

TALLERES ADULTO MAYOR

SESIÓN #1

Actividad: Chocolatada: Contando historias.	
Materiales: Fichas bibliográficas de cartulina, lana, esferos.	
Objetivo: Desarrollar una sesión recreativa para recuperar la tradición oral y fortalecer la inteligencia múltiple lingüística. Fomentar el uso de la lingüística por medio del relato de historias del adulto mayor.	
FASES	Descripción
INICIAL	Dar la bienvenida a los participantes, presentarse y facilitar una tarjeta que se pueda colgar en su cuello con lana donde con letra amplia se encuentre su nombre.
CENTRAL	Se rotará una canasta con papeletas marcadas con números para dar turnos de intervención al azar. Recordar las mejores historias vividas en el barrio. Todo esto compartiendo una bebida caliente.
FINAL	En la misma tarjeta en la que tienen el nombre, se les solicitará escribir si les gustó o no la sesión, contar por qué y también las recomendaciones. Finalmente, agradecer por su participación y dar cierre a la sesión.
RECOMENDACIONES	
Es importante ofrecer un espacio agradable y confiable para el adulto mayor, que se sienta seguro al participar de manera activa en la sesión, en caso tal de que no desee participar se debe respetar el deseo. En caso tal de requerir apoyo de alguien para desempeñar cualquier actividad se le deberá facilitar la ayuda. LA DURACIÓN NO TIENE LÍMITE DE TIEMPO, LA ACTIVIDAD SE DEBE DESARROLLAR SEGÚN LAS CAPACIDADES Y DISPONIBILIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES.	

SESIÓN #2

Actividad: Cantando ando.	
Materiales: Fichas bibliográficas de cartulina, lana, esferos, parlante, celular con música.	
Objetivo: Desarrollar una sesión recreativa para recuperar la tradición oral y fortalecer la inteligencia múltiple musical. Cantar la canción que más les gusta y analizar la letra.	
FASES	Descripción
INICIAL	Facilitar una tarjeta que se pueda colgar en su cuello con lana donde con letra amplia se encuentre su nombre.
CENTRAL	Recordar y seleccionar una canción de música colombiana. Reproducir la canción en una consola para poder escucharla y cantarla, opinar sobre la letra y comentar la razón de por qué es especial para la persona.
FINAL	En la misma tarjeta en la que tienen el nombre, se les solicitará escribir si les gustó o no la sesión, contar por qué y también las recomendaciones. Finalmente, agradecer por su participación y dar cierre a la sesión.
RECOMENDACIONES	
Es importante ofrecer un espacio agradable y confiable para el adulto mayor, que se sienta seguro al participar de manera activa en la sesión, en caso tal de que no desee participar se debe respetar el deseo. En caso tal de requerir apoyo de alguien para desempeñar cualquier actividad se le deberá facilitar la ayuda. LA DURACIÓN NO TIENE LÍMITE DE TIEMPO, LA ACTIVIDAD SE DEBE DESARROLLAR SEGÚN LAS CAPACIDADES Y DISPONIBILIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES.	

SESIÓN #3

Actividad: Recordando números.	
Materiales: Fichas bibliográficas de cartulina, lana, esferos, papel, pepas de granos, palitos de madera, otros.	
Objetivo: Desarrollar una sesión recreativa para recuperar la tradición oral y fortalecer la inteligencia múltiple lógico - matemática. Enseñar a alguien los métodos y ayudas que tenían para el uso de las matemáticas.	
FASES	Descripción
INICIAL	Facilitar una tarjeta que se pueda colgar en su cuello con lana donde con letra amplia se encuentre su nombre.
CENTRAL	Facilitar materiales como papel, lápiz, pepas de granos, palitos de madera, entre otros, para que enseñen los métodos o formas con las que aprendieron sobre números.
FINAL	En la misma tarjeta en la que tienen el nombre, se les solicitará escribir si les gustó o no la sesión, contar por qué y también las recomendaciones. Finalmente, agradecer por su participación y dar cierre a la sesión.
RECOMENDACIONES	
Es importante ofrecer un espacio agradable y confiable para el adulto mayor, que se sienta seguro al participar de manera activa en la sesión, en caso tal de que no desee participar se debe respetar el deseo. En caso tal de requerir apoyo de alguien para desempeñar cualquier actividad se le deberá facilitar la ayuda. LA DURACIÓN NO TIENE LÍMITE DE TIEMPO, LA ACTIVIDAD SE DEBE DESARROLLAR SEGÚN LAS CAPACIDADES Y DISPONIBILIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES.	

