ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ	Código: FOR-PSS-570 Versión: 1 Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022 Pagina: 1 de 4

1. Servicio: Comunidad de Cuidado 1.1 Unidad Operativa/Lote/Zona: ___ a/lote/zona: Hogar Francisco y Clara

1.2 Localidad: No aplica

2. Linea: Lenguaje para la identidad

2.1. Fecha de Ejecución:

1	11	2025	al	30	11	2025

2.2. Nombre del encuentro: 1. Expresión Corporal 2. Vivir Jugando. 3. Música 4 .Bailando la Vida.

2.3 Acompañante social a cargo de la digitación: 1 y 3 Melissa Arce Coronado, Daniela Arce Coronado (Artes). 2 y 4 Gustavo Adolfo Valencia Monje (Educador Físico).

3.1. OBJETIVO GENERAL

Fortalecer vinculos afectivos y espacios de socialización de acuerdo a gustos e intereses de las personas mayores, a través de actividades culturales, artísticas y lúdico recreativas en la comunidad de cuidado Hogar Francisco y Clara.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Actividad 1 Expresión Corporal: Fomentar el desarrollo personal y social de las personas mayores a través de actividades con énfasis en las artes escénicas, estimulando la creatividad, la memoria, la expresión verbal y corporal, así como el trabajo en equipo, en un espacio que promueva el disfrute, la interacción social y el fortalecimiento de las habilidades artísticas.

Actividad 2 Vivir Jugando: Potencializar en las personas mayores las capacidades físicas y cognitivas por medio del juego y esparcimiento para un envejecimiento digno, activo y feliz.

Actividad 3 Música: Fomentar el bienestar integral de las personas mayores a través de actividades musicales, como coros y técnica vocal, promoviendo la expresión artística, el fortalecimiento de habilidades vocales, la socialización y el disfrute, contribuyendo así al desarrollo de su autoestima, memoria, y salud emocional.

Actividad 4 Bailando la Vida: Mantener y/o mejorar habilidades, capacidades y destrezas de las personas mayores por medio de la música, fortaleciendo vínculos afectivos entre pares y cuidadores a través de la expresión artística como lo es el baile.

3.3. METODOLOGÍA

Actividad 1 Expresión corporal: En el mes de noviembre del 2025, las sesiones deben comenzar con calentamientos suaves que incluyan respiración, estiramientos y ejercicios vocales para preparar el cuerpo y la mente. Se utilizarán dinámicas de improvisación y juegos teatrales que fomenten la participación activa, permitiendo que las personas mayores se expresen libremente a través del gesto, la voz y el movimiento. Además, se pueden crear escenas colaborativas o sencillos guiones en grupo, trabajando gradualmente la memoria y la confianza. El objetivo principal será el disfrute del proceso creativo, con una presentación final para compartir lo aprendido. La metodología debe ser flexible y adaptativa, garantizando un ambiente de respeto, inclusión y apoyo mutuo.

Actividad 2 Vivir Jugando: Mediante el mes de noviembre del 2025 las personas mayores institucionalizadas se les realizará invitación y motivación a ser participes en las diferentes sesiones programadas de la actividad, a través de la emisora institucional y el "voz a voz" en espacios como el comedor y áreas comunes de la institución. Mediante formas de juego con variados elementos y juegos autóctonos estructurados, los culales seran guiados a mantener las funciones corporales mediante la recreación en el tiempo libre.

Actividad 3 Música: Durante el mes de noviembre del 2025 la metodología para las actividades de música, enfocadas en coros y técnica vocal para las personas mayores, se basa en la creación de un ambiente cálido y motivador que promueva la participación activa. Cada sesión inicia con ejercicios de relajación y calentamiento vocal adaptados, seguidos de prácticas de técnica vocal como respiración, proyección y articulación. Se trabaja en un repertorio musical accesible y significativo, que fomente la memoria, la afinación y la expresión artística grupal. Se incluyen dinámicas de interacción para fortalecer la cohesión y el disfrute colectivo, finalizando con retroalimentación positiva que destaque los avances individuales y grupales, garantizando un enfoque inclusivo y flexible a las necesidades del grupo.

