

EL RESCATE DE LA MEMORIA LÚDICA EN LA PERSONA MAYOR

XIOMARA NATHALIA BAQUERO PARDO
ADRIÁN MAURICIO ARTUNDUAGA CLAROS
JUAN MANUEL VILLANUEVA GODOY

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES
VICERRECTORÍA DE EDUCACIÓN VIRTUAL Y A DISTANCIA
ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGÓGICA DE LA LÚDICA
BOGOTÁ
2015

EL RESCATE DE LA MEMORIA LÚDICA EN LA PERSONA MAYOR

XIOMARA NATHALIA BAQUERO PARDO
ADRIAN MAURICIO ARTUNDUAGA CLAROS
JUAN MANUEL VILLANUEVA GODOY

Trabajo de grado para optar el título de Especialista
En Pedagogía de la Lúdica

Asesor
FERNANDO ESTUPIÑAN
Magister en Educación

FUNDACIÓN UNIVERSITARIA LOS LIBERTADORES
VICERRECTORÍA DE EDUCACIÓN VIRTUAL Y A DISTANCIA
ESPECIALIZACIÓN EN PEDAGOGÍA DE LA LÚDICA
BOGOTÁ
2015

Nota de aceptación

Presidente del jurado

Jurado

Jurado

Bogotá D.C., 2015

AGRADECIMIENTOS

Los autores expresa sus agradecimientos a:

Agradecemos de en primer lugar a Dios por permitirnos llegar a otro escalón en la etapa de formación de nuestras vidas, en segundo lugar a gradecemos a nuestras familias quienes siempre creyeron y apoyaron nuestro sueños, sueños que hoy se convierten en mestas cumplidas.

También es importante reconocer que este es solo uno de los muchos retos que nos quedan por cumplir a los largo de nuestra vida.

A mis queridos compañeros por el trabajo desarrollado con mucha paciencia, compromiso y dedicación evidenciando satisfacción con los resultados obtenidos

Al docente Fernando Estupiñán, por su apoyo y asesorías que permitieron culminar este proyecto

DEDICATORIA

Este es un logro que nos motiva para continuar fortaleciendo el quehacer educativo, pero a su vez es un logro para nuestras familias que apoyaron y creyeron en la materialización de este sueño.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	13
1. PROBLEMA	14
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	14
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	16
1.3.1. Antecedentes bibliográficos	16
2. JUSTIFICACIÓN	19
3. OBJETIVOS	20
3.1. OBJETIVO GENERAL	20
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	20
4. MARCO REFERENCIAL	21
4.1. MARCO CONTEXTUAL	21
4.2. MARCO TEÓRICO	22
4.2.1. El juego y Recreación	22
4.2.2. Juego	24
4.2.3. El Juego y la Persona Mayor	25
4.2.4. Interculturalidad	26
4.2.5. Persona Mayor	26
4.2.6. ¿Quién es la persona mayor?	26
4.3. MARCO LEGAL	27
4.3.1. Ley 1251 de 2008	27
5. DISEÑO METODOLÓGICO	43
5.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN	43
5.2. POBLACIÓN Y MUESTRA	44
5.3. INSTRUMENTOS	44
5.4. ANÁLISIS DE RESULTADOS	44
5.5. Preguntas Orientadoras	44
5.5.1. Diagnóstico	55

6. PROPUESTA	57
6.1. Título	57
6.2. Descripción	57
6.3. Justificación	57
6.4. Objetivo	57
6.5. Estrategias y Actividades	58
6.5.1. Actividad 1. Festival de Juegos Tradicionales	58
6.5.2. Actividad 2. Rondas tradicionales	58
6.5.3. Actividad 3. Juegos de mesa	59
6.6. Contenidos	59
6.7. Personas responsables.....	59
6.8. Beneficiarios	59
6.9. Recursos	60
6.10. Evaluación y Seguimiento	60
7. CONCLUSIONES	62
8. RECOMENDACIONES.....	63
BIBLIOGRAFÍA	64
ANEXO A	66
ANEXO B	68

LISTA DE TABLAS

Tabla 1 Frecuencia e Importancia	45
Tabla 2 Frecuencia de tenencia de nietos	46
Tabla 3 Frecuencia de cuidado de nietos	47
Tabla 4 Rango de edad de los nietos	47
Tabla 5 Juego durante la Infancia	48
Tabla 6 Actividades de la Infancia.....	49
Tabla 7 Descripción de actividades	50
Tabla 8 Actividades realizadas por los nietos.....	51
Tabla 9 Prácticas de actividades lúdicas.....	53
Tabla 10 Importancia de la práctica de actividades lúdicas	53
Tabla 11 Prácticas de entretenimiento.....	54
Tabla 12 Contenidos.....	59

LISTA DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1	Importancia del Juego	45
Ilustración 2	Motivos que sustentan la importancia del Juego	46
Ilustración 3	Tenencia de Nietos	46
Ilustración 4	Cuidado de los nietos	47
Ilustración 5	Rango de edad de los nietos	48
Ilustración 6	Juego en la Infancia	49
Ilustración 7	Actividades de la Infancia	50
Ilustración 8	Descripción de Actividades	51
Ilustración 9	Actividades realizadas por los nietos	52
Ilustración 10	Prácticas de actividades lúdicas	53
Ilustración 11	Importancia de la Práctica de actividades lúdicas	54
Ilustración 12	Prácticas de entrenamiento	55

LISTADO DE IMÁGENES

Imagen 1 Localidad 8 Kennedy.....	21
Imagen 2 Grupo de Persona Mayor.....	68
Imagen 3 Desarrollo de actividades 1.....	68
Imagen 5 Desarrollo de actividades 3.....	69
Imagen 4 Desarrollo de Actividades 2.....	69

RESUMEN

Nos proponemos abordar en documento el rescate de la memoria lúdica en la persona mayor, entendiendo que cada uno de los sujetos sociales se construye una trayectoria de las practicas lúdicas desarrolladas a lo largo de nuestras vida, principalmente en la infancia, la posibilidad de reconstruir y resignificar esta memoria, considerando que cada persona mayor posee una historia que dará cuenta de su capacidad de despliegue lúdico y por lo tanto la posibilidad de habilitar diversidad de juegos.

En ésta última se realiza un recorrido de los juegos que se jugaban en la infancia, en la adolescencia, en la adultez, hasta se puede incluir el día anterior a escribirla. Refiere a aquel recorrido de juegos y juguetes que nos han acompañado a lo largo de nuestra historia y que han dejado una huella en nuestro cuerpo y en nuestra mente.

Recordar aquellos juegos implica nombrarlos y también es traer al presente las imágenes y escenarios que los rodeaban. Es evocar las sensaciones que hemos sentido al jugarlos y que, en el instante en qué las nombramos, vuelven a recordarse con la misma emoción de antaño.

Palabras Claves: Lúdica, persona mayor, juego, intergeneracional.

GLOSARIO

Recreación: Cualquier actividad que no se realiza conscientemente con el fin de dar un beneficio o recompensa fuera de ella misma, en la que usualmente se compromete durante el ocio y que ofrece al hombre una oportunidad para ejercer sus poderes físicos, mentales o creativos, y en la cual uno se compromete por su deseo interior y no por una compulsión externa.

Juego: La palabra Juego Proviene del latín “iocum y ludus ludere¹” ambos hace referencia a broma, diversión y se relacionan indirectamente con la palabra Lúdica. El juego se convierte entonces en instrumento potenciador de habilidades sociales y en sí mismo del desarrollo y fortalecimiento de las dimensiones del ser humano, desde los primeros años de vida se inicia con esta exploración de diferentes formas de recrear y que a su vez permite socializar y en la medida que pasa el tiempo favorecerá la personalidad del adulto siendo libres y coherentes con las decisiones que toma para su vida.

Interculturalidad: Hablar de interculturalidad implica no sólo reconocer al otro como sujeto poseedor de creencias, valores, costumbres (...), sino como un otro con quien se puede llegar a consenso en aras del bien común.

Persona Mayor: Se utiliza el término PERSONAS MAYORES porque dignifica el reconocimiento como ser humano y visualiza la vejez como parte fundamental del curso de la vida, redimensiona la perspectiva de derechos, significado situaciones y/o condiciones (género, diversidad sexual entre otras).

1 Etimología de la Lengua Española. Definiciones sobre el origen del léxico castellano o español. 2013.

INTRODUCCIÓN

Este trabajo de investigación busca enaltecer la importancia de la persona mayor como sujeto trasmisor de conocimiento y vivencias de juego, así mismo busca promover el reconocimiento de la capacidad que se tiene en esta etapa de ciclo vital y que favorece el desarrollo social y cultural de nuestros ancestros.

Rescatar la memoria lúdica de la persona mayor; a través de la creación de espacios de juego y formas jugadas que mediados por la intervención recreativa darán como resultado la creación de una documento que da cuenta de las acciones significativas alrededor del juego.

Es claro que en la actualidad la etapa de ciclo vital de persona mayor, en el proceso de desarrollo económico y social del país tiene una alta importancia; así lo expresa la Organización Mundial de la Salud instancia que contempla el aumento progresivo y de crecimiento de persona mayor en el país, y del cual la respuesta estatal, institucional, social de país debe ser acorde a dicho crecimiento.

El resultado de este proceso investigativo es la elaboración de una cartilla como herramienta metodológica y didáctica, en donde se recopilan las acciones de juego y formas jugadas, las cuales permitirán contribuir en la trasmisión cultural de vivencias y conocimientos para las nuevas generaciones.

1. PROBLEMA

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Según la OMS (2012), entre 2000 y 2050, la proporción de los habitantes del planeta mayores de 60 años se duplicará. El número de mayores de 60 y más años en Colombia es de casi 4 millones y medio y el total de los de 65 y más años es de 3 millones, en una población total de 45 millones y medio.

Las personas mayores son hoy una población cada vez más importante en nuestro país, según la política pública para el envejecimiento y vejez (2010-2025) durante los últimos 15 años el distrito tiene más de 618.000 personas mayores y 640.000 personas con edades entre los 50 y 59 años, ahora en una perspectiva nacional a lo largo del tiempo se ha evidenciado un aumento demográfico progresivo en este grupo poblacional.

A lo largo de los planteamientos hechos se puede definir qué envejecer bien, depende de muchos factores, como lo son la capacidad funcional la cual aumenta en los primeros años de la vida, alcanza su punto máximo en la edad adulta y es a partir de esta que comienza a declinar, este descenso está determinado, al menos en parte, por los comportamientos que se mantienen a lo largo de la vida. Dentro de estos comportamientos se puede destacar la alimentación, actividades recreativas y de actividad física, la exposición a riesgos como el hábito de fumar, el consumo nocivo de alcohol o la exposición a sustancias tóxicas.