SESIÓN #4

Actividad: Folcloriando.

Materiales: Fichas bibliográficas de cartulina, lana, esferos, parlante, celular con música.	
Objetivo: Desarrollar una sesión recreativa para recuperar la tradición oral y fortalecer la inteligencia múltiple corporal cinética. Bailar una canción típica.	
FASES	Descripción
INICIAL	Facilitar una tarjeta que se pueda colgar en su cuello con lana donde con letra amplia se encuentre su nombre.
CENTRAL	Tener lista música en una consola, dar libre elección de bailes típicos que les guste para realizar la danza como ellos consideren pertinente. En caso de estar en grupo se puede facilitar una dinámica en clase de rumba.
FINAL	En la misma tarjeta en la que tienen el nombre, se les solicitará escribir si les gustó o no la sesión, contar por qué y también las recomendaciones. Finalmente, agradecer por su participación y dar cierre a la sesión.
RECOMENDACIONES	
Es importante ofrecer un espacio agradable y confiable para el adulto mayor, que se sienta seguro al participar de manera activa en la sesión, en caso tal de que no desee participar se debe respetar el deseo. En caso tal de requerir apoyo de alguien para desempeñar cualquier actividad se le deberá facilitar la ayuda. LA DURACIÓN NO TIENE LÍMITE DE TIEMPO, LA ACTIVIDAD SE DEBE DESARROLLAR SEGÚN LAS CAPACIDADES Y DISPONIBILIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES.	

SESIÓN #5

Actividad: Mi lugar favorito.
Materiales: Fichas bibliográficas de cartulina, lana, esferos, hojas, mapa de Bogotá grande.

Objetivo: Desarrollar una sesión recreativa para recuperar la tradición oral y fortalecer la inteligencia múltiple espacial. Relato sobre la Bogotá de hace algunos años.	
FASES	Descripción
INICIAL	Facilitar una tarjeta que se pueda colgar en su cuello con lana donde con letra amplia se encuentre su nombre.
CENTRAL	Se tendrá un mapa físico donde cada participante podrá señalar el lugar favorito en la ciudad de Bogotá, podría dibujarlo en una hoja e indicar la razón por la que es su lugar favorito, posteriormente compartirá alguna remembranza.
FINAL	En la misma tarjeta en la que tienen el nombre, se les solicitará escribir si les gustó o no la sesión, contar por qué y también las recomendaciones. Finalmente, agradecer por su participación y dar cierre a la sesión.
RECOMENDACIONES	
Es importante ofrecer un espacio agradable y confiable para el adulto mayor, que se sienta seguro al participar de manera activa en la sesión, en caso tal de que no desee participar se debe respetar el deseo. En caso tal de requerir apoyo de alguien para desempeñar cualquier actividad se le deberá facilitar la ayuda. LA DURACIÓN NO TIENE LÍMITE DE TIEMPO, LA ACTIVIDAD SE DEBE DESARROLLAR SEGÚN LAS CAPACIDADES Y DISPONIBILIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES.	