Actividad 4 Bailando la Vida: Para el mes de noviembre del 2025 se realizará invitación por medio de la emisora institucional y el "voz a voz" en espacios y áreas comunes de la institución a las personas mayores que deseen participar en la actividad; la cual se armonizará con música de los 60, 70 y 80 con la cual se reconocen, participan, comparten y se sienten más a gusto, ya que se identifican con su época juvenil, productiva y en familia.

3.3.1 MOMENTO INICIAL	**Actividad 1 Expresión Corporal:** Durante el mes de noviembre del 2025, se realizaron 13 sesiones los días 06, 10, 11, 14 y 20 , en dónde se hizo doble sesión los días 01. 08. 15. y 22 . Se abordaron temáticas como: cone foro, teatro, saludo al sol y danza. **Actividad 2 Vivir Jugando:** A través del mes de noviembre del 2025 se programaron 14 sesiones, los días 04, 06, 11, 14, 18, 22, 24 y 25 una sesión diaria y los días 07, 13 y 20 doble sesión; organizando los elementos a utilizar en la actividad como bafle y música para amenizar el tiempo de la actividad, elementos del juego a realizar, adecuación del espacio a desarrollar la actividad, invitación por la emisora institucional y persona a persona. **Actividad 3 Música:** Durante el mes de noviembre 2025, se realizaron 4 sesiones los días 07,13 y 21 . En dónde se abordaron temáticas como coros en dónde los participantes canalizaron sus habilidades expresivas en el canto y las evolucionaron al nivel de la puesta en escena. **Actividad 4 Bailando la Vida:** En el mes de noviembre del 2025 se programaron 2 sesiones los días 13 y 20 organizando los elementos a utilizar en la actividad como el bafle, memoria y música para la actividad, adecuación del espacio a desarrollar la actividad, invitación por la emisora institucional y persona a persona.
3.3.1 MOMENTO CENTRAL	**Actividad 1 Expresión Corporal:** Los participantes se reúnen según sus gustos e intereses para participar de sesiones en dónde se da la expresión por medio de la activación corporal con el movimiento danzado, se estimula la creatividad e imaginación con juegos escénicos, estiramientos a través del movimiento y la promoción del entretenimiento en cine foros. Sesión 1 con la participación de 20 personas mayores Cine foro Sesión 2 con la participación de 22 personas mayores Cine foro Sesión 3 con la participación de 10 personas mayores Teatro Sesión 4 con la participación de 23 personas mayores Cine foro Sesión 5 con la participación de 20 personas mayores Cine foro Sesión 6 con la participación de 07 personas mayores Estiramiento a través del movimiento Sesión 7 con la participación de 10 personas mayores Danza Sesión 8 con la participación de 10 personas mayores Teatro Sesión 9 con la participación de 21 personas mayores Cine foro Sesión 10 con la participación de 22 personas mayores Cine foro Sesión 11 con la participación de 10 personas mayores Teatro Sesión 12 con la participación de 24 personas mayores Cine foro Sesión 13 con la participación de 24 personas mayores Cine foro **Actividad 2 Vivir Jugando:** Se desarrolla la actividad con las personas mayores que según sus gustos e intereses aceptaron participar durante estas sesiones, con variados elementos con pelotas, aros, costales, tablero de concéntrese y variados juegos autóctonos como el boli rana, rana y cucunubá; en las siguientes sesiones: Sesión 1 con la participación de 19 personas mayores. Cucunubá Sesión 2 con la participación de 28 personas mayores. Boli Rana Sesión 3 con la participación de 23 personas mayores. Rana Sesión 4 con la participación de 22 personas mayores. Mini Baloncesto Sesión 5 con la participación de 24 personas mayores. Boli Rana Sesión 6 con la participación de 20 personas mayores. Boli Rana Sesión 7 con la participación de 16 personas mayores. Concéntrese Sesión 8 con la participación de 22 personas mayores. Rana Sesión 9 con la participación de 30 personas mayores. Cucunubá. Sesión 10 con la participación de 21 personas mayores. Rana Sesión 11 con la participación de 20 personas mayores. Concéntrese Sesión 12 con la participación de 17 personas mayores. Cucunubá Sesión 13 con la participación de 17 personas mayores. Boli Rana Sesión 14 con la participación de 26 personas mayores. Cucunubá

Actividad 3 Música: Se ha enfocado en el aprendizaje de canciones, comienza con ejercicios específicos para calentar y preparar la voz, como escalas sencillas, vocalizaciones con diferentes tonos y prácticas de respiración diafragmática. Luego, se introduce la canción a trabajar, escuchándola juntos para familiarizarse con la melodía y la letra. Se divide la canción en fragmentos cortos y se trabaja cada sección de manera progresiva, primero con el apoyo del facilitador y luego de forma grupal, asegurando que todos comprendan el ritmo, la entonación y las dinámicas vocales. Durante la práctica, se refuerzan técnicas básicas como la correcta dicción, proyección vocal y expresión emocional, adaptándolas a las capacidades de los participantes. Este momento promueve la conexión grupal, la confianza en la propia voz y el disfrute compartido de la música. La actividad este mes se llevó a cabo así:

Sesión 1 con la participación de 10 personas mayores Coros
Sesión 2 con la participación de 10 personas mayores Coros
Sesión 3 con la participación de 10 personas mayores Coros

Actividad 4 Bailando la Vida: Las personas mayores se vincularon según sus gustos e intereses mediante la invitación y motivación bailando de forma individual, en pareja o en grupo y otras como espectadoras; la actividad se dirige en la búsqueda de mantener las habilidades motrices básicas de las personas mayores como el equilibrio, coordinación, el estado físico y cognitivo contribuyendo en su rol como ser social; de igual forma se trabaja la visión, la escucha y el goce mediante el baile y la música; El profesional a cargo de igual forma se vincula con las personas mayores participantes, en una continua invitación a participar de la actividad a medida que se desarrolla. La actividad para este mes se llevó a cabo en las siguientes fechas de acuerdo con programación:

Sesión 1 con la participación de 41 personas mayores.
Sesión 2 con la participación de 27 personas mayores.

3.3.3. MOMENTO FINAL

Actividad 1 Expresión Corporal: Al final de la actividad cada participante expresó sus sensaciones, desafíos y aciertos durante la actividad.

Actividad 2 Vivir Jugando: Terminando la actividad se ofrece un agradecimiento y se felicita por la participación y se invita a continuar participando en las temáticas, se despide y continúa recogiendo el material, organizando el espacio de trabajo y el material en la bodega.

Actividad 3 Música: Al final se hizo un momento reflexivo sobre la importancia de la técnica vocal y por qué elegimos las canciones para compartir con los demás. También se hicieron reflexiones sobre la importancia de la respiración..

Actividad 4 Bailando la Vida: Al cerrar la actividad se agraddece y felicitando a las personas mayores participantes y se les reitera invitación a continuar participando para las próximas sesiones, se despide de las personas mayores y se continuó recogiendo el material, organizando el espacio de trabajo.

3.4.RECURSOS

Recursos Humanos: Profesionalen educación física, artes y personas mayores.
Recurso Físicos: Sillas, amplificador de sonido, memoria de música, espacio amplio, emisora institucional, salón de audiovisuales, patio central del segundo piso, taller del tercer piso, televisor, computador, internet, juegos como la rana en variados motivos (rana fija, rana para mesa) y el cucunuba, bolirana. Palos de madera, hilos de colores, tijeras. Bases y micrófonos, materiales del área de terapia ocupacional.

3.5 EVALUACIÓN

Actividad 1 Expresión Corporal: La experiencia teatral en las personas mayores ha tenido un impacto funcional para la expresión y el trabajo en equipo, los participantes han logrado interiorizar con su niño interior y despertar más habilidades sociales. Participando 30 personas mayores.

Actividad 2 Vivir Jugando: Me diante le juego y la recreación en esta actividad se logró la meta programada según el PAI, impactando a nivel físico, recreativo y cognitivo en las personas mayores participantes donde se motivan, manifiestan de gustar de la actividad y esparcimiento en su tiempo libre para un envejecimiento digno, activo y feliz. En el mes participaron 77 personas mayores en la actividad.

Actividad 3 Música: Por medio de la experiencia con énfasis pedagógica, las personas mayores han encontrado una herramienta para explorar las habilidades artísticas musicales en la técnica vocal, han encontrado disfrute en la actividad y trabajado en equipo para lograr la puesta en escena. Con la participación de 10 personas mayores.

Actividad 4 Bailando la Vida: Mediante el baile y la participación de las personas mayores en la actividad se logra la meta programada; impactando positivamente a nivel físico, recreativo y cognitivo en las personas mayores que se vincularon según susu gustos e intereses, espacio en el cual encuentran motivación, alegría, recreación y esparcimiento para un envejecimiento digno, activo y feliz. Para este mes participaron 49 personas mayores. Hasta el momento los elementos y el personal requerido son óptimos para el desarrollo de la actividad.

En constancia Firman:

Raimundo Castilla
C.C 8662363
Actividad 1

Lilia Gutierrez Barrera
C.C. 41419369
Actividad 2

Nubia Alicia Calderán
CC. 51553258
Actividad 3

Ana Victoria Paredes Cuevas
CC 23659284
Actividad 4

Fecha de evaluación del encuentro: 30 de noviembre del 2025

Nombre del profesional que evalúa:
Gustavo Adolfo Valencia Monje Educador Físico, Melissa Arce Coronado Artes, Daniela Arce Coronado Artes.

Coordinador de la Comunidad de Cuidado: Javier Alejandro Ríos Garzón

INSTITUTO HERMANAS FRANCISCANAS DE SANTA CLARA

COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR FRANCISCO Y CLARA

CONVENIO 9661

NOVIEMBRE 2025

ACTIVIDAD 1 EXPRESIÓN CORPORAL














Comunidad de Cuidado Hogar Francisco y Clara Fusagasugá
11/11/2025 2:00 p.m.
Watermarkly


Comunidad de Cuidado Hogar Francisco y Clara Fusagasugá
14/11/2025 10:00 a.m.
Watermarkly


Fusagasugá, Cundinamarca Hogar Francisco y Clara
15/11/2025 11:24:27 a. m.
Watermarkly


Fusagasugá, Cundinamarca Hogar Francisco y Clara
15/11/2025 02:46:57 p. m.
Watermarkly


Comunidad de Cuidado Hogar Francisco y Clara Fusagasugá
20/11/2025 9:30 a.m.
Watermarkly


Hogar Francisco y Clara Fusagasugá
4°20'9", -74°21'14", 1906.3m
22/11/2025 10:31:08
Watermarkly


Comunidad de Cuidado Hogar Francisco y Clara Fusagasugá
22/11/2025 3:00 p.m.

Actividad 2: Vivir Jugando









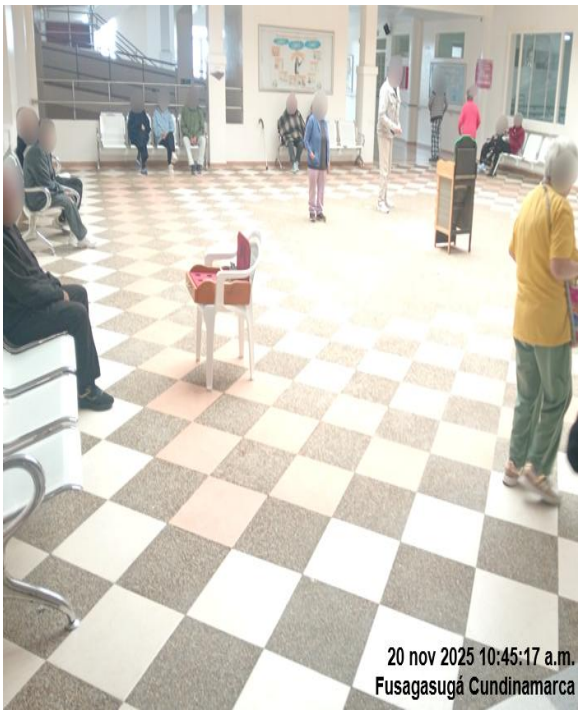





13 nov 2025 02:22:12 p. m.
Fusagasugá Cundinamarca


14 nov 2025 10:28:31 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


18 nov 2025 02:26:36 p. m.
Fusagasugá Cundinamarca


20 nov 2025 10:45:17 a.m.
Fusagasugá Cundinamarca


20 nov 2025 02:32:31 p. m.
Fusagasugá Cundinamarca


22 nov 2025 10:51:47 a. m.
Fusagasugá Cundinamarca


24 nov 2025 02:09:38 p. m.
Fusagasugá Cundinamarca


25 nov 2025 02:13:30 p. m.
Fusagasugá Cundinamarca

ACTIVIDAD 3. MÚSICA







Actividad 4: Bailando la Vida