Como dicen Llibre, Guerra & Pereralta², en los estudios epidemiológicos a nivel mundial demuestran una tendencia ascendente en la incidencia y prevalencia de las enfermedades crónicas no trasmisibles (ECNT) como un indicador importante en la morbimortalidad de la población mayor.

Según la OMS debido al aumento de la esperanza de vida y a la disminución de la tasa de fecundidad, la proporción de personas mayores de 60 años está aumentando más rápidamente que cualquier otro grupo de edad en casi todos los países. El envejecimiento de la población puede considerarse un éxito de las políticas de salud pública y el desarrollo socioeconómico, pero también constituye un reto para la sociedad, que debe adaptarse a ello para mejorar al máximo la salud y la capacidad funcional de las personas mayores, así como su participación social y su seguridad.

2 LLIBRE. J, GUERRA, M. & PERERA, E. Comportamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles en adultos mayores. La Habana 2008 En: Revista Cubana de Medicina General Integral No. 24. p. 4

Es así que el conocer de la importancia que tiene la persona mayor en nuestro país debe ser una constante, dándole su reconocimiento y significado social y buscando legitimar su rol en la sociedad. La memoria lúdica trasciende como base para promover el conocimiento ancestral, las vivencias que fueron parte de su historia de vida y su forma de transmitir y enseñar a otras generaciones.

Dado lo anterior y el darle una importancia de la memoria lúdica de la persona mayor en el país, instancias como el Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre Coldeportes, desarrolla un lineamiento nacional “Plan Nacional de Recreación 2013 – 2019”, en el cual estructura la Estrategia Nacional de Recreación para y con persona mayor, documento que da cuenta de los imaginarios que la sociedad tiene en relación con la persona mayor tipificando al grupo etario como “una población que no sirve para nada”, “que ya no puede realizar actividades productivas ni para la comunidad ni para sí mismo”, es así, que a lo largo de la historia a la población mayor en Colombia se le ha delegado un papel dentro de las familias de apoyar la crianza y cuidado de los niños y niñas, mientras los demás miembros de la familia responden económicamente por los gastos del hogar. Razón por la cual estas personas han dejado de lado sus prioridades y actividades propias, acordes para su edad.

Sin embargo se ha encontrado dentro de la construcción de acciones que se lideran en la Estrategia Nacional de Recreación para y con persona mayor la posibilidad de pensarse la recreación desde un trabajo intergeneracional, en el cual emerge la posibilidad intercambio de saberes, conocimientos y experiencias desde la cultura, contribuyendo con el proceso de formación para las nuevas generaciones.

Por otro lado la persona mayor se ve como un sujeto débil para el resto de la sociedad puesto que cada día se hacen más notorias las señales de envejecimiento y se hace necesario tener un trato y cuidado especial en cuanto a traslados, acceso a diferentes espacios públicos y las actividades del diario.

A raíz de esta situación la persona mayor tiende a decaer en la parte emocional y afectiva, lo que conlleva a la pérdida de algunos aspectos culturales, lúdicos y tradicionales que traen de sus regiones y tradición oral. Se ve necesario el reconocimiento de la Persona Mayor como sujeto de derechos y útil en la sociedad desde la posibilidad del rescate de la cultura y tradición, siendo actores de su propia realidad a través de la reconstrucción de su memoria lúdica y a su vez fortalecer el aspecto emocional y afectivo.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Qué incidencia tiene el rescate de la memoria lúdica en la persona mayor como proceso de legitimación de la vejez en la sociedad y a su vez como práctica educativa para las nuevas generaciones?

1.3. ANTECEDENTES

1.3.1. Antecedentes bibliográficos

Título: A Pares y nones: Rondas Infantiles

Autor: Gretel García, Eduardo Torrijos

Fecha: Edición Publicación 2002

Fuente: Tomado de: Inteligencia Lúdica: Juegos y Neuropedagogia En Tiempos De Transformación, Carlos Alberto Jiménez Vélez, 2005

Resumen: Citando el libro anterior una ronda infantil es aquella actividad donde se juega, se canta y se aprende. Estas prácticas desarrollan la imaginación, amplía el vocabulario de los niños y les ayuda a expresarse con claridad

Resumen: Citando el libro anterior una ronda infantil es aquella actividad donde se juega, se canta y se aprende. Estas prácticas desarrollan la imaginación, amplía el vocabulario de los niños y les ayuda a expresarse con claridad.

Algunas características de las rondas infantiles:

- Los niños realizan ejercicios de percepción visual y ubicación espacio-temporal para relacionarse de forma más fácil con su entorno
- Ejercitan la correcta pronunciación en diversos tonos: grave, medio, agudo, fuerte y bajo
- Sociabilizan a través de las rondas, hacen amigos
- Coordinan gestos con movimientos dirigidos y libres

Lúdica

Es una actitud, una predisposición del ser frente a la cotidianidad, es una forma de estar en la vida, de relacionarse con ella, en espacios y ambientes en los que se produce interacción, entretenimiento, disfrute, goce y felicidad, acompañados de la distensión que producen actividades simbólicas e imaginarias como el juego, la escritura, el arte,, el descanso, el baile, el amor, el afecto e inclusive todos aquellos actos cotidianos como "mirar vitrinas", "pararse en las esquinas ", son

también lúdicos. Es necesario aclarar al respecto que lo que tienen en común estas prácticas culturales, es que en la mayoría de los casos actúan sin más recompensa que la gratitud y la felicidad que producen dichos eventos. Es en este sentido, que la mayoría de los juegos son lúdicos pero la lúdica no solo se reduce a la pragmática del juego.

Título: Juego Luego Soy: Teoría De La Actividad Lúdica

Autor: Jesús Paredes Ortiz

Fecha: Edición 2003

Editorial: WANCEULEN

Resumen: El juego debe cumplir dos funciones en la escuela: la educación a través del juego y la educación para el juego. Tanto en la escuela, como en la propia vida, está presente continuamente el aprendizaje, necesario para alcanzar el desarrollo humano completo. Es necesario aprender en todas las etapas de la vida para poder formar de manera armónica la personalidad del niño y con ella pueda desarrollar y mantener y entendimiento con el mundo que le rodea. Aprender jugando es lo primario, lo más sencillo y natural en el niño, a la vez que lo menos traumático. El juego es la primera expresión del niño, la más pura y espontánea, luego entonces la más natural. El autor no se conforma con realizar un análisis exhaustivo de las funciones, rasgos y teorías del propio juego, arriesga al máximo dejando traslucir sus sueños, sus pensamientos más profundos y sus proyectos. Convierte la elaboración de un manual, de un libro, en una forma existencial de proyectarse hacia el lector: lo invita a reflexionar, a sentir, a jugar, y más aún, audaz mente, lo provoca a ser feliz. El propio autor nos dirá más adelante que a través del juego podemos ser mejores, estar mejor y, por lo tanto, ser un poco más felices.

Título: El juego infantil y su metodología

Autor: Alfonso García, Josué Llull

Fecha: 2009

Editorial:

Resumen: Este libro habla sobre la importancia del juego y de cómo este es fundamental para el desarrollo y aprendizaje de los niños, porque desde su nacimiento desarrolla la creatividad, la imaginación, la forma de relacionarse con los demás y manifiesta su forma de ver el mundo.

Además este libro resalta la trascendencia que tiene la actividad lúdica, ya que contribuye a la maduración psicomotriz, potencia la actividad cognitiva, facilita el desarrollo afectivo y ayuda a lograr una mejor socialización entre niños y niñas.

En síntesis este libro puede brindar conocimiento al maestro sobre la aplicación del juego en la infancia, teniendo en cuenta que este no sólo le ayuda a la integración con sus compañeros, sino que simultáneamente mejora sus habilidades motrices y cognitivas.

Título: Actividad física elemento mediador de los procesos de memoria y atención en el adulto mayor

Autor: Alvear Quitian, Yerson Jair

Fecha: Bogotá 2011

Palabras Claves: autoestima, reflexividad, sensibilidad, psicomotricidad, atención, memoria, actividad física, adulto mayor.

Resumen: Proyecto curricular donde el autor, basado en los estudios realizados desde la educación física, busca trascender la realidad de los sujetos a partir de la formación de seres totales abordando una visión pedagógica, disciplinar y humanística articulándola en función del desarrollo y fortalecimiento de las dimensiones del ser, posibilitando un mejor desempeño del individuo en una sociedad a través de la actividad física estimulando los procesos de memoria y atención en los adultos mayores

Título: Actividad Física y Adulto Mayor

Autor: Berenice Bahamón Vargas, Indira Suescun Herrera.

Editorial: KINESIS

Fecha: 2002

Resumen: El aporte de este documento es brindar una herramienta para guiar y orientar procesos dirigido a las personas adultas mayores, muestra el trabajo físico que deben realizar las personas mayores para evitar alguna lesión, también habla acerca del manejo que tiene que tener los abuelos en la pérdida de la memoria y como ayudar a mejorar esta capacidad.

2. JUSTIFICACIÓN

La importancia de la realización de este proyecto radica en el interés de rescatar esa memoria lúdica que tienen las personas mayores en cuanto al juego y las formas jugadas y expresiones artística y/o culturales que hacían de sus espacios de tiempo libre un momento de encuentro, socialización y transmisor conocimiento en sus tierras de origen o en la misma ciudad.

Es claro que si bien este es el momento de la innovación en las nuevas tecnologías, también se debe reconocer que esas prácticas tradicionales, del juego, las formas jugadas, las expresiones artísticas y culturales van perdiendo fuerza en la actualidad con respecto a los niños y niñas que viven en una ciudad como Bogotá, es por eso que la esencia de este proyecto está en rescatar esa memoria lúdica de las personas mayores para que sean transmisores a esos niños y niñas que en su mayoría del tiempo libre cuidan, y a su vez reconozcamos nuestra tradición cultural y sea nuevamente transmitida en su contexto más cercano.

En síntesis podemos decir que como legado dejaremos evidencia de esos juegos y formas jugadas que de una u otra manera hemos dejado de práctica, para que sean consultados y a su vez contextualizados a las nuevas generaciones, no solo con la acción del juego o del canto sino de todo lo que debía rodear el entorno para que esta práctica fuera posible.