SESIÓN #6

Actividad: El Roble.
Materiales: Fichas bibliográficas de cartulina, lana, esferos, cartulina, marcadores, pintura, otros.
Objetivo: Desarrollar una sesión recreativa para recuperar la tradición oral y fortalecer la inteligencia

múltiple intrapersonal. Construir un árbol genealógico.	
FASES	Descripción
INICIAL	Facilitar una tarjeta que se pueda colgar en su cuello con lana donde con letra amplia se encuentre su nombre.
CENTRAL	En una hoja de cartulina pegada en la pared, podrá pintar con la mano, con pinceles, o cualquier medio que quiera, un árbol grande, donde luego pueda colocar la mayor parte de su familia al interior del dibujo.
FINAL	En la misma tarjeta en la que tienen el nombre, se les solicitará escribir si les gustó o no la sesión, contar por qué y también las recomendaciones. Finalmente, agradecer por su participación y dar cierre a la sesión.
RECOMENDACIONES	
Es importante ofrecer un espacio agradable y confiable para el adulto mayor, que se sienta seguro al participar de manera activa en la sesión, en caso tal de que no desee participar se debe respetar el deseo. En caso tal de requerir apoyo de alguien para desempeñar cualquier actividad se le deberá facilitar la ayuda. LA DURACIÓN NO TIENE LÍMITE DE TIEMPO, LA ACTIVIDAD SE DEBE DESARROLLAR SEGÚN LAS CAPACIDADES Y DISPONIBILIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES.	

SESIÓN #7

Actividad: Personaje sorpresa.
Materiales: Fichas bibliográficas de cartulina, lana, esferos, materiales reciclados, ropa y objetos de la casa.
Objetivo: Desarrollar una sesión recreativa para recuperar la tradición oral y fortalecer la inteligencia

múltiple interpersonal. Representar un mito y una leyenda.	
FASES	Descripción
INICIAL	Facilitar una tarjeta que se pueda colgar en su cuello con lana donde con letra amplia se encuentre su nombre.
CENTRAL	Podrán disfrazarse del personaje representativo de alguna leyenda o mito que conozcan. Tendrán la oportunidad de contar la historia o también hacer una actuación del personaje.
FINAL	En la misma tarjeta en la que tienen el nombre, se les solicitará escribir si les gustó o no la sesión, contar por qué y también las recomendaciones. Finalmente, agradecer por su participación y dar cierre a la sesión.
RECOMENDACIONES	
Es importante ofrecer un espacio agradable y confiable para el adulto mayor, que se sienta seguro al participar de manera activa en la sesión, en caso tal de que no desee participar se debe respetar el deseo. En caso tal de requerir apoyo de alguien para desempeñar cualquier actividad se le deberá facilitar la ayuda. LA DURACIÓN NO TIENE LÍMITE DE TIEMPO, LA ACTIVIDAD SE DEBE DESARROLLAR SEGÚN LAS CAPACIDADES Y DISPONIBILIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES.	

SESIÓN #8

Actividad: Pachamama.
Materiales: Fichas bibliográficas de cartulina, lana, esferos, parlante, celular con música.
Objetivo: Desarrollar una sesión recreativa para recuperar la tradición oral y fortalecer la inteligencia múltiple naturalista. Identificar su lugar natural favorito.

FASES	Descripción
INICIAL	Facilitar una tarjeta que se pueda colgar en su cuello con lana donde con letra amplia se encuentre su nombre.
CENTRAL	Se facilitará el uso de material reciclado como envases de vidrio, estructuras de madera, entre otros, para hacer la siembra de alguna semilla que les guste, a medida que se realice la actividad, contarán anécdotas sobre lugares naturales que conozcan.
FINAL	En la misma tarjeta en la que tienen el nombre, se les solicitará escribir si les gustó o no la sesión, contar por qué y también las recomendaciones. Finalmente, agradecer por su participación y dar cierre a la sesión.
RECOMENDACIONES	
Es importante ofrecer un espacio agradable y confiable para el adulto mayor, que se sienta seguro al participar de manera activa en la sesión, en caso tal de que no desee participar se debe respetar el deseo. En caso tal de requerir apoyo de alguien para desempeñar cualquier actividad se le deberá facilitar la ayuda. LA DURACIÓN NO TIENE LÍMITE DE TIEMPO, LA ACTIVIDAD SE DEBE DESARROLLAR SEGÚN LAS CAPACIDADES Y DISPONIBILIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES.	