**ANEXO 7. FICHA TECNICA**

**LUDICAS PEDAGOGICAS**

**Del 01 DE MAYO AL 31 DE MAYO DE 2024**

| |
|---|
| **No. CONTRATO:** PS-355-2024 |
| **OBJETO DEL CONTRATO:** PRESTACIÓN DE SERVICIOS PARA EL DESARROLLO ACTIVIDADES FÍSICAS, LÚDICAS CULTURALES Y RECREATIVAS QUE PROMUEVAN EL BUEN USO Y APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE EN EL PROGRAMA ADULTO MAYOR DEL MUNICIPIO DE ZIPAQUIRÁ. VIGENCIA 2024. |
| **SESIONES: LUDICAS PEDAGOGICAS** |
| **ACTIVIDAD:** Desarrollo Cognitivo-Aprendizaje-Reconocimiento de Habilidades-Saberes |
| **OBJETIVO GENERAL:** Generar espacios de aprendizaje donde los adultos(as) mayores mediante actividades lúdicas adquieran nuevos conocimientos y reconozcan sus habilidades<br><br>**OBJETIVOS ESPECIFICOS:**<br>• Generar actividades lúdicas que favorezcan el sano esparcimiento en el adulto mayor.<br>• Generar metodologías prácticas, que permite la comunicación entre los adultos mayores, así como la expresión de sus emociones.<br>• Propiciar espacios de interacción y de comunicación donde se permita el aprendizaje de forma fácil |
| **POBLACION OBJETO**: CENTRO DIA SANTA ANA-SAN CARLOS--CENTRO INTEGRAL DE SERVICIOS-COMUNEROS-RIO FRIO---SAN JORGE-SAN RAFAEL-PASOANCHO-PORTACHUELO-SAN GABRIEL – STA ISABEL RODEO- PARCELACION STA ISABEL. |
| **DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD Y METODOLOGIA: Las actividades se desarrollan mediante diferentes dinámicas**<br><br>Veo-veo: Se trata de un juego mítico que hace las delicias de los más pequeños, y suele ser cuando juegan con alguien más mayor. Este puedes ser tú. Uno de los jugadores tendrá que adivinar el objeto elegido por su inicial; se pueden dar pistas sobre el lugar de la sala en que se encuentra, por ejemplo, hasta que alguien lo adivina.<br><br>Palabras encadenadas: Se trata de coger la última sílaba de una palabra y encadenar con la siguiente; que la última sílaba de esa palabra sea la primera de la siguiente. Fomenta la memoria y la comunicación, además de la atención y la concentración.<br><br>Adivina la canción:<br><br>Este es un juego que puede resultar de gran entretenimiento en grupo. Se pueden tomar como referencia las canciones más escuchadas del tiempo en el que las personas mayores eran jóvenes, por ejemplo. Se reproducirá la canción durante un corto espacio de tiempo. En total, se pueden poner 10 canciones para este juego.<br><br>Los participantes anotarán en un papel el nombre de esa canción que cree que ha escuchado junto con el artista que la canta, y el ganador será quien consiga más aciertos. |

Agudeza auditiva, rapidez, motricidad y capacidad de atención son algunos de los beneficios de este juego.

Quién es quién: Se trata de otra actividad en grupo. Una persona se tapa los ojos y un participante del grupo dirá una palabra; la persona con la venda debe adivinar quién es. Si no lo consigue, el resto de participantes irá diciendo más pistas hasta dar con la persona.

El juego de los olores: Se vendarán los ojos al participante y se colocarán sustancias u objetos en un recipiente para que lo huela. El jugador deberá adivinar a qué corresponde. Podremos usar, jabones, flores, café, canela, especias… Entre los juegos para adultos mayores, este es uno de los que contribuyen a seguir estimulando las asociaciones mentales y la agilidad sensorial.

**RECURSOS:**
**HUMANOS:** Profesionales en Actividad Física
**MATERIALES:** Conos –Lazos-Balones-Bombas-Actas-Formatos de Asistencia-parlante-micrófono-lazos-teratubin-teraban

**LOGROS Y CONCLUSIONES:**

- Conseguir un mayor nivel de autonomía física y psicológica.
- Mejorar el equilibrio emocional.
- Mejorar la capacidad de adaptación a nuevas situaciones.
- Potenciar la sociabilidad.

| SESIONES PROGRAMADAS: 160 | SESIONES REALIZADAS: 28 | SESIONES PENDIENTES: 132 |
|---|---|---|