Es aquí donde las personas mayores tomaran importancia en su contexto social y familiar por que serán los actores de un espacio creado por ellos y para ellos con el fin de recolectar ese acervo cultural y facilitar la manera de transmitirlo a las nuevas generaciones.

Esta idea tiene peso cuando en el primer acercamiento con las personas mayores determinaremos las características y las categorías que se tendrán en cuenta en toda la investigación con el fin de determinar cuáles son las actividades culturales, artísticas y de juego y forma jugada más relevantes del pasado y así crear las condiciones para sistematizar esta información.

3. OBJETIVOS

3.1. OBJETIVO GENERAL

- Rescatar la memoria lúdica de las personas mayores como eje fundamental en el reconocimiento de la población como sujetos de derechos y constructores de conocimiento cultural a través del juego y la forma jugada del grupo espigas de amor de la localidad 8 (octava) de Kennedy barrio catalina 1er sector.

3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Posibilitar espacios lúdicos que permitan el rescate de juegos y formas jugadas que hayan sido significativos a lo largo de la vida de la persona mayor.
- Incentivar la integración de la persona mayor a través de estrategias lúdicas con su contexto familiar y comunitario.
- Estructuras escenarios que permitan la reconstrucción de vivencias y experiencias lúdicas en su entorno
- Recopilar las experiencias lúdicas, formas jugadas y expresiones artísticas y comunicativas para construir la cartilla “ memoria lúdica del grupo espigas de amor de la localidad 8 (octava) de Kennedy barrio catalina 1er sector “

4. MARCO REFERENCIAL

4.1. MARCO CONTEXTUAL

La presente investigación se llevará a cabo en la Localidad octava Kennedy, ubicada en el sector suroriental de la ciudad y esta demarcada de la siguiente manera: por el Oriente, limita con la Avenida Congreso Eucarístico (Av. Kr 69), por el Norte, con el Río Fucha y la Calle 13; por el Sur, con la Autopista Sur, el Río Tunjuelito y la Avenida Calle 40 Sur; por el Occidente, con el Camino Osorio Bosa y el Municipio de Mosquera.³

Imagen 1 Localidad 8 Kennedy



³ ALCALDÍA LOCAL KENNEDY, Conociendo mi Localidad. Reseña Localidad Kennedy. Bogotá D.C. Octubre 2013.

De acuerdo con la proyección de población realizada a partir del Censo General 2005, La población de la Localidad de Kennedy es de 1.019.949 lo cual representa el 13.7% de los habitantes del distrito, por lo cual se convierte en la segunda localidad en términos de población.⁴

La localidad cuenta con 12 UPZ, Américas 44, Carvajal 45, Castilla 46, Kennedy Central 47, Timiza 48, Tintal Norte 78, Calandaima 79, Corabastos 80, Gran Britalia 81, Patio Bonito 82, Las Margaritas 83, Bavaria 113.

En la UPZ Timiza 48, se encuentra Ubicado el Barrio Catalina 1er Sector, es allí donde se focaliza el grupo Espigas de Amor, este es un grupo conformado por personas mayores, las cuales hacen parte fundamental para el desarrollo de esta investigación.

4.2. MARCO TEÓRICO

4.2.1. El juego y Recreación

El juego como categoría que refleja la estructura social constituye un pequeño mundo donde se encuentra en menor grado y cumpliendo con determinadas funciones, los valores, y en general la estructura sociocultural que lo produce. Por tanto, el juego además de cumplir con la función biológica, es también un fenómeno cultural en la medida en que ningún análisis biológico da explicación del fanatismo, del gusto y del placer, ni de orden propio y absoluto”⁵

Con esta orientación se hace un reconocimiento del valor del juego en el entramado de lo sociocultural, donde se transmiten valores, costumbres, hábitos y formas de socialización, enfatizándose con particularidad de acuerdo al contexto con comunidades que lo asumen, encontrando diferencias significativas en las forma como se manifiesta en el ser humano, al encontrar relación entre el juego y la existencia de una realidad política, social, económica y cultural, al respecto Sánchez plantea “Los juegos tradicionales son en esencia actividad lúdica surgida de la vivencia tradicional y condicionada por la situación social, económica,

4 DANE, Censo General 2005, DANE – SDP, Proyecciones de población según localidad 2006-2015

5 GOMEZ, Humberto. Juegos recreativos de la calle. Una herramienta pedagógica. MEN. Bogotá Colombia.1.990 p11

cultural, histórica y geográfica; hacen parte de una realidad específica y concreta, correspondiente a un momento histórico determinado; en esto tendríamos que decir como Oscar Vahos que cada cultura posee un sistema lúdico, compuesto por el conjunto de juegos, juguetes y tradiciones lúdicas que surgen de la realidad de esa cultura. Cada juego, tradicional está compuesto por "Partículas de realidad" en las que es posible develar las estructuras sociales y culturales que subyacen a cada sociedad; por ello no es gratuito que un juego en diferentes espacios geográficos, tenga letras distintas.⁶

Es Colombia por su pluriculturalidad un escenario por excelencia para las manifestaciones lúdicas, donde el juego habla de la diversidad de su cultura y tradición, con juegos de comunidades negras, indígenas, mestizas y blancas que se han transformado a lo largo del tiempo por las mega-tendencias de la globalización y los medios masivos de comunicación, desplazando el repertorio de juego tradicional del individuo, la escuela, la calle, el hogar y la plaza pública, desvaneciéndose la transmisión cultural de generación en generación.

EN 1959 Butler definió la recreación como: Cualquier actividad que no se realiza conscientemente con el fin de dar un beneficio o recompensa fuera de ella misma, en la que usualmente se compromete durante el ocio y que ofrece al hombre una oportunidad para ejercer sus poderes físicos, mentales o creativos, y en la cual uno se compromete por su deseo interior y no por una compulsión externa.

Esta definición aclara que la recreación como estrategia le ofrece al hombre la oportunidad para ejercer sus poderes físicos.

En otro concepto de Loughlin en 1971 vemos que a medida que pasan los años la recreación va tomando más fuerza desde lo físico hasta lo cognitivo.

“ La recreación es una ruptura de lo habitual o cotidiano, pero con matiz de goce estético; es el descubrimiento de un nuevo sentido de las cosas que nos rodean, aparentemente conocidas; es descubrir un nuevo sentido, posible o ignorado hasta entonces, de la propia existencia: es el descubrimiento del otro como alguien diferente al que estoy acostumbrado a ver u oír todos los días; es vivida como una experiencia de plenitud; es una experiencia de crecimiento de la propia existencia; quien experimenta la vivencia de “ recrearse” debe poder, luego, tomar reflexivamente conciencia de ello.”⁷

6 SANCHEZ, Néstor. Juegos tradicionales “Más allá del Jugar”. Memorias del II Simposio Nacional de Vivencias y Gestión de la Recreación. 2.001 Cali

7 GERLERO, Julia. ¿Ocio, Tiempo Libre o Recreacion?. Educo, Editorial de la Universidad de Comahue, Neuquen. 2014

Es aquí donde queremos empoderar a las personas mayores de sus espacios y tiempos para que los elementos y las tradiciones que poseen puedan transmitirlos y sean reconocidas en sus contextos sociales.

“La recreación genera beneficios personales y sociales: es un medio para lograr un fin y puede justificarse racionalmente.” Cushman Grant 2000⁸

4.2.2. Juego

Según B Russel ⁹(1970) el juego es una actividad que genera y promueve el placer que no se realiza por una finalidad exterior a ella sino por sí misma. El juego se convierte entonces en instrumento potenciador de habilidades sociales y en sí mismo del desarrollo y fortalecimiento de las dimensiones del ser humano, desde los primeros años de vida se inicia con esta exploración de diferentes formas de recrear y que a su vez permite socializar y en la medida que pasa el tiempo favorecerá la personalidad del adulto siendo libres y coherentes con las decisiones que toma para su vida.

La palabra Juego Proviene del latín “iocum y ludus ludere¹⁰” ambos hace referencia a broma, diversión y se relacionan indirectamente con la palabra Lúdica.

El juego como medio transformador para los seres humanos y la sociedad en general han sido motivo de estudio para varias personas; quienes a su vez a través de las investigaciones y conclusiones realizadas han formado las bases para definir y concretar esta acción en diferentes contextos y comprender su intencionalidad en diferentes aspectos como social, pedagógico, religioso, entre otros. Es por esta razón que se presenta la definición de algunos autores frente al juego:

Teorías Psicológicas sobre el Juego:

- Spencer 1855 considera el juego como resultado del exceso de energía acumulada.
- Lázarus 1883 Los seres humanos realizan actividades que requieren energía, sin embargo a través del juego consigue relajar su cuerpo.
- Hall 1904 asocia el juego con la evolución humana, ya que se vuelve a recopilar la historia de la humanidad.

8 CUSHMAN, y Grant. Ocio, desarrollo humano y política social: Una perspectiva neocelandesa. En 6º. Congreso Mundial de Ocio y Desarrollo Humano. Bilbao. 2000.

9 RUSSEL, A. El juego de los Niños. Barcelona 1970 Herder.

10 Etimología de la Lengua Española. Definiciones sobre el origen del léxico castellano o español. 2013.

- Freud relaciona el juego con la satisfacción de la necesidad de características eróticas o agresivas y las emociones que acompañan estas necesidades.
- Piaget Menciona la importancia del juego en los procesos de desarrollo, a través de los procesos de asimilación y acomodación el niño da paso a una nueva estructura cognitiva, se relaciona la asimilación con el juego en la acción infantil para lograr el avance en las diferentes estructuras cognitivas.
- Sternberg 1989 señala que la asimilación en un extremo se convierte en un juego de fantasía, donde el contexto físico es relevante al imaginario.

Entonces el juego desde los inicios de la humanidad se le ha otorgado la responsabilidad de generar procesos sociales, cognitivos, afectivos, emocionales, entre otros que forman al ser humano para la toma de decisiones en la vida.

4.2.3. El Juego y la Persona Mayor

El juego es una actitud frente a la vida que nos permite ser creativos. Esta actitud, es la que interesa preservar, acrecentar y/o rescatar en el adulto mayor..

Tanto Piaget, como Chateau, muestran cómo la actividad lúdica contribuye a la educación y proporciona fuerzas y actitudes que permiten hacerse a sí mismo en la sociedad. Prepara la entrada en la vida y el surgimiento de la personalidad, por eso la necesidad del mismo en todas las etapas, dentro del modo propio de cada una de ellas. Es juego todo aquello que enmarquemos voluntariamente como tal.

