ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL FORMATO REGISTRO DESARROLLO ACTIVIDADES SERVICIO 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: 6 | 7 | 2023

Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth - Suba

Eje de Atención: Estilos de vida saludable

Línea de Atención: Buenas practicas del envejecimiento | Profesional a cargo: YOHN JAIRO SUAREZ FLOREZ

Nombre de la actividad: Actividad fisica

DESARROLLO DEL TEMA:

OBJETIVO GENERAL:

Lograr que las personas mayores identifiquen y reconozcan los imaginarios y prácticas adversas a la vejez y el envejecimiento, así como sus consecuencias en la vulneración de los derechos y resignificar, promover y fomentar representaciones, imaginarios y prácticas favorables al envejecimiento y la vejez a través de acciones que identifiquen, valoren y reconozcan a las personas mayores como sujetos de derechos y en su inmensa multiplicidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1 Darle a conocer a las personas mayores la importancia de cuidar su salud por medio de la práctica del ejercicio.
2 Mejorar postura corporal y marcha por medio de ejercicios generales y específicos.
3 Potenciar en las personas mayores las capacidades y habilidades motrices básicas.
4 Generar hábitos y estilos de vida saludable por medio de la práctica diaria del deporte.

METODOLOGÍA

MOMENTO INICIAL	Se dio inicio a las actividades semanales de actividad física donde en un primer momento se les da a conocer a las personas mayores los temas a trabajar y los objetivos de las mismas, cada sesión de actividad física se trabaja con intensidades moderadas y rutinas específicas.
MOMENTO CENTRAL	Paso a seguir por medio de ejercicios de calistenia se activa el sistema muscular en extremidades inferiores y superiores, cada sesión de trabajo tiene su tiempo de recuperación x tiempo de trabajo esto permitiéndole a la persona mayor a recuperarse de manera adecuada, durante cada sesión de la semana se trabajaron ejercicios de: coordinación, fuerza, estabilidad y en cada una de ellas se utilizaron los siguientes materiales: pelotas, bandas elásticas y aros.
MOMENTO FINAL	En este espacio se continúan con las actividades físicas del día donde se habilita la caminadora, elípticas, bicicletas estáticas donde se trabajan ejercicios con mayor intensidad, de igual manera se ejecutan ejercicios de calistenia y respiración.

RECURSOS

Bandas elasticas Aros pelotas	Sonido

EVALUACIÓN DE LA ACTIVIDAD

Durante las sesiones trabajadas en la semana desde el área física se logró trabajar las siguientes capacidades físicas: coordinación, fuerza, estabilidad, ayudando por medio de ellas a mejorar postura corporal, marcha y estabilidad en zona media y baja, de igual manera las personas mayores se observan con mejor disposición para vincularse y ejecutar las rutinas que diariamente se hacen desde el área física.

HOGARES SI A LA VIDA

FECHA: 6/07/2023	NOMBRE DE LA ACTIVIDADAD: Actividad fisica	RESPONSABLE; YOHN JAIRO SUAREZ FLOREZ









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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022
Página: 1 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba **Fecha:** 06.07.2023 AM

Nombre del Responsable: Alejandro Castellanos Campos.

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Actividad Física	ACTIVIDAD 2 LINEA: Fortalecimiento de la autonomía Tipos de autonomía	ACTIVIDAD 3 LINEA: Promoción socialización y ejercicio de derechos Reconocimiento Personas Mayores	ACTIVIDAD 4 LINEA: Multiramo habilidades capacidades Alfabetización digital		
1	CC	13252328	Isidro	Ramirez Gelvez	SI	SI	SI	SI		
2	CC	19131581	Jorge	Lazo	SI	SI	SI	NO		
3	CC	19.404039	Luis Eduardo	Gonzalez Sandoval	SI	SI	SI	NO		
4	CC	83085404	Carlos	Chaparro Aceros	SI	SI	NO	NO		
5	CC	19129612	Alberto	Sunabria Castañeda	SI	SI	NO	NO		
6	CC	19223538	Victor julio	Fonseca Robayo	SI	SI	NO	NO		
7	CC	7514209	Jose Heriberto	Lopez Rodriguez	SI	SI	NO	SI		
8	CC	19100020	Luis Augusto	Albarracin Cuitama	SI	NO	SI	NO		
9	CC	19292263	Luis Alfredo	beltral Salamanca	SI	NO	NO	NO		
10	CC	19202471	Victor Manuel	Fernandez	SI	NO	NO	NO		
11	CC	19201796	Antonio	Castaño Quintero	SI	SI	SI	NO		
12	CC	19209748	Carlos Enrique	Carledo Sanchez	SI	SI	SI	NO		
13	CC	17110297	Carlos Julio	Prada Luna	SI	SI	SI	NO		
14	CC	16672757	Julio Cesar	Arboleda Montenegro	SI	NO	NO	NO		
15	CC	19281379	Efrain. Eurrotia	Forero	SI	NO	NO	SI		
16	CC	19154543	Segundo. Aristobulo	Fonseca Aguirre.	SI	SI	SI	SI		

