

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL	Código: FOR-PSS-570
	FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Versión: 1
		Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022
		Página: 1 de 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Centro Día al Barrio

1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: 1007

1.2 Localidad: Kennedy

2.1. Fecha de Ejecución:

2. Línea: Artes escenicas

3	4	2025
---	---	------

 al

3	4	2025
---	---	------

2.2. Nombre del encuentro: Expresión corporal

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Helly Johana Hernández Ospina

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fomentar la creatividad, la expresión corporal y la interacción social en personas mayores a través de juegos teatrales, promoviendo el bienestar emocional y cognitivo.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Estimular la imaginación y la espontaneidad a través de ejercicios lúdicos.

2. Mejorar la expresión corporal y la comunicación no verbal.

3. Favorecer la integración grupal y el trabajo en equipo.

3.3. METODOLOGÍA

3.3.1. MOMENTO INICIAL

Breve presentación del artista. Explicación del propósito del taller. Invitación a la participación activa y al disfrute.

Ejercicio de calentamiento: "Despertar el cuerpo": Movimientos suaves de cabeza, hombros, brazos y piernas.

"La ola de sonidos": Cada participante hace un sonido o palabra y el grupo lo repite, fomentando la escucha y la expresión vocal.

3.3.2. MOMENTO CENTRAL

Juego 1: "El espejo" : Se forman parejas. Una persona hace movimientos lentos y la otra lo imita como si fuera un espejo. Luego cambian los roles.

Juego 2: "Personajes en acción": Se reparten tarjetas con profesiones o personajes (ejemplo: médico, panadero, cantante). Cada persona debe representarlo sin hablar y el grupo adivina quién es. Se puede hacer en equipos para mayor dinamismo.

Juego 3: "La historia compartida": Se inicia una historia con una frase sencilla (ejemplo: "Había una vez un abuelo que encontró una carta misteriosa..."). Cada participante agrega una parte a la historia improvisando. Se puede incluir gestos o movimientos.

3.3.3. MOMENTO FINAL	Reflexión grupal:
	¿Cómo se sintieron durante el taller?
	¿Cuál fue su actividad favorita y por qué?
	¿En qué momentos de su vida cotidiana podrían aplicar lo aprendido?
	Despedida y relajación:
	Ejercicio de respiración profunda y estiramientos suaves.
3.4. RECURSOS	
Estos referentes pueden ayudar a guiar el taller:	Espacio amplio para moverse cómodamente.
Marcel Marceau – Maestro del mimo, perfecto para explorar la comunicación no verbal.	Tarjetas con personajes o profesiones.
Emma Thompson – Actriz que combina comedia e improvisación con gran naturalidad.	Música suave para la entrada y el cierre.
Viola Spolin – Madre de la improvisación teatral moderna, desarrolló ejercicios para desbloquear la creatividad y la espontaneidad lo que encaja perfectamente con el objetivo del taller.	
4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO	
El taller "Expresión Corporal y Juegos Teatrales" cumplió el objetivo de fomentar la creatividad, la expresión corporal y la interacción social en personas mayores, esta vez, de las 40 personas mayores que asistieron a la Fundación Social Fundasurgir, promoviendo su bienestar a través del movimiento y la imaginación.	
La Gestora Xiomara Ganoza inició con una sesión de estimulación corporal y calentamiento, acompañada de música para preparar el cuerpo y generar un ambiente de comodidad y confianza. Luego, realizó una caminata de iniciación gestual y corporal, en la que los participantes exploraron formas divertidas de saludar, como con la nariz o los ojos, caminar con urgencia simulando ganas de ir al baño, e incluso lanzar picos a otras personas, incentivando el juego y la espontaneidad. A continuación, se realizó el juego 1 "El Espejo": La dinámica de imitación en parejas permitió establecer una conexión profunda entre los participantes. El ejercicio favoreció la concentración, la empatía y la atención plena, generando risas, complicidad y gestos de afecto. Algunas comentaron que no solían tener contacto físico o visual con otras personas, y que esta actividad les hizo sentirse "acompañadas".	
Juego 2 "Personajes en acción": Este fue uno de los momentos más animados del taller. Las representaciones sin palabras estimularon la memoria el ingenio y el humor. Las participantes mostraron entusiasmo tanto para actuar como para adivinar. El trabajo en equipos promovió la colaboración, y se destacaron comentarios como: "Hace rato no me reía tanto", o "Me sentí actriz de novela". También se observaron niveles altos de participación, incluso entre quienes inicialmente se mostraban tímidas.	
Juego 3 "La historia compartida": La construcción colectiva de una historia permitió integrar a todo el grupo, resaltando la imaginación, el humor y los recuerdos personales. Muchas personas usaron gestos, voces y movimientos para enriquecer la narración. La historia creció con fluidez y espontaneidad dejando frases memorables y generando aplausos y celebración al cierre. Este ejercicio fue clave para afianzar la confianza entre las asistentes.	
Observaciones: La mayoría de las personas participantes eran mujeres mayores de 60 años. Se evidenció que muchas viven solas y provienen de contextos de bajos recursos económicos. Algunas son madres cabeza de hogar y encuentran en estos espacios una oportunidad de socialización significativa. Se observó un alto grado de participación, disposición al juego y apertura emocional. El ambiente fue cálido, respetuoso y de escucha activa.	
Conclusiones: Todas las personas participantes manifestaron su interés en que se continúen realizando estos talleres, destacando su valor como espacios de bienestar, creatividad y comunidad. Mencionaron que las actividades lúdicas y expresivas tienen un impacto positivo en su estado de ánimo y el sentido de pertenencia. El taller permitió fortalecer la autoestima, reducir el aislamiento y promover vínculos entre las asistentes.	
Fecha de evaluación del encuentro: 03/04/2025	
Nombre del profesional que evalúa: Helly Johana Hernández Ospina	