Es claro que el juego como elemento transformador social va de la mano a la posibilidad que le puede dar a las personas mayores de incluirse de nuevo a la sociedad, luego de dejar de ser laboralmente activas o pensionadas, de legitimar su participación en un contexto específico y de dar espacios de interacción con otros.

El juego y la persona mayor tienen relación cuando se determina que se tiene mucho tiempo y que realmente las ocupaciones no están encaminadas a goce o disfrute de la etapa de la vida, es claro que todos los seres humanos necesitamos jugar, pero en esta edad la importancia va más allá de la misma necesidad o derecho constitucional, esta importancia está centrada en el juego como elemento determinante en el desarrollo humano y como eje transformador social.

4.2.4. Interculturalidad

Hablar de interculturalidad implica no sólo reconocer al otro como sujeto poseedor de creencias, valores, costumbres (...), sino como un otro con quien se puede llegar a consenso en aras del bien común, También podemos hablar de interculturalidad interpersonal, que es la que sucede en un contacto directo entre personas de diferentes culturas a partir de la reflexión sobre los rasgos culturales propios desde diversos puntos de referencia.¹¹

Los juegos tradicionales y especialmente las rondas, hacen parte de la realidad de los pueblos, no existen rondas o juegos que no pertenezcan a la tradición y que en ellos no se reconozca su cultura, su manera, su forma de ver y asumir la vida.

Reconocemos que un juego es tradicional, cuando no posee un autor específico, es decir es anónimo, y se juega en algún lugar geográfico desde hace muchos años , en este sentido tampoco es conseguir datos de tiempo.

Los juegos y las rondas poco a poco han venido separándose de la vida cotidiana, de las fiestas de los pueblos etc. Han venido evolucionando a medida que la cultura cambia. Los juegos están ligados a la gente y sus costumbres, a su forma de vida.

4.2.5. Persona Mayor

Se utiliza el término PERSONAS MAYORES porque dignifica el reconocimiento como ser humano y visualiza la vejez como parte fundamental del curso de la vida, redimensiona la perspectiva de derechos, significado situaciones y/o condiciones (género, diversidad sexual entre otras).¹²

4.2.6. ¿Quién es la persona mayor?

Una persona capaz de pensar y razonar por ella misma, tomar decisiones sobre su propia vida.

Capaz de aportar económicamente a una sociedad, desde su medio familiar y social

11 Programa licenciatura en recreación, Universidad Pedagógica Nacional, Garzón Luis Alfonso 2005

12 Plan nacional de recreación 2013- 2019, Series Estrategias Volumen 2 Numero 1 Estrategia Nacional de recreación de envejecimiento y vejez con y para personas mayores-

Importante en el desarrollo de la familia, la comunidad, el barrio, la vereda, la localidad, el municipio, el departamento y el país.

4.3. MARCO LEGAL

Las normas que amparan la realización de este proyecto, son principalmente las siguientes:

4.3.1. Ley 1251 de 2008

Artículo 1o. OBJETO. La presente ley tiene como objeto proteger, promover, restablecer y defender los derechos de los adultos mayores, orientar políticas que tengan en cuenta el proceso de envejecimiento, planes y programas por parte del Estado, la sociedad civil y la familia y regular el funcionamiento de las instituciones que prestan servicios de atención y desarrollo integral de las personas en su vejez, de conformidad con el artículo 46 de la Constitución Nacional, la Declaración de los Derechos Humanos de 1948, Plan de Viena de 1982, Deberes del Hombre de 1948, la Asamblea Mundial de Madrid y los diversos Tratados y Convenios Internacionales suscritos por Colombia.

Artículo 2o. FINES DE LA LEY. La presente ley tiene como finalidad lograr que los adultos mayores sean partícipes en el desarrollo de la sociedad, teniendo en cuenta sus experiencias de vida, mediante la promoción, respeto, restablecimiento, asistencia y ejercicio de sus derechos.

Artículo 3o. DEFINICIONES. Para la interpretación y aplicación de la presente ley, téngase en cuenta las siguientes definiciones:

Acción Social integral. Conjunto de acciones que buscan mejorar y modificar las circunstancias de carácter social que impidan al adulto mayor su desarrollo integral, protección física, mental y social hasta lograr la incorporación a una vida plena y productiva de las personas que se hallan en estado de necesidad, desprotección o desventaja física o mental.

Vejez. Ciclo vital de la persona con ciertas características propias que se produce por el paso del tiempo en el individuo.

Adulto mayor. Es aquella persona que cuenta con sesenta (60) años de edad o más.

Geriatría. Rama de la medicina que se encarga del estudio terapéutico, clínico, social y preventivo de la salud y de la enfermedad de los ancianos.

Gerontología. Ciencia interdisciplinaria que estudia el envejecimiento y la vejez teniendo en cuenta los aspectos biopsicosociales (psicológicos, biológicos, sociales).

Envejecimiento. Conjunto de modificaciones que el paso del tiempo ocasiona de forma irreversible en los seres vivos.

Política Nacional de Envejecimiento y Vejez. Instrumento que permite asegurar una gestión coordinada de los agentes del Estado en el sector público y privado, en el cumplimiento de los fines del Estado para satisfacer las necesidades del adulto mayor, así como la observación y conocimiento de las características propias del proceso de envejecimiento.

Plan de Atención Institucional. Es el modelo institucional en el marco de los ejes de derecho y guía para las acciones que programen e implementen las instituciones públicas o privadas, garantizando un servicio integral y de calidad. Es la responsabilidad de exigir acciones integrales en cada uno de los componentes de atención (salud, psicosocial y familiar y ocupacional).

Centros de Protección Social para el Adulto Mayor. Instituciones de protección destinadas al ofrecimiento de servicios de hospedaje, de bienestar social y cuidado integral de manera permanente o temporal a adultos mayores.

Centros de día para adulto mayor. Instituciones destinadas al cuidado, bienestar integral y asistencia social de los adultos mayores que prestan sus servicios en horas diurnas.

Instituciones de atención. Instituciones públicas, privadas o mixtas que cuentan con infraestructuras físicas (propias o ajenas) en donde se prestan servicios de salud o asistencia social y, en general, las dedicadas a la prestación de servicios de toda índole que beneficien al adulto mayor en las diversas esferas de su promoción personal como sujetos con derechos plenos.

Instituciones de atención domiciliaria. Institución que presta sus servicios de bienestar a los adultos mayores en la modalidad de cuidados y/o de servicios de salud en la residencia del usuario.

Artículo 4o. PRINCIPIOS. Para la aplicación de la presente ley se tendrán como principios rectores:

a) Participación Activa. El Estado debe proveer los mecanismos de participación necesarios para que los adultos mayores participen en el diseño, elaboración y ejecución de programas y proyectos que traten sobre él, con valoración especial

sobre sus vivencias y conocimientos en el desarrollo social, económico, cultural y político del Estado;

b) Corresponsabilidad. El Estado, la familia, la sociedad civil y los adultos mayores de manera conjunta deben promover, asistir y fortalecer la participación activa e integración de los adultos mayores en la planificación, ejecución y evaluación de los programas, planes y acciones que desarrollen para su inclusión en la vida política, económica, social y cultural de la Nación;

c) Igualdad de oportunidades. Todos los adultos mayores deben gozar de una protección especial de sus derechos y las libertades proclamados en la Constitución Política, Declaraciones y Convenios Internacionales ratificados por Colombia, respetando siempre la diversidad cultural, étnica y de valores de esta población;

d) Acceso a beneficios. El Estado, la sociedad y la familia deben garantizar a los adultos mayores el acceso a beneficios con el fin de eliminar las desigualdades sociales y territoriales;

e) Atención. En todas las entidades de carácter público y privado es un deber aplicar medidas tendientes a otorgar una atención especial, acorde con las necesidades.

f) Equidad. Es el trato justo y proporcional que se da al adulto mayor sin distinción del género, cultura, etnia, religión, condición económica, legal, física, síquica o social, dentro del reconocimiento de la pluralidad constitucional;

g) Independencia y autorrealización. El adulto mayor tiene derecho para decidir libre, responsable y conscientemente sobre su participación en el desarrollo social del país. Se les brindará las garantías necesarias para el provecho y acceso de las oportunidades laborales, económicas, políticas, educativas, culturales, espirituales y recreativas de la sociedad, así como el perfeccionamiento de sus habilidades y competencias;

h) Solidaridad. Es deber del Estado, la sociedad y la familia frente al adulto mayor, brindar apoyo y ayuda de manera preferente cuando esté en condición de vulnerabilidad;

i) Dignidad. Todas las personas tienen derecho a una vida digna y segura; los adultos mayores se constituyen en el objetivo fundamental de las acciones emprendidas en cumplimiento del Estado Social de Derecho a través de la eliminación de cualquier forma de explotación, maltrato o abuso de los adultos mayores;

j) Descentralización. Las entidades territoriales y descentralizadas por servicios prestarán y cumplirán los cometidos de la presente ley en procura de la defensa de los derechos del adulto mayor;

k) Formación permanente. Aprovechando oportunidades que desarrollen plenamente su potencial mediante el acceso a los recursos educativos, de productividad, culturales y recreativos de la sociedad;

l) No discriminación. Supresión de todo trato discriminatorio en razón de la raza, la edad, el sexo, la condición económica o la discapacidad.

m) Universalidad. Los derechos consagrados en la presente ley son de carácter universal y se aplican a todas las personas residentes en el territorio nacional sin distinción alguna y sin ningún tipo de exclusión social. Sin embargo, el Estado podrá focalizar las políticas públicas en las poblaciones más pobres y vulnerables para reducir las brechas económicas, sociales y culturales que caracterizan el país.

n) Eficiencia. Es el criterio económico que revela la capacidad de producir resultados con el mínimo de recursos, energía y tiempo.

ñ) Efectividad. Es el criterio institucional que revela la capacidad administrativa y política para alcanzar las metas o resultados propuestos, ocupándose fundamentalmente en los objetivos planteados que connotan la capacidad administrativa para satisfacer las demandas planteadas en la comunidad y que se refleja en la capacidad de respuesta a las exigencias de la sociedad.

POLÍTICA NACIONAL DE ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ.

Artículo 7o. OBJETIVOS. El Estado, en cumplimiento de los fines sociales, es responsable de la planificación, coordinación, ejecución y seguimiento de las acciones encaminadas al desarrollo integral del adulto mayor, para lo cual deberá elaborar la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez, teniendo en cuenta los siguientes objetivos:

1. Mejorar la calidad de vida de los adultos mayores como miembros de la sociedad, de manera preferente la de aquellos más pobres y vulnerables.

