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 2

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: Servicio Comunidad de cuidado 1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: Comunidad de cuidado Hogar Clarita Santos

1.2 Localidad: No aplica

2. Línea: Cuerpo y mente

2.1. Fecha de Ejecución:

07	03	2023	al	22	03	2023

2.2. Nombre del encuentro: Laboratorio deportivo

2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: Yuly Paola Avila Torres, Fisioterapeuta

3. DESARROLLO

3.1. OBJETIVO GENERAL

Favorecer las condiciones psicomotoras de la población a través de actividades de entrenamiento deportivo adaptado, como alternativa para su participación y aporte a un envejecimiento activo.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Incluir a las personas mayores en jornadas de fundamentación básica de las diferentes disciplinas (baloncesto, balonmano, boccia, bolos, bádminton) que permita el reconocimiento de su competencia y responda a su gusto e interés.
Favorecer los procesos físicos y cognitivos (coordinación, equilibrio, seguimiento instruccional, trabajo en equipo, tolerancia a la frustración, patrones integrales y locomotores) con movimientos activos y activos asistidos donde perduren sus niveles de autonomía.
Promover una adecuada interacción social, espíritu competitivo y activación de su rol desde un enfoque deportivo en pro de una sana convivencia.

3.3. METODOLOGÍA

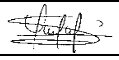
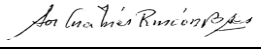
3.3.1 MOMENTO INICIAL	En laboratorio deportivo se da inicio a una nueva disciplina deportiva, el bádminton, se realiza explicación del deporte, cualidades que se van a trabajar entre ella: coordinación viso-manual, la propiocepción, el equilibrio dinámico, movimientos segmentados, uso de los implementos como raqueta y volante. por ello hacemos movilidad articular de forma global, apoyada con balones de diferentes colores o pelotas pequeñas.
3.3.2. MOMENTO CENTRAL	Durante este mes se trabajaron ejercicios que permitieron un acercamiento a la disciplina del bádminton por medio de actividades semi personalizadas, que favorecieron, actividad voluntaria, coordinación viso- manual, cálculo del golpe con raqueta, se inicia con elemento grande bombas y pelotas. **7 y 10 de marzo del 2023:** Actividades con pelota, empleando lanzamiento y agarre manual, alternancia en lanzamiento (mano izquierda a mano derecha), golpe de la pelota con mano abierta hacia arriba. **15 de marzo del 2023:** Se trabaja con raquetas de bádminton y apoyo del profesor de insdeportes, donde los ejercicios se fundamentan en golpes a una bomba, iniciando con ritmo suave, retroalimentando de forma visual la ejecución motora, para permitir cálculo de este. **17 de marzo del 2023**: Se realiza trabajo de movilidad articular pasiva en la población con reducción de la movilidad y trabajo con pelota para realizar agarres a línea media y elevaciones, para el trabajo con este tipo de población se realiza de forma personalizada con el fin de generar mayor impacto. **22 de marzo del 2023:** Se trabaja ejercicio coordinativo viso manual, así como control de la raqueta, con diferentes posicionamientos de la misma, manteniendo 30 segundos la pelota sobre la raqueta evitando que esta se caiga, se sujeta a la raqueta una bomba con un caucho con el fin de realizar un golpe constante y corto.
3.3.3. MOMENTO FINAL	Se realiza cierre de la actividad, con retroalimentación de lo implementado en el día, las cualidades trabajadas, y objetivo del juego o disciplina deportiva practicada.

3.4.RECURSOS

Raquetas de bádminton	2
Pelotas pequeñas	14
Bombas	24

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Se logra estimular la coordinación viso- manual por medio de ejercicios con pelota pequeña, raquetas de bádminton y bombas.
Movilidad segmentada de extremidades superiores, seguimiento visual, y apoyo en reconocimiento y refuerzo de patrones de movimiento lateral.

NOMBRES Y APELLIDOS	DOCUMENTO	Rol/Cargo	FIRMA
Concepción Bernal	35475774	Persona Mayor	No firma
Ana Cecilia Borraz	52381607	Persona Mayor	No firma
Dolores López Roa	52953487	Persona Mayor	No firma
Yuly Paola Ávila Torres	1070010133	Fisioterapeuta	
Sor Ana Inés Rincón Barbosa	41495867	Coordinadora	

Fecha de evaluación del encuentro: 22/03/2023

Nombre del profesional que evalúa: Yuly Paola Avila Torres, Fisioterapeuta.

REGISTRO FOTOGRAFICO







