ACTA

Articulación Sena

FECHA: Bogotá, 21 de julio de 2023
HORA: 9:15 am a 10:00 a.m.
LUGAR: Centro de cuidado transitorio Suba san José Nazareth

ASISTENTES: Funcionario Sena
ORDEN DEL DÍA:

1. Saludo
2. Actividad física -

DESARROLLO:

Objetivo: potenciar Mejorar en las personas mayores la coordinación por medio de ejercicios con aros.

.

Se inicia la actividad con la presentación del funcionario del Sena, profesional en actividad física donde se les explica a las personas mayores el objetivo de la actividad.

Paso a seguir se ejecutaron ejercicios de calentamiento el cual permite al cuerpo entrar en calor y para una posterior activación muscular, la sesión del día se trabajó con aros el cual ayuda a tener una mejor ubicación en tiempo y espacio y de igual manera a ejecutar la rutina d coordinación donde se ejecutaron los siguientes ejercicios.:

- Skipping bajo y alto con aros 30seg x 20 seg
- Laterales con variación de movimiento bajo con aros 30seg x 20 seg
- Juego de coordinación con aro 30seg x 20 seg
- Saltos continuos 30seg x 20 seg
- Trote estático y con movimiento 30seg x 20 seg
- Sentadillas con aros 30seg x 20 seg
- Sentadilla baja con estabilidad media con aros 30seg x 20 seg
- Ejercicios de recuperación
- Ejercicios de respiración
- Estiramiento final tren superior e inferior

Cada ejercicio ejecutado contenía tiempo de trabajo por tiempo de recuperación, las personas mayores se observaron dispuestas participando de manera activa, se observa el buen manejo de coordinación y buena capacidad física.

Elaboró:

Yohn Jairo Suarez florez
Educador Fisico





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:** 21/07/2023 AM

Nombre del Responsable: Paola Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1 LINEA: Vinculando habilidades para la vida en el marco de la estrategia territorios de vida y paz	ACTIVIDAD 2 LINEA: Transferencia de conocimiento de la oferta social y política pública	ACTIVIDAD 3 LINEA: Fortalecimiento de la autonomía y los derechos	ACTIVIDAD 4 LINEA: Activación corporal para el ejercicio pleno y efectivo de derechos		
1	CC	19223538	Victor Julio	Fonseca Robayo	SI	SI	SI	SI		
2	CC	2258522	Luis	Balanilla	SI	SI	SI	NO		
3	CC	17069945	Carlos Arturo	Navarrete Diaz	SI	SI	NO	NO		
4	CC	5701587	Arcizar	Vanegas	SI	NO	NO	NO		
5	CC	80085404	Carlos	Chaparro Acero	SI	NO	NO	NO		
6	CC	1111201612	Alberto	Sanabria Castañeda	SI	SI	SI	SI		
7	CC	6155358	Isaac	Mosquera	SI	SI	SI	SI		
8	CC	17186292	Mario Enrique	Estrada Gonzalez	SI	NO	NO	NO		
9	CC	6088555	Luis Alvaro	Marin	SI	SI	NO	NO		
10	CC	19100020	Luis Augusto	Albarracin Quitama	SI	SI	NO	NO		
11	CC	19404039	Luis Eduardo	Gonzalez Sandoval	SI	SI	SI	NO		
12	CC	17625009	Jesus Antonio	Gallegos Martinez	SI	NO	NO	NO		
13	CC	16004237	Eliecer	Garzon Tafur	SI	SI	SI	SI		
14	CC	19082759	Salomón	Moreno Hios	SI	SI	SI	SI		
15	CC	19255215	Miguel Antonio	Vivas Castro	SI	NO	NO	NO		
16	CC	19207796	Antonio	Castaño Quintero	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:** 21/07/2023 AM

Nombre del Responsable: Paola Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Avanzando habilidades artísticas y deportivas para la autonomía JENA	LINEA: Transformación imaginarios sobre la política Pública	LINEA: Fortalecimiento de autonomías tipos de ciudadanía	LINEA: Promoción fortalecimiento ejercicio derechos y deberes		
17	CC	13252328	Isidro	Ramirez Gelvez	SI	SI	SI	SI		
18	CC	1128013791	Efrain	Ternota Forero	SI	SI	SI	SI		
19	CC	19197251	Victor Leandro	Morales Arenas	SI	SI	SI	SI		
20	CC	17710297	Carlos Julio	Pavia Lara	SI	NO	SI	SI		
21	CC	19245261	Alvaro	Villareal Mejia	SI	NO	NO	NO		
22	CC	396263	Jairo Alberto	Torres Escobar	SI	SI	SI	NO		
23	CC	41680700	Maria Luisa	Ramirez Roxio	SI	SI	SI	SI		
24	CC	17081880	Guillermo	Turrigo Guzman	SI	NO	NO	NO		
25	CC	19209744	Carlos Enrique	Celleda Sanchez	SI	NO	NO	NO		
26	CC	19138277	Ernesto	Romero	SI	SI	SI	SI		
27	CC	19160980	Julian Angel	Montoya Guerrero	SI +	SI	NO	SI		
28	CC	19131581	Jorge	Lazo	SI	SI	NO	NO		
29	CC	240130	Jose	Noel Alfonso	SI	NO	SI	SI		
30	CC	19476872	Ariel	Alfonso Mendoza	SI	SI	NO	NO		
31	CC	16472452	Edilberto	Quiñones Valencia	SI	SI	SI	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 12022031105 -15 /09/2022
Página: 3 de 4

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

Fecha: 27/07/2023 AM

Nombre del Responsable: Paola Navarro

ITEM	DOCUMENTO DE IDENTIFICACION		NOMBRES	APELLIDOS	ASISTENCIA ACTIVIDADES				FIRMA	OBSERVACIONES
	TIPO	NÚMERO			ACTIVIDAD 1	ACTIVIDAD 2	ACTIVIDAD 3	ACTIVIDAD 4		
					LINEA: Ejercicio de la ciudadanía activa y participación a través de la JAL	LINEA: Transformación e incidencia social y política	LINEA: Fortalecimiento de autonomía y tipos de autonomía	LINEA: Reconocimiento y ejercicio de derechos y deberes		
32	CC	19204010	Luis Alberto	Bohorquez Castañeda	Si	Si	Si	No		
33	CC	19462921	Luis Alberto	Cosallos	Si	Si	Si	No		
34	CC	52092734	Liliana de Jesus	Julio Fernandez	Si	No	No	Si		
35	CC	14108829	Gustavo Alonso	Alvarado Contreras	Si	No	No	No		
36	CC	80267046	Manuel Dario	Beltran Barreto	Si	Si	No	No		
37	CC	79117949	Miguel Enrique	Sierra Molina	Si	Si	Si	Si		
38	CC	19400337	German	Fajardo alape	Si +	No	No	No		
39	CC	19387747	Luis eduardo	Lopez Lopez	Si	Si	Si	Si	-	
40	CC	19118491	Fernando	Wiliches moreno	Si	Si	Si	Si		
41	CC									
42	CC									
43	CC									
44	CC									
45	CC									
46	CC									
47	CC									

Powered by CamScanner