2. A través de enfoques multidisciplinarios, integrales e integradores, incorporar los problemas del envejecimiento como factores del desarrollo nacional, haciendo partícipe en este propósito a los adultos mayores.

3. Construir y desarrollar instrumentos culturales que valoren el aporte de los adultos mayores y faciliten la transmisión de sus habilidades y experiencias a las nuevas generaciones.
4. Alcanzar la plena integración y participación de los adultos mayores en el desarrollo económico, social, político y cultural de la Nación, reconociendo el trabajo intergeneracional que cumplen en la sociedad.
5. Construir mecanismos de concertación, coordinación y cooperación en las distintas instancias del poder público y de la sociedad civil en la promoción, protección, restablecimiento y garantía de los derechos de los adultos mayores.
6. Transversalizar la política haciendo del adulto mayor parte integral en los planes, programas, proyectos y mecanismos de trabajo de la Administración Pública.
7. Exigir una prestación de servicios con calidad al adulto mayor en todos sus ámbitos.
8. Promocionar una cultura de respeto al adulto mayor dentro de la sociedad y la familia.
9. Promoción de entornos saludables, de accesibilidad y el acceso a la habilitación/rehabilitación del adulto mayor.

Artículo 10. PROMOCIÓN A LA FAMILIA. La Política Nacional de Envejecimiento y Vejez incluirá medidas tendientes a promover la organización de la familia e involucrarla en el desarrollo integral de los adultos mayores que la conforman, propendiendo igualmente por la debida interrelación entre sus miembros.

Artículo 11. PROTECCIÓN Y CUIDADO ESPECIAL. Para efectos de la presente ley, se consideran grupos que merecen especial protección y cuidado a los adultos mayores:

a) Indígenas: Se incluirán medidas y acciones que no solo garanticen una vida digna para las personas indígenas mayores, sino que promuevan la plena participación de esta población en el desarrollo nacional y social, su integración a la vida activa y comunitaria, vivienda, seguridad alimentaria y bienestar social con pleno respeto y apoyo a su identidad cultural;

b) Mujeres: Se incluirán medidas y acciones destinadas a atender las necesidades y demandas de las mujeres adultas mayores para lograr su desarrollo integral; promoverá condiciones de equidad y género respecto al hombre, así como para

erradicar y sancionar todo tipo de violencias, abusos y discriminación individual y colectiva contra las mujeres en esta etapa de la vida;

c) Discapacitados: Se considerarán medidas especiales para incorporar a la población mayor con discapacidad en prevención, atención y promoción en la salud y bienestar integral teniendo en cuenta el Plan Nacional de Discapacidad;

d) Población desplazada: Se determinarán acciones especiales para los adultos mayores en condición de desplazamiento;

e) Negritudes, minorías étnicas: Se incluirán acciones especiales que reconozcan sus raíces y cultura, así como medidas que incluyan su activa participación en la elaboración de planes, programas y proyectos;

g) Reclusos: Dirigir acciones específicas para los adultos mayores que se encuentran privados de la libertad, a fin de mejorar sus condiciones de vida.

Artículo 12. PARTICIPACIÓN. En la elaboración de la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez, se tendrá en cuenta la participación de:

a) Organizaciones públicas y privadas que presten servicios al adulto mayor;

b) Entidades públicas del nivel Nacional, Departamental, Distrital, Municipal y Local y las entidades descentralizadas que atiendan y adelanten proyectos relacionados con el adulto mayor;

c) La sociedad civil organizada;

d) La academia;

e) Los adultos mayores;

f) Redes sociales de apoyo.

PARÁGRAFO 1o. El Ministerio de la Protección Social determinará los plazos y metodologías para la elaboración de la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez.

PARÁGRAFO 2o. Definidos los plazos, metodologías y participación, se elaborará un documento técnico por parte del Conpes que contenga la política pública. Este documento deberá ser elaborado en un término no superior a un (1) año después de la publicación de la presente ley.

Artículo 17. ÁREAS DE INTERVENCIÓN. En la elaboración del Plan Nacional se tendrán en cuenta las siguientes áreas de intervención:

1. Protección a la salud y bienestar social. Los adultos mayores tienen derecho a la protección integral de la salud y el deber de participar en la promoción y defensa de la salud propia, así como la de su familia y su comunidad. El Ministerio de la Protección Social atenderá las necesidades de salud y de bienestar social de este grupo poblacional mediante la formulación de políticas y directrices en materia de salud y bienestar social, a fin de que se presten servicios integrados con calidad.

Corresponde al Estado, a través de sus entidades del orden Nacional, Departamental, Distrital y Municipal, de conformidad con el ámbito de sus competencias, a las Aseguradoras, a las Instituciones Públicas y Privadas del Sector Salud y de Asistencia Social:

- a) Garantizar la provisión de servicios y programas integrales de atención, promoción y prevención en salud mental para los adultos mayores en instituciones públicas y privadas;
- b) Proponer acciones tendientes a la elevación de calidad y especialización de los servicios de la salud que prestan al adulto mayor;
- c) Desarrollar acciones permanentes de educación y capacitación en la prevención y el autocuidado;
- d) Evaluar y fortalecer el funcionamiento de los Programas de Apoyo Alimentario y de Medicamentos Gratuitos;
- e) Acompañar y monitorear el proceso hacia la conformación de la pensión justa y equitativa a las necesidades de los adultos mayores que permitan una vida digna;
- f) Evaluación permanente a la calidad de los servicios prestados en los centros de cuidados prolongados para los adultos mayores (Centros de protección social, casas, etc.);
- g) Ampliar las coberturas de acceso a los servicios de salud y bienestar social de acuerdo a las necesidades presentadas por el adulto mayor;
- h) Generar mecanismos eficaces para la vigilancia y control de las instituciones prestadoras de servicios al adulto mayor;
- i) Crear programas especiales en detección oportuna y tratamiento temprano de enfermedades crónicas entre los adultos mayores, así como de cuidado y auxilio a quienes sufren de discapacidades funcionales;

j) Crear programas de salud, asistencia social y bienestar dirigidos a atender las necesidades de las personas en las diferentes etapas del ciclo de vida, mediante medidas preventivas y de promoción de la salud y actividades que generen un envejecimiento saludable;

k) Generar, fortalecer y fomentar especialidades médicas y asistenciales para adultos mayores en Geriatría y Gerontología;

l) Generar capacitaciones para cuidadores formales e informales de adultos mayores;

m) Desarrollar servicios amplios de atención de la salud mental que comprendan desde prevención hasta la intervención temprana, la prestación de servicios de tratamiento y la gestión de los problemas de salud mental de los adultos mayores.

2. Educación, cultura y recreación. La educación, la cultura y la recreación hacen parte del proceso de formación integral del ser humano; con tal fin, el Estado deberá:

a) Promocionar y estimular los programas en gerontología en pre y posgrado;

b) Crear núcleos temáticos sobre envejecimiento y vejez en la educación formal, en los niveles preescolares, básicos primarios y vocacionales, así como en la educación no formal;

c) Propender por desarrollar en los adultos mayores la formación en derechos humanos, educación para la participación ciudadana en la equidad y participación y, en general, en todos los campos de su interés para el mejoramiento continuo;

d) Educación intercultural en temas ambientales y de sostenibilidad, de desarrollo económico y social con énfasis en el mejoramiento de la calidad de vida;

e) Lograr una mejor calidad y expectativas de vida personal, familiar y social a través de acciones educativas y participativas que permitan crear conciencia de la dignidad humana y formar actitudes positivas y respetuosas frente a la vejez y al envejecimiento como aporte a la sociedad;

f) Contribuir a la educación integral de esta población permitiéndole elaborar proyectos de vida acordes con su edad y expectativas de vida que los ayuden a asumir roles en la vida familiar y social;

g) Integrar de manera efectiva el saber adquirido por los adultos mayores optimizándolo dentro de la sociedad;

h) Proponer el acceso del adulto mayor a la educación formal e informal en diversas formas y niveles de capacitación a fin de lograr su desarrollo individual, familiar y social como forma de inclusión a la sociedad;

i) Desarrollar propuestas para el acceso del adulto mayor a las actividades culturales tanto de creación como de apropiación de la cultura;

j) Desarrollar acciones que promuevan y permitan el acceso del adulto mayor a las actividades deportivas diseñadas en función de sus necesidades particulares;

k) Impulsar acciones para la conformación de espacios públicos de encuentro, comunicación y de convivencia intra e intergeneracional (clubes, centros de día, espectáculos, etc.);

l) Desarrollar acciones para construir en el conjunto de la población una cultura de la vejez y del envejecimiento activo.

3. Entorno físico y social favorable. Corresponde al Estado, a través de sus entidades del orden Nacional, Departamental, Distrital y Municipal de conformidad con el ámbito de sus competencias, a las instituciones públicas y privadas, garantizar a los adultos mayores condiciones óptimas para que el entorno físico sea acorde con sus necesidades. Para ello se determinarán acciones tendientes y deberán:

a) Que los servicios públicos que se presten cuenten con infraestructuras adecuadas y de acceso para el adulto mayor;

b) Propiciar programas de vivienda que permitan a los adultos mayores la obtención de vivienda propia o remodelarla en caso de ya contar con ella;

c) Generar estrategias para permitir el acceso a proyectos de vivienda de interés social que ofrezcan igual oportunidad a las parejas compuestas por los adultos mayores, solos o jefes de familia;

d) Promover la construcción de viviendas especiales de acuerdo a las necesidades de habitabilidad, seguridad y accesibilidad de los adultos mayores;

e) Desarrollar acciones tendientes a generar espacios urbanos con características físico-espaciales que generen un entorno seguro y accesible acordes a las necesidades de los adultos mayores;

f) Generar mecanismos que faciliten adaptar medios de transporte a las necesidades de los adultos mayores;

g) Disminuir los riesgos de accidentes de tránsito de los adultos mayores a través de campañas de educación a conductores y a peatones y la señalización adecuada de las vías públicas.