Powered by CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525	
Versión: 1	
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022	
Página: 2 de 4	

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba **Fecha:** 06-07-2023 am

Nombre del Responsable: Alejandro Castellanos Campos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Actividad Física	ACTIVIDAD 2 LINEA: Fortalecimiento de la autonomía Tipos de autonomía	ACTIVIDAD 3 LINEA: Promoción y reconocimiento de derecho Reconocimiento derecho mayor	ACTIVIDAD 4 LINEA: Vinculando habilidades comunicativas Alfabetización digital		
17	CC	19138277	Ernesto	Romero	SI	SI	SI	SI		
18	CC	6155358	Isaac	Marquez	SI	SI	SI	SI		
19	CC	16472452	Edilberto	Quintero Valencia	SI	SI	SI	SI		
20	CC	A625009	Jose antonio	Galeano Martinez	SI	SI	SI	SI		
21	CC	19162921	Luis Alberto	Casallas	SI	NO	NO	NO		
22	CC	19160980	Jader Angel	Montoya Guerrero	SI	NO	NO	NO		
23	CC	17081880	Guillermo	Torriago Guzman	SI	NO	NO	NO		
24	CC	19470872	Ariel	Alfonso Mendoza	SI	SI	NO	NO		
25	CC	240130	Jose. Noel	Alfonso	SI	SI	SI	SI		
26	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejia	SI	NO	NO	NO		
27	CC	19108829	Gustavo Alonso	Alvarado Cortecias	SI	NO	NO	NO		
28	CC	19255215	Miguel Antonio	Vivas Gusto	SI	SI	SI	NO		
29	CC	80267046	Manuel Dario	Beltran Barreto	SI	SI	SI	NO		
30	CC	5761587	Arturo	Vanegas	SI	SI	SI	SI		
31	CC	17022056	Guillermo Alberto	Garzon Sicilia	SI	NO	NO	NO		

Powered by CamScanner

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

PROCESO PRESTACIÓN DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSION SOCIAL

FORMATO LISTADO INGRESO AL SERVICIO Y ASISTENCIA A LAS ACTIVIDADES

Código: FOR-PSS-525
Versión: 1
Fecha: Memo I2022031105 -15 /09/2022
Página: 3 de 4

Nombre Unidad Operativa: Centro de Cuidado Transitorio San José Nazareth Suba — Fecha: 06.07.2023 am

Nombre del Responsable: Alejandro Castellanos Campos

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Actividad Física	ACTIVIDAD 2 LINEA: Fortalecimiento de la autonomía Tipos de autonomía	ACTIVIDAD 3 LINEA: Derechos reconocimiento y ejercicio de derecho Reconocimiento Pactos Mujer	ACTIVIDAD 4 LINEA: Movilizando habilidades capacidades afectación Origen		
32	CC	2258522	Luis Ernesto	Bobadilla.	SI	SI	SI	SI		
33	CC	79117949	Miguel Enrique	Sierra Molina	SI	SI	SI	no		
34	CC	19091275	A. Julio	Escobar Angue.	SI	SI	no	no		
35	CC	17186292	Mario Enrique	Estrada Gonzalez	SI	no	no	no		
36	CC	19234024	Jose Manuel	Ruje Martinez	SI	no	no	no		
37	CC	6088555	Luis Alvaro	Marin	SI	no	no	no		
38	CC	17132709	Guillermo Alfonso	Africano Ochoa	SI	SI	SI	SI		
39	CC									
40	CC									
41	CC									
42	CC									
43	CC									
44	CC									
45	CC									
46	CC									
47	CC									

Powered by CamScanner