ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES MODALIDAD DE CUIDADO TRANSITORIO DIA-NOCHE	Código: FOR-PSS-517 Versión: 0 Fecha: Memo I2021039413-22/12/2021 Pagina: 1 de 1

Modalidad:	CUIDADO TRANSITORIO DÍA - NOCHE	Fecha de ejecución:	2	12	22

Unidad Operativa: CENTRO DE CUIDADO TRANSITORIO MEMORIA Y SABER

Eje de Atención: IMAGINARIOS Y PRACTICAS DEL ENVEJECIMIENTO

Línea de Atención: BUENAS PRACTICAS DEL ENVEJECIMIENTO | Profesional a cargo: MONICA MARTINEZ

Nombre de la actividad: ACTIVIDAD GRUPAL

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Controlar la fuerza y mejorar la concentracion

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Generar juegos de concentracion que permitan reducirl la fuerza de brazos

Desarrollar estrategias de pensamiento para la solucion de conflictos

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL

Se convoca al grupo de personas mayores a reunirse en el Gimnasio se les da la bienvenida a la actividad y se da paso a la explicacion de las acciones a realizaer en la sesion de modo que todos y todas los participantes se adecuen para el trabajo a desarrollar; como indicacion y prevension de riesgos se manifiesta que el dearrollo de las actividades se hace segun la capacidad fisica que cada uno de ellos y ellas tiene.

MOMENTO CENTRAL

se realiza el juego de la botella polaca donde cada participante tiene tres oportunidades de lanzar la botella para que esta gire y quede de pie dentro del recuadro de marcado en la mesa la finalidad es que pueda realizar la actividad generando un nivel de control y concentración de la fuerza dicho juego permite que las personas mayores generen estrategias de juego y concentración que les indica como y de que manera pueden hacer girar la botella de modo que esta quede nuevamente de pie dentro del cuadrado demarcado.

Ganara el juego quien logre poner en pie la botella sin que esta caiga.

MOMENTO FINAL

Para le cierre de la sesion se convoca a los participantes a ubicarse en un círculo para conversar y reflexionar sobre la experiencia que acaban de vivir respondiendo las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Cómo se sintieron en la actividad?
- ¿Cuáles fueron sus mayores aciertos como grupo y de manera individual?
- ¿Qué creen que podrían mejorar de manera individual y grupal?

RECURSOS

BOTELLA PLASTICA CON AGUA	
MESA	
TIZA	

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

La actividad permite que las personas mayores se integren en un juego con otras y puedan interactuar de manera activa de igual forma mejoran su nivel de concentración y control de la fuerza.