4. Productividad. El Estado, a través de sus entidades del orden Nacional, Departamental, Distrital y Municipal, de conformidad con el ámbito de sus competencias, las instituciones públicas y privadas, la sociedad y la familia, deberán generar acciones tendientes a involucrar al adulto mayor en el desarrollo económico y productivo de nuestro país. Para esto deberán:

a) Facilitar y promover la obtención de ingresos mediante el empleo, el desarrollo de proyectos productivos y la formación de empresas sociales para el adulto mayor;

b) Desarrollar mecanismos para el acceso al crédito con propósitos productivos para el adulto mayor;

c) Promover el acceso del adulto mayor al empleo formal;

d) Capacitar, promover y facilitar el acceso a las nuevas tecnologías y al teletrabajo como mecanismo para la generación de ingresos y de empleo.

Artículo 18. DIFUSIÓN Y PROMOCIÓN. Corresponde al Ministerio de la Protección Social la promoción y difusión de la Política Pública para el Adulto Mayor.

Artículo 19. REPORTE DE INFORMACIÓN. El Gobierno Nacional, en cabeza del Ministerio de la Protección Social, informará a las Comisiones Séptimas del Congreso de la República dentro de los seis meses siguientes a la entrada en vigencia de la presente ley, los avances en el proceso de la formulación de la política, así como el nivel de participación de los diferentes actores del mismo.

TITULO IV: CONSEJO NACIONAL DEL ADULTO MAYOR

Artículo 26. CREACIÓN. El Gobierno Nacional creará el Consejo Nacional del Adulto Mayor como órgano consultivo del Ministerio de la Protección Social de carácter permanente.

Artículo 27. FINES. Serán fines del Consejo Nacional del Adulto Mayor:

1. Realizar el seguimiento y verificación de la puesta en marcha de las políticas, estrategias y programas que garanticen la protección e integración social de los adultos mayores.

2. Apoyar y fortalecer la participación de la comunidad, la familia y el adulto mayor en las acciones necesarias para su desarrollo físico, psíquico, económico, social y político.

3. Estimular la atención del adulto mayor por parte de las entidades públicas y privadas con calidad y eficiencia, además de velar por el funcionamiento adecuado de los programas y servicios destinados a este grupo poblacional.

4. Fomentar y fortalecer los derechos del adulto mayor contenidos en la Constitución y en esta ley.

Artículo 28. FUNCIONES. Serán funciones del Consejo:

1. Velar por el debido cumplimiento de las disposiciones y principios establecidos en esta ley.

2. Promover las labores de coordinación interinstitucional conformando grupos de enlace sectorial con los Ministerios de la Protección Social, Educación, Transporte, Comercio, Industria y Turismo, Comunicaciones, Hacienda y las demás entidades y organismos que estime conveniente vincular a fin de fomentar la creación, continuidad y acceso a programas y servicios de atención integral al adulto mayor.

3. Asesorar en la formulación de las políticas y los planes nacionales en materia de envejecimiento.

4. Conocer las evaluaciones anuales de los programas, proyectos y servicios dirigidos al adulto mayor que sean ejecutados por las instituciones públicas o privadas.

5. Determinar los criterios técnicos para distribuir los recursos económicos públicos destinados a los programas y servicios para los adultos mayores.

6. Llevar un registro actualizado de las personas físicas y jurídicas acreditadas por el Ministerio de la Protección Social Salud para brindar servicios a los adultos mayores.

7. Impulsar la investigación en las áreas relacionadas con el envejecimiento.

8. Elaborar los reglamentos internos para cumplir adecuadamente los objetivos de este Consejo.

9. Coordinar, con las instituciones ejecutoras, los programas dirigidos a los adultos mayores.

10. Las demás funciones que se consideren convenientes para el desarrollo de las actividades en pro del bienestar, el desarrollo integral y protección de los adultos mayores.

Artículo 5o. ENUNCIACIÓN DE DERECHOS. El Estado, de conformidad al artículo 13 de la Constitución Política, brindará especial protección a los adultos mayores que en virtud a su condición económica, física o mental se encuentran marginados y bajo circunstancias de debilidad y vulnerabilidad manifiesta, dando con ello aplicación al Estado Social de Derecho. Para tal efecto, se crearán planes, programas y acciones que promuevan condiciones de igualdad real y efectiva, así como el cumplimiento de los derechos consagrados para los adultos mayores en la Declaración de los Derechos del Hombre y Humanos de 1948, los consagrados en la Constitución Nacional y demás reconocidos por Colombia en Convenios o Tratados Internacionales.

Artículo 6o. DEBERES. El Estado, la sociedad civil, la familia, el adulto mayor y los medios de comunicación, deberán para con los adultos mayores:

1. Del Estado

- a) Garantizar y hacer efectivos los derechos del adulto mayor;
- b) Proteger y restablecer los derechos de los adultos mayores cuando estos han sido vulnerados o menguados;
- c) Asegurar la adopción de planes, políticas y proyectos para el adulto mayor;
- d) Generar espacios de concertación, participación y socialización de las necesidades, experiencias y fortalezas del adulto mayor;
- e) Establecer los mecanismos de inspección, vigilancia y control de las distintas entidades públicas y privadas que prestan servicios asistenciales al adulto mayor;
- f) Elaborar políticas, planes, proyectos y programas para el adulto mayor, teniendo en cuenta las necesidades básicas insatisfechas de los más vulnerables;
- g) Fomentar la formación de la población en el proceso de envejecimiento;
- h) Establecer acciones, programas y proyectos que den un trato especial y preferencial al adulto mayor;
- i) Promover una cultura de solidaridad hacia el adulto mayor;

j) Eliminar toda forma de discriminación, maltrato, abuso y violencia sobre los adultos mayores;

k) Proveer la asistencia alimentaria necesaria a los adultos mayores que se encuentren en estado de abandono e indigencia;

l) Generar acciones y sanciones que exijan el cumplimiento de las obligaciones alimentarias a las familias que desprotejan a los adultos mayores sin perjuicio de lo establecido en la normatividad vigente;

m) Los Gobiernos Nacional, Departamental, Distrital y Municipal, adelantarán programas de promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores conforme a las necesidades de atención que presente esta población;

n) En el otorgamiento de subsidios por parte de la Nación y sus entidades territoriales, se dará prioridad a los adultos mayores a fin de que accedan a los programas sociales de salud, vivienda, alimentación, recreación, deporte, agua potable y saneamiento básico;

ñ) Promover campañas que sensibilicen a los profesionales en salud y al público en general sobre las formas de abandono, abuso y violencia contra los adultos mayores, estableciendo servicios para las víctimas de malos tratos y procedimientos de rehabilitación para quienes los cometen;

o) Promover estilos de vida saludables desde la primera infancia para fomentar hábitos y comportamientos saludables relacionados con el autocuidado, la alimentación sana y saludable, el cuidado del entorno y el fomento de la actividad física para lograr un envejecimiento activo y crear un imaginario positivo de la vejez.

2. De la Sociedad Civil

a) Dar un trato especial y preferencial al adulto mayor;

b) Generar espacios de reconocimiento del saber, de las habilidades, competencias y destrezas de los adultos mayores;

c) Propiciar la participación del adulto mayor;

d) Reconocer y respetar los derechos del adulto mayor;

e) Denunciar cualquier acto que atente o vulnere los derechos del adulto mayor;

- f) Participar de manera activa en la discusión, elaboración de planes, proyectos y acciones en pro del adulto mayor;
- g) Contribuir en la vigilancia y control de las acciones dirigidas para el adulto mayor;
- h) Generar acciones de solidaridad hacia los adultos mayores que se encuentran en estado de vulnerabilidad;
- i) Desarrollar actividades que fomenten el envejecimiento saludable y la participación de los adultos mayores en estas actividades.
- j) Definir estrategias y servicios que beneficien a los adultos mayores con calidad, calidez y eficiencia;
- k) No aplicar criterios de discriminación y exclusión social en las acciones que adelanten;
- l) Cumplir con los estándares de calidad que estén establecidos para la prestación de los servicios sociales, de salud, educación y cultura que se encuentren establecidos teniendo en cuenta que sean accesibles a los adultos mayores;
- m) Proteger a los adultos mayores de eventos negativos que los puedan afectar o poner en riesgo su vida y su integridad personal y apoyarlos en circunstancias especialmente difíciles.

3. De la Familia

- a) Reconocer y fortalecer las habilidades, competencias, destrezas y conocimientos del adulto mayor;
- b) Respetar y generar espacios donde se promuevan los derechos de los adultos mayores;
- c) Propiciar al adulto mayor de un ambiente de amor, respeto, reconocimiento y ayuda;
- d) Brindar un entorno que satisfaga las necesidades básicas para mantener una adecuada nutrición, salud, desarrollo físico, psíquico, psicomotor, emocional y afectivo;
- e) Establecer espacios de relación intergeneracional entre los miembros de la familia;

- f) Proteger al adulto mayor de todo acto o hecho que atente o vulnere los derechos, vida, integridad, honra y bienes;
- g) Vincular al adulto mayor en los servicios de seguridad social y sistema de salud;
- h) Proporcionar al adulto mayor espacios de recreación, cultura y deporte;
- i) Brindar apoyo y ayuda especial al adulto mayor en estado de discapacidad;
- j) Respetar las vivencias, cultura, tradiciones y expresiones de los adultos mayores;
- k) Promover la participación de los adultos mayores en la discusión, diseño, formulación y ejecución de políticas, planes, programas y proyectos de interés para la familia, la sociedad y el Estado.
- l) Aceptar el ejercicio de la autonomía y la autorrealización personal de los adultos mayores.
- m) Atender las necesidades psico afectivas del adulto mayor cuando se encuentre en condiciones de institucionalización. En ningún caso podrán dejarlo abandonado y a cargo de la institución sin mantener los lazos familiares.

4. Del Adulto Mayor

- a) Desarrollar actividades de autocuidado de su cuerpo, mente y del entorno;
- b) Integrar a su vida hábitos saludables y de actividad física;
- c) Hacer uso racional de los medicamentos siguiendo las recomendaciones médicas prescritas;
- d) Participar activamente en las actividades deportivas, recreativas y culturales que le permitan envejecer sanamente, de planeación de políticas públicas y programas que se diseñen a favor de este grupo de población en lo local;
- e) Promover la participación en redes de apoyo social que beneficien a la población, en especial aquellas que se encuentran en condiciones de extrema pobreza y de vulnerabilidad social, así como vigilar el cumplimiento de las políticas sociales y de asistencia social que se desarrollen en su identidad territorial;
- f) Propender por su propio bienestar y crear condiciones que le permitan reducir su nivel de dependencia familiar y estatal, haciéndolo autosuficiente y desarrollando sus capacidades y potencialidades;

g) Proporcionar información verídica y legal de sus condiciones sociales y económicas;

5. De los medios de Comunicación

a) Conocer, promover y respetar los derechos de los adultos mayores

b) Sensibilizar a la sociedad sobre el cumplimiento de los mismos, en especial por parte de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, contribuyendo a la generación de una cultura del envejecimiento y el respeto por el adulto mayor;

c) Denunciar las situaciones de maltrato y la violencia de los Derechos Humanos de los adultos mayores;

d) Contribuir a la protección de los adultos mayores que se encuentran en situación de extrema pobreza y vulnerabilidad social.

5. DISEÑO METODOLÓGICO

5.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN

El tipo de investigación que fundamenta este trabajo es la Investigación Acción Participativa (IAP), en cuanto se busca la participación de la comunidad y transformación de pensamientos y maneras de concebir la Lúdica y la labor de la Persona Mayor, siendo estas personas protagonistas de este pensamiento y proceso de transformación; a su vez permite el reconocimiento de saberes preexistentes que soportan la educación y tradición cultural de las generaciones actuales

Esta metodología combina procesos como el conocer y actuar, razón por la cual se considera el trabajo con las personas mayores como acción de conocer, reconocer y cultivar los saberes acerca de las experiencias lúdicas a lo largo de su vida.

Uno de los principales legados en Colombia acerca de la IAP es gracias a la labor realizada por el Sociólogo Barranquillero Orlando Fals Borda, quien con sus estudios en las formas de ser de las diferentes comunidades y la investigación transformadora para el contexto de conflicto social. La IAP surgió inicialmente basada en la sociología, sin embargo a lo largo del tiempo se convirtió en una acción educativa, en cuanto logro unir la teoría y la práctica. Dando como resultados a través de la investigación adquisición de aprendizajes significativos, pensamientos creadores para quienes intervienen en el proceso de investigación.

Es así como menciona Orlando Fals Borda que: “Una de las características propias de este método, que lo diferencia de todos los demás, es la forma colectiva en que se produce el conocimiento, y la colectivización de ese conocimiento.”¹³

Este tipo de investigación aporta al proceso con las personas mayores, ya que sería una constante construcción de conocimientos desde el contexto real de esta población, así mismo logra identificar el aporte desde la tradición, cultura y en sí la experiencia misma de las personas mayores y lograr sistematizar las experiencias que han forjado y soportado a las nuevas generaciones.

En conclusión además del reconocimiento por parte de quienes intervienen en el proceso formativo, se incluye diferentes miembros de la familia y como desde este

¹³ Fals Borda y Rodríguez Brandao C. (1987) Investigación Participativa. Montevideo: La Banda Oriental.

punto podemos transformar el rol de las personas mayores dentro de sus contextos inmediatos, facilitando y aportando al cuidado y crianza de los niños y niñas a cargo.

5.2. POBLACIÓN Y MUESTRA

La población con la cual se realizará el proyecto es el grupo Espigas de Amor, de la Localidad Octava de Kennedy; Barrio Catalina Primer Sector, el cual cuenta con una población de 70 adultos mayores.

Este grupo de personas mayores de 50 años en de edad en adelante se reúnen los días lunes, miércoles y viernes, en el horario de 8:00 am hasta las 9:30 am salón comunal del barrio catalina 1. El grupo está liderado por la señora Ester Julia Romero, encargada del grupo del cual se tomará como muestra 10 adultos mayores 9 mujeres y 1 Hombre.

5.3. INSTRUMENTOS

El proceso de recolección de información se diseñó una encuesta dirigida a población adulto mayor con el fin de conocer los juegos tradicionales que practicaban y conocer el porque es importante traerlos a colación para las nuevas generaciones.

Los pasos para la aplicación del instrumento son:

- Identificación y reconocimiento de la población (Adultos Mayores del Grupo espigas de amor - localidad Kennedy.
- Concertación de espacio y tiempo para la aplicación
- Aplicación del instrumento
- Registro y tabulación de la información
- Análisis de la información.

5.4. ANÁLISIS DE RESULTADOS

5.5. Preguntas Orientadoras

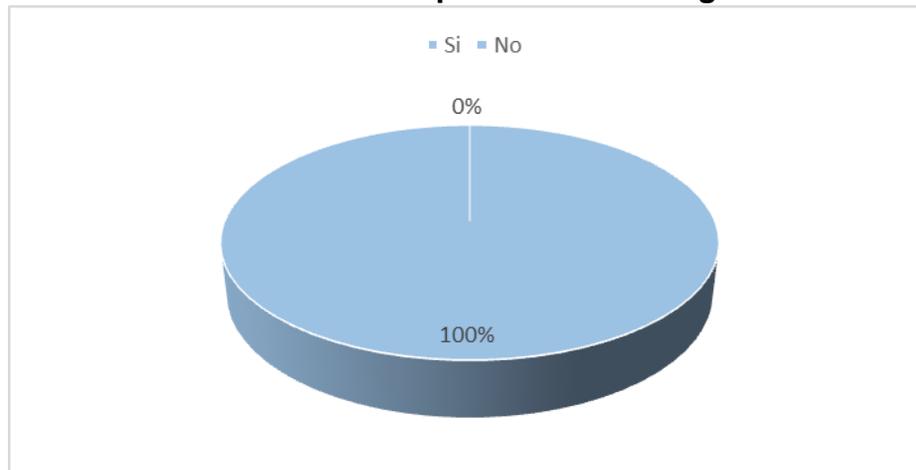
Pregunta 1: ¿Cree Usted Que El Juego Es Importante? Si___ No___

Tabla 1 Frecuencia e Importancia

CRITERIO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	10	100%
No	0	0%
Total	10	100%

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 1 Importancia del Juego



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: El 100% de las personas encuestadas evidencian que el juego es importante.

Pregunta 2. Explique su respuesta

Ilustración 2 Motivos que sustentan la importancia del Juego



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: El 100% de la muestra afirma que el juego es importante, ya que genera vínculos sociales, distrae y despeja la mente, así mismo mencionan que el juego contribuye de manera importante con el óptimo desempeño de su salud.

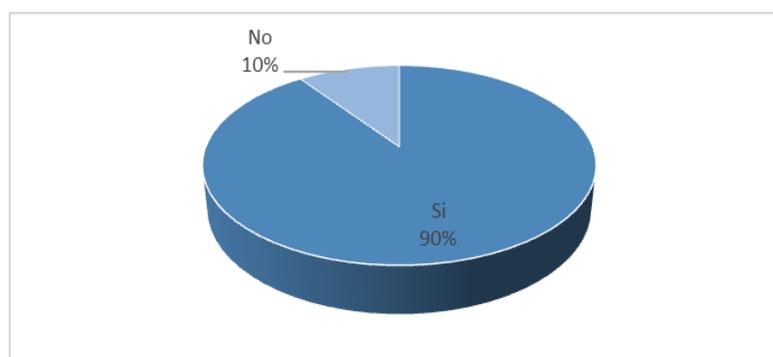
Pregunta 3: Tiene Nietos: Si ___ No ___

Tabla 2 Frecuencia de tenencia de nietos

CRITERIO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	9	90%
No	1	10%
Total	10	100%

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 3 Tenencia de Nietos



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: De las 10 personas encuestadas, 9 de ellas que corresponde al 90% tienen nietos y 1 que corresponde al 10% no tiene nietos.

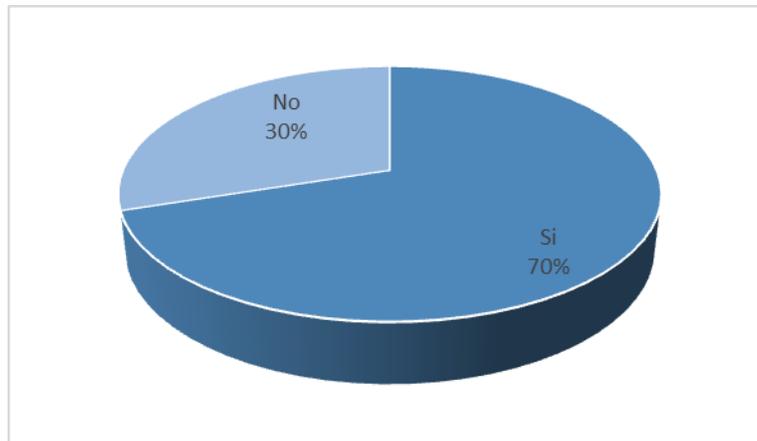
Pregunta 4. ¿Los cuida? Sí ___ No ___

Tabla 3 Frecuencia de cuidado de nietos

CRITERIO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	7	70%
No	3	30%
Total	10	100%

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 4 Cuidado de los nietos



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: El 70% de la muestra menciona que cuidan a sus nietos lo cual afirma que a través de este espacio se puede reconstruir la historia y la memoria lúdica para fortalecer las nuevas generaciones en este aspecto.

Pregunta 5. Edad (De los nietos a cargo)

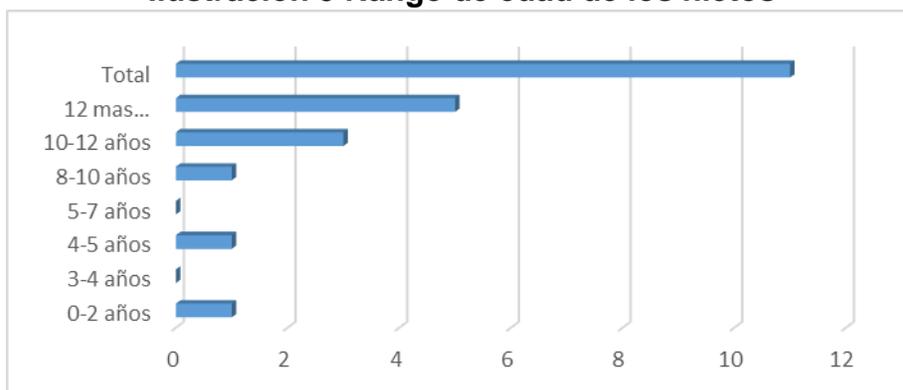
Tabla 4 Rango de edad de los nietos

RANGO DE EDAD	FRECUENCIA
0-2 años	1
3-4 años	0

4-5 años	1
5-7 años	0
8-10 años	1
10-12 años	3
12 mas...	5
Total	11

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 5 Rango de edad de los nietos



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: Las edades de los nietos que predominan entre la población encuestada son aquellos que tienen más de 12 años, seguido de los niños y niñas en entre los 10 y 12 años; entre los rangos de 0 a 2 años y 3 a 4 años se mantienen sobre la misma cantidad. De acuerdo con lo anterior las edades corresponde a niños y niñas que conocen o experimentan juegos de acuerdo con el entorno y se genera una oportunidad para el rescate de prácticas o actividades recreativas.

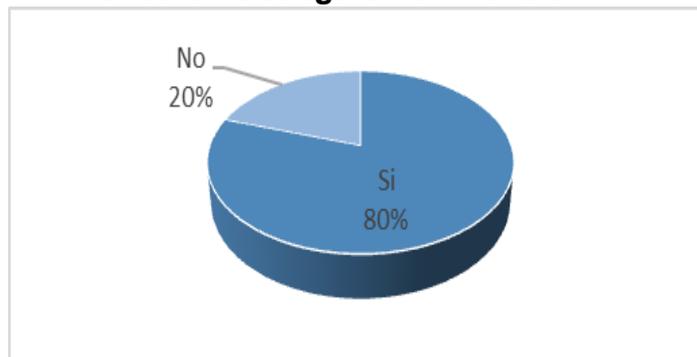
Pregunta 5. Jugaba en su Infancia: SI _____ NO_____

Tabla 5 Juego durante la Infancia

CRITERIO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	8	80%
No	2	20%
Total	10	100%

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 6 Juego en la Infancia



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: Del 100% de personas encuestadas, el 80% responde afirmativamente que jugaban en su infancia. El 20% restante no jugaban en su infancia. De las personas que contestaron afirmativamente se puede conocer cuáles fueron los juegos y las formas jugadas, con el fin de rescatar la memoria lúdica de la persona mayor.

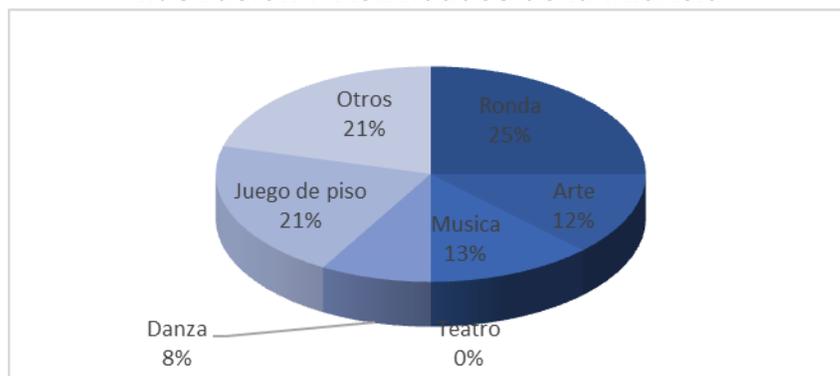
Pregunta 6. ¿Qué actividades lúdicas practicaba en su infancia?

Tabla 6 Actividades de la Infancia

ACTIVIDAD LÚDICA	FRECUENCIA
Ronda	6
Arte	3
Música	3
Teatro	0
Danza	2
Juego de piso	5
Otros	5
Total	24

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 7 Actividades de la Infancia



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: De acuerdo con la gráfica anterior se observa que las actividades lúdicas que practicaban en la infancia son la Ronda con 25%, seguido de los juegos de piso con 21% y otras actividades con 21%; la música y el arte cuenta con 12% y 13 % respectivamente, lo cual da cuenta que pueden ser actividades compartidas y de la misma demanda. Finalmente el 8% restante da cuenta de la práctica de la danza como actividad con menor oferta.

Pregunta 7. Describa la o las actividades lúdicas que menciona anteriormente.

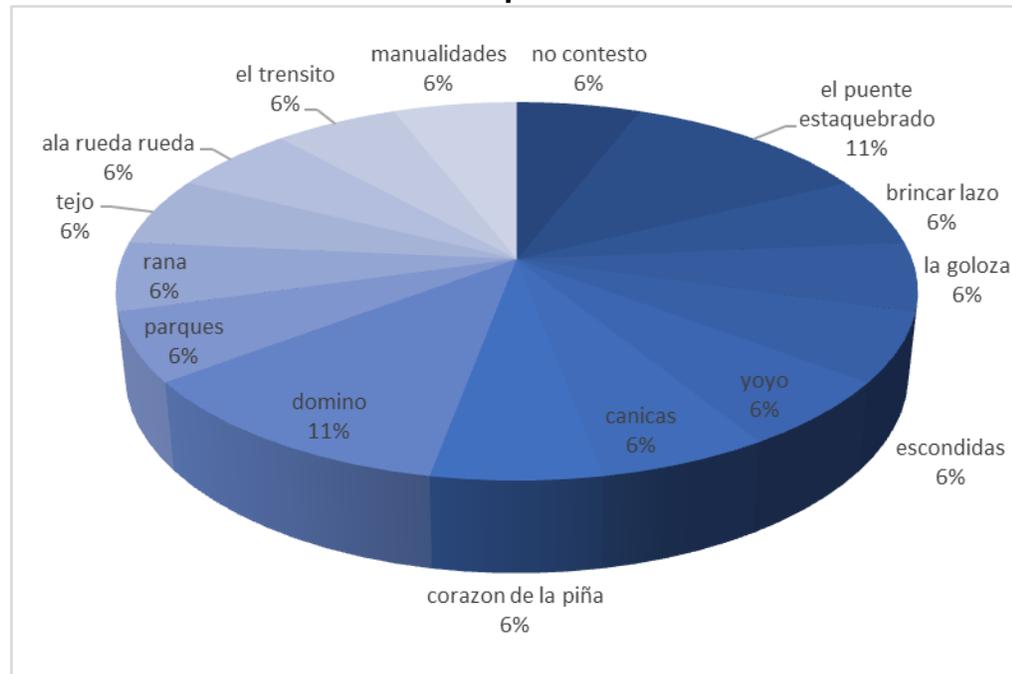
Tabla 7 Descripción de Actividades

CRITERIO	FRECUENCIA
No contestó	1
El puente está quebrado	2
Brincar lazo	1
La golosa	1
Escondidas	1
Yoyo	1
Canicas	1
Corazón de la piña	1
Domino	2
Parques	1
Rana	1
Tejo	1
A la rueda rueda	1

El trencito	1
Manualidades	1
Total	17

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 8 Descripción de Actividades



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: Del resultado obtenido se cuenta con las actividades que describieron y se repite su frecuencia como es el Domino y el puente está quebrado con un 11%, las otras actividades fueron mencionadas por una persona a la vez, de lo anterior se definen tres categorías que nos permiten orientar el proceso de recolección de la información. Las categorías definidas son: Rondas, Juegos Tradicionales y Juegos de Mesa.

Pregunta 8. ¿Práctica con sus nietos algunos de las actividades mencionadas? Explique su respuesta

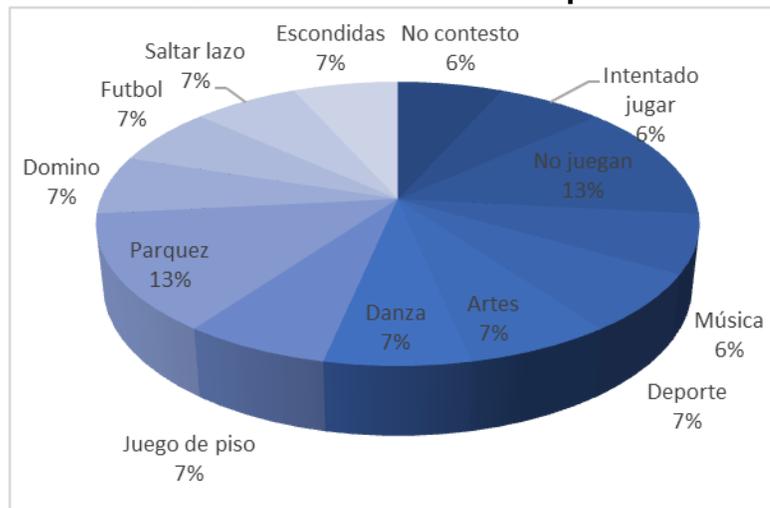
Tabla 8 Actividades realizadas por los nietos

CRITERIO	FRECUENCIA
No contesto	1
Intentado	1

jugar	
No juegan	2
Música	1
Deporte	1
Artes	1
Danza	1
Juego de piso	1
Parqués	2
Domino	1
Futbol	1
Saltar lazo	1
Escondidas	1
Total	15

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 9 Actividades realizadas por los nietos



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: Las personas encuestadas describen las actividades que practican con sus nietos dentro de las cuales los juegos de mesa cuentan con mayor frecuencia. Además se identifica que cada persona describió más de una actividad.

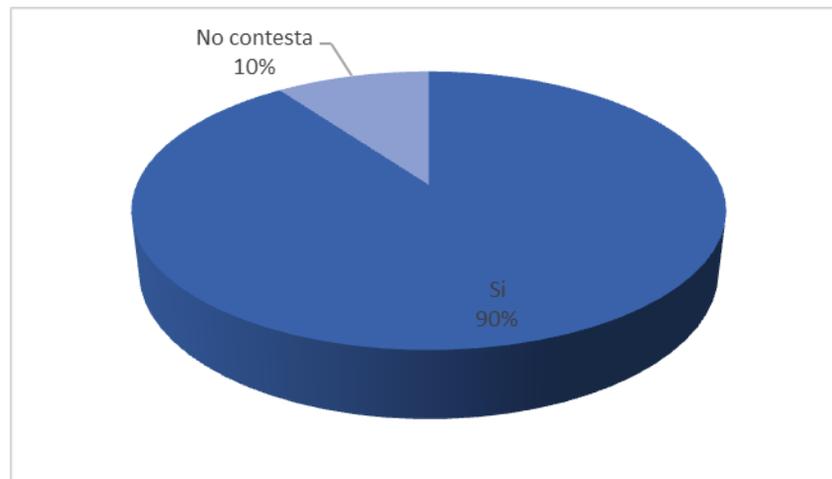
Pregunta 9. ¿Considera importante que se rescaten o continúen practicando las actividades lúdicas mencionadas en la actualidad? Explique su respuesta

Tabla 9 Prácticas de actividades lúdicas

CRITERIO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	9	90%
No contesta	1	10%
Total	10	100%

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 10 Prácticas de actividades lúdicas



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: El 90% de la muestra considera importante continuar con la práctica del juego en las nuevas generaciones. El 10% restante no cree importante la práctica de actividades lúdicas en la actualidad.

Pregunta 10. Explica tu respuesta

