	Lopez Lopez	SI	SI	SI	NO		
31	CC	1140740824	Luis Alfonso	Perez Espinosa	SI	SI	SI	NO		

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL
FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022
Página: 3 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba

Nombre del Responsable: Paola Navarro **Fecha:** 16/06/2023

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Movilizando habilidades capacidades Articulacion SENA Ed. Fisico	ACTIVIDAD 2 LINEA: Espiritualidad Corporeidades de la Espiritualidad	ACTIVIDAD 3 LINEA: Re Afirmando Carrera de disciencia en Voluntariado	ACTIVIDAD 4 LINEA: Movilizando habilidades, capacidades y potencialidades Clase Canto		
32	CC	19470872	Ariel	Alfonso Mendoza	Si	Si	Si	Si		
33	CC	17186972	Mario Enrique	Estrada Gonzalez	Si	Si	Si	Si		
34	CC	17081880	Guillermo	Tarache Guzman	Si	Si	Si	Si		
35	CC	17625009	Jesus Antonio	Galeano Martinez	Si	Si	Si	NO		
36	CC	17022056	Laureano Alberto	Garzon Sierra	Si	Si	Si	NO		
37	CC	52042734	Liliana de Jesus	Julio Fernandez	Si	Si	Si	Si		
38	CC	396263	Jairo Alberto	Torres Escobar	Si	Si	Si	NO		
39	CC	240130	Jose Noel	Alfonso	Si	Si	Si	Si		
40	CC	74117449	Miguel Enrique	Sierra Molina	Si	Si	Si	Si		
41	CC	19044275	Arturo	Escobar Arque	Si	Si	Si	NO		
42	CC	19162921	Luis Alberto	Casallas	Si	Si	Si	NO		
43	CC	19234024	Jose Manuel	Ruge Martinez	Si	Si	Si	NO		
44	CC	5761587	Acacio	Vanegas	Si	Si	Si	NO		
45	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla	Si	Si	Si	NO		
46	CC	19108824	Gustavo Alonso	Alvarado Contreras	Si	Si	Si	NO		
47	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	Si	Si	Si	NO		

Powered by CamScanner

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525	
Versión: 1	
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022	
Página: 4 de 4	

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba

Fecha: 16/06/2023

Nombre del Responsable: Paola Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Mejoramiento habilidades cognitivas Art. Sensorial Fol. Física	LINEA: Sexualidad Corresponsabilidad sobre el Autocuidado	LINEA: Participación Ciudadana Observancia Voluntariado	LINEA: Derechos Vulnerables Capacidades y potencialidades Uso del tiempo libre		
48	CC	19279491	Jorge Hernando	Camargo Castro	SI	SI	SI	NO		
49	CC	19120765	Carlos Julio	Gutierrez Solano	SI	SI	SI	NO		
50	CC	19323276	Jose Roberto	Gallo Ceballos	SI	SI	NO	SI		
51	CC									
52	CC									
53	CC									
54	CC									
55	CC									
56	CC									
57	CC									
58	CC									
59	CC									
60	CC									
61	CC									
62	CC									

Powered by CamScanner