Fecha: 01/08 /2025

Número de contrato o convenio: No Aplica

Lugar: Salón Alegría

1. TEMA:
Actividad Recreativa

2. OBJETIVO GENERAL

Mejorar el equilibrio, la coordinación y la estabilidad articular, contribuyendo al mejoramiento de la postura y prevención de lesiones a través del movimiento de las actividades recreativas

3. MARCO CONCEPTUAL

Movilidad Articular: Capacidad para desplazar un segmento o parte del cuerpo dentro de un arco de recorrido lo más amplio posible manteniendo la integridad de las estructuras anatómicas implicadas.

Actividad Física todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo.

Estiramiento: Práctica de ejercicios suaves y mantenidos para preparar los músculos para un mayor esfuerzo y para aumentar el rango de movimiento en las articulaciones.

Actividades Recreativas: son aquellas acciones que las personas realizan de forma voluntaria en su tiempo libre con el objetivo de divertirse, relajarse y disfrutar, contribuyendo a su bienestar físico y mental. Estas actividades no son obligatorias y se realizan por placer, sin fines laborales o académicos.

4. METODOLOGÍA
Se desplaza a los participantes al salón de alegría 1, en donde los profesionales de competencias motoras y el equipo profesional con las participantes desarrollan la actividad
Actividad 1
Colóquele la cola al burro, se harán 2 grupos, cada uno con su respectivo juego, en el cual a cada participante se le vendrán los ojos y el equipo lo guiará para poner la cola del barro en su debido lugar
Actividad 2
Halo con aro
De igual manera 2 equipos
Donde tendrán un aro con un lazo, al otro lado habrán bombas, las cuales deben llevarlas 1 por 1 donde se encuentran el grupo, cada participante el grupo pasará a realizar la actividad.
Variante se puede desarrollar también con balones

Actividad 3
Trabajo de equipo
Por parejas, se les dará una bomba y deberán estallaron con la parte del cuerpo q se les diga

Actividad 4
Si me desconcentro pierdo
Se hara un círculo con aro y cada participante se ubicara en un aro, al inicio misma cantidad de aros como de participantes, al sonar la música bailaran alrededor de los aros en ese momento se quita un aro y al parar la música, cada participante se ubicara en un aro, sale quien no este dentro del aro

Powered by CamScanner

5. RECURSOS

Recursos Físicos: Salón, música, aros, juegos

RECURSO HUMANO: Johanny Alfredo Forero Quevedo Educador Físico, Dora Rojas Fisioterapeuta, equipo profesional

6. COMPROMISOS/TAREAS

Dar continuidad al mejoramiento y fortalecimiento de los hábitos de vida saludable y el rendimiento motor teniendo en cuenta los gustos e intereses de las personas con discapacidad por medio de las sesiones de intervención.
Motivar a los participantes para que realicen la actividad física en casa, en compañía de sus cuidadores.

7. EVALUACION DE LA ACTIVIDAD

Hacen parte de la actividad 60 participantes del centro integrarte atención externa grupo 7, la rutina fue dirigida por los profesionales del programa de habilidades motoras para disfrutar la inclusión buscando la prevención de enfermedades no transmisibles, como las enfermedades cardiovasculares, el cáncer y la diabetes, reduciendo los síntomas de la depresión y la ansiedad, se evidencia agrado de los participantes desarrollando las actividades programadas, observándose la colaboración de algunos participantes con los compañeros que no podían hacer alguna actividad.

Nombre del profesional	Cargo	Registro profesional	Firma
Johanny Alfredo Forero Quevedo	Educador Físico	TE 51661	Johanny Forero
Dora Lidya Rojas Bejarano	Fisioterapeuta	52201777	

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaria Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Politica de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación. Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaria Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadania".

Powered by CamScanner

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

PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL

FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA

Código:	FOR-GD-023
Versión:	2
Fecha:	Memo I2024018963 - 12/07/2024
Página:	1 de 1

1. Tema: ACTIVIDAD RECREATIVA 2. Lugar o Localidad o Sede : 3. Fecha y hora: 01/08/2025 - 9:30AM - 12:00M

4. Nombre responsable: DORA ROJAS Y JOHANNY FORERO 5. Dependencia responsable: C.I.A.E GRUPO 7

6. ítem	7. Nombres y Apellidos	8. Documento de identidad		9. Entidad / Dependencia	10. Rol / Cargo	11. Planta / Contratista	12. Correo electrónico	13. Teléfono y Ext. / Celular	14. Firma
		8.1 Tipo	8.2 Número						
1	Rosa Maria Guevara Pena	cc	52456764	CIAE 67	psicologa	contratista	cmr522646@gmail.com	3202420854	
2	Mari A. E. [illegible]	cc	80135548	CIAE 67	T Social	contratista	[illegible]	3138594424	
3	Antonio Tobasura Zapata	CC	1098695355	CIAE 67	Biologo	Contratista	rogerthat1119@gmail.	3209766972	
4	Monica Martin Ortega	C.C	52888510	CIA 6.7	enfermera	contratista	monikmartin@yahoo	3145534483	Monica M.
5	Andrea Torres	CC	52825757	CIAE 67	Aux Enfermeria	Contratista	andregitorres@hotmail	3208020490	
6	Tania Forero	CC	1013667361	CIAE 67	Aux Enfermeria	Contratista	haneciazn@gmail	3222266677	Tania forero
7	Vanessa Gonzalez Martin	CC	1033788880	CIAE 67	Aux Enfermera	Contratista	sincronizacion106@gmail.com	3057569804	Vanessa6
8	Harol Alexander Cruz	CC	1031151615	CIAE 67	Tallerista	Contratista	cruz.harol@gmail.com	3505995473	
9	Jessy Silva Ortiz G	CC	1031060940	CIAE 67	Aux Enf	Contratista	jessy321@gmail.com	3203999976	
10	Adriana M Camacho M	CC	52952744	CIAE 67	Aux Salud	Contrato	camachomartinezadriana@gmail.com	3175610814	
11	KATHERIN MEDELLIN	CC	1013588496	CIAE 67	Aux enfermera	Contratista	maritza033@gmail.com	3197021188	KATHERIN MEDELLIN
12	Edgar Anthony Beltran Fuentes	CC	80239173	CIAE 67	Tallerista	Contratista	radiografiabeltran@gmail.com	3124822246	
13	Jeiffer A Beltran C	CC	1032367535	CIAE 67	Edu Especial	contratista	jeifferabc@gmail.com	3144722948	
14	Milena Uribe	CC	1072895940	CIAE 67	Auxiliar de Enfermeria	Contratista	muribe@gmail.com	3202719848	
15	Manuel Castro Cc	CC	1019053062	CIAE 67	AUX ENF	Contratista	dcastro.[illegible]	3168812773	
16	Paola Andrea Barreto	CC	1022405093	CIAE 67	Fonoaudiologa	Contratista	paola.5[illegible]@gmail.com	3232336456	
17									
18									
19									
20									

Tratamiento de datos personales: "En cumplimiento de la Ley 1581 de 2012, me fue informado que la Secretaría Distrital de Integración Social – SDIS, es la responsable del tratamiento de mis datos personales recolectados y podrá realizar operaciones sobre los mismos para las finalidades establecidas en su Política de tratamiento de datos personales, disponible en la página web de la entidad. Entiendo que tengo derecho a entregar o no datos sensibles, que son aquellos que afectan mi intimidad o cuyo uso indebido puede generar discriminación.
Por lo anterior, autorizo expresamente a la Secretaría Distrital de Integración Social para tratar los datos personales que se recolectarán mediante este registro. Entiendo que para revocar o modificar esta autorización, así como para consultar los datos allí almacenados, debo dirigirme a la SDIS a través de sus canales de atención a la ciudadanía"

Toda actividad realizada de pausa saludable debe ser reportada al Proceso Gestión de Talento Humano – Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo.

Powered by CamScanner