INFORME DE CUMPLIMIENTO ACTIVIDADES CONTRATADAS

RESPONSABLE: DAYANA VANESSA PEÑA ARTUNDUAGA
CARGO: Tallerista

PERIODO INFORMADO: del 06 de abril al 05 de mayo de 2026

FECHA DE PRESENTACIÓN: 06 de mayo de 2026

DESTINATARIO: JENNY CAROLINA PASAJE SAAVEDRA
CARGO: Coordinador

OBJETIVO:
Aunar esfuerzos para impulsar acciones que garanticen la atención en el centro de bienestar y protección GUISEPPE CIFARECLL, y la prestación de servicios integrales con calidad a los adultos mayores del programa centro vida del municipio de Altamira Huila.

DESARROLLO

A continuación, relaciono las actividades realizadas en el periodo del 06 de abril al 05 de mayo de 2026

TALLER 1

OBJETIVO GENERAL:
Promover la motricidad, coordinación y participación activa de las adultas mayores mediante ejercicios de movimiento corporal guiados al ritmo de la música, fortaleciendo el bienestar físico, emocional y la integración grupal.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Moviéndonos al Ritmo de la Música

Se realizó una jornada de actividad física y recreativa con las adultas mayores, en la cual se llevaron a cabo ejercicios de movimiento corporal al ritmo de la música. Durante la actividad, las participantes siguieron diferentes instrucciones como levantar las manos, subir y bajar los brazos, mover los pies y realizar movimientos laterales, favoreciendo la coordinación, atención y expresión corporal. La actividad se desarrolló en un ambiente dinámico, alegre y participativo, incentivando la integración, el disfrute y el fortalecimiento de hábitos saludables.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA









TALLER 2

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer la coordinación motriz, la concentración y la participación activa de las adultas mayores mediante una actividad lúdica de lanzamiento y precisión, promoviendo la integración y el esparcimiento.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Encestando con Precisión

Se desarrolló una actividad recreativa en la que las adultas mayores, desde sus sillas, debían lanzar una pelota de pimpón intentando encestarla o dejarla lo más cerca posible de unos aros ubicados sobre el suelo a diferentes distancias. Cada aro representaba un nivel de cercanía (cerca, mitad y lejos), incentivando la precisión y coordinación en los movimientos. La actividad permitió estimular la

motricidad fina, la atención y la sana competencia, generando un espacio de diversión, participación e integración grupal.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA









TALLER 3

OBJETIVO GENERAL:

Promover la actividad física, la integración y el bienestar emocional de las adultas mayores mediante una jornada de bailoterapia adaptada a las capacidades y condiciones de cada participante..

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Bailando con Alegría y Movimiento

Se realizó una actividad de bailoterapia con las adultas mayores, en la cual todas participaron de pie, algunas con apoyo de su caminador y otras sosteniéndose de manera independiente. Durante la jornada, cada participante realizó movimientos corporales de acuerdo con sus condiciones físicas y posibilidades, siguiendo el ritmo de la música en un ambiente alegre y dinámico. La actividad permitió fortalecer la movilidad, coordinación y participación activa, favoreciendo además la recreación, la socialización y el disfrute grupal.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA









TALLER 4

OBJETIVO GENERAL:

Favorecer la movilidad, coordinación y participación de las adultas mayores mediante ejercicios de movimientos manuales realizados de acuerdo con las capacidades físicas de cada participante

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Movimientos y Coordinación con las Manos

Se desarrolló una actividad dirigida a las adultas mayores, quienes desde sus lugares y permaneciendo sentadas realizaron diferentes movimientos con sus manos siguiendo las indicaciones brindadas. Cada participante ejecutó los ejercicios hasta donde le permitía la capacidad de su cuerpo, promoviendo la movilidad articular, la coordinación y la atención. La actividad se llevó a cabo en un ambiente tranquilo y participativo, respetando las condiciones físicas y el ritmo de cada adulta mayor.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA









TALLER 5

OBJETIVO GENERAL:

Estimular la coordinación motriz, la movilidad y la destreza manual de las adultas mayores mediante ejercicios con pelota adaptados a sus capacidades físicas.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Ejercitando Nuestro Cuerpo con la Pelota

Se realizó una actividad con las adultas mayores en la que, desde sus sillas, utilizaron una pelota para ejecutar diferentes movimientos, pasándola por debajo de sus piernas con ayuda de sus manos. Cada participante desarrolló los ejercicios de acuerdo con sus capacidades y ritmo, favoreciendo la coordinación, la movilidad articular y la concentración. La actividad se llevó a cabo en un ambiente participativo y recreativo, promoviendo la integración y el bienestar físico de las participantes.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA









TALLER 6

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer la movilidad, coordinación y motricidad de las adultas mayores mediante ejercicios guiados de movimientos corporales y manuales, promoviendo la participación activa, la atención y el bienestar físico de cada participante.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Movimientos Activos y Coordinados

Se realizó una actividad dirigida a las adultas mayores en la que participaron ejecutando diferentes ejercicios de movilidad y coordinación desde sus lugares. Durante la jornada realizaron movimientos como extender las manos hacia el frente, levantar las piernas, aplaudir, subir y bajar las manos, llevarlas hacia atrás y realizar ejercicios con las piernas juntas arriba y abajo. Cada participante desarrolló los movimientos de acuerdo con sus capacidades físicas, promoviendo la actividad corporal, la atención y la participación en un ambiente dinámico y recreativo.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA








TALLER 7

OBJETIVO GENERAL:

Estimular la concentración, la coordinación motriz y la agilidad mental de las adultas mayores mediante una actividad de clasificación y organización de colores.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Organizando Colores con Atención

Se realizó una actividad con las adultas mayores en la que, sobre una mesa, se ubicaron tres filas de pelotas de pimpón de diferentes colores. Cada participante debía observar y organizar las pelotas para que en cada fila quedaran únicamente las del mismo color. La actividad permitió fortalecer la atención, la coordinación mano-ojo, la motricidad fina y la capacidad de asociación, desarrollándose en un ambiente participativo y dinámico acorde a las capacidades de cada adulta mayor.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA








TALLER 8

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer la coordinación motriz, la concentración y la agilidad de las adultas mayores mediante ejercicios de traslado de objetos adaptados a sus capacidades físicas.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Trasladando Pelotas con Coordinación

Se desarrolló una actividad con las adultas mayores en la que a cada participante se le entregaron dos conos, uno de ellos con pelotas de pimpón en su interior. La dinámica consistía en pasar las pelotas de un cono al otro sin dejarlas caer y tratando de realizarlo en el menor tiempo posible, de acuerdo con las capacidades de cada participante. La actividad favoreció la coordinación mano-ojo, la motricidad fina, la atención y la participación activa en un ambiente recreativo y dinámico.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA









TALLER 9

OBJETIVO GENERAL:
Estimular la coordinación motriz, la movilidad y la percepción espacial de las adultas mayores mediante una actividad de alcance y ubicación de objetos según sus capacidades físicas.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Alcanzando y Pegando con Precisión

Se realizó una actividad con las adultas mayores en la que se ubicaron cintas adhesivas en diferentes alturas sobre la pared. Cada participante debía pegar pelotas en la cinta que lograra alcanzar según sus capacidades físicas, ya fuera en la parte alta, media o baja. La actividad permitió fortalecer la coordinación, la movilidad de brazos y manos, la concentración y la participación activa, respetando el ritmo y las condiciones de cada adulta mayor en un ambiente dinámico y recreativo.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA






TALLER 10

OBJETIVO GENERAL:

Fortalecer la coordinación motriz, la concentración y la precisión de las adultas mayores mediante una actividad lúdica de lanzamiento de pelotas adaptada a sus capacidades físicas.

ACTIVIDADES DESARROLLADAS
NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: Encestando Pelotas con Precisión

Se realizó una actividad con las adultas mayores, quienes permanecieron sentadas en sus puestos mientras se ubicaban platos desechables frente a ellas. La dinámica consistía en lanzar las pelotas intentando que estas cayeran dentro de los platos. Cada participante realizó los lanzamientos de acuerdo con sus capacidades, favoreciendo la coordinación mano-ojo, la atención y la motricidad, en un ambiente recreativo, dinámico y participativo.

EVIDENCIA FOTOGRÁFICA









Firma: Dayana Vanessa Peña
Nombre: DAYANA VANESSA PEÑA ARTUNDUAGA
Cedula:1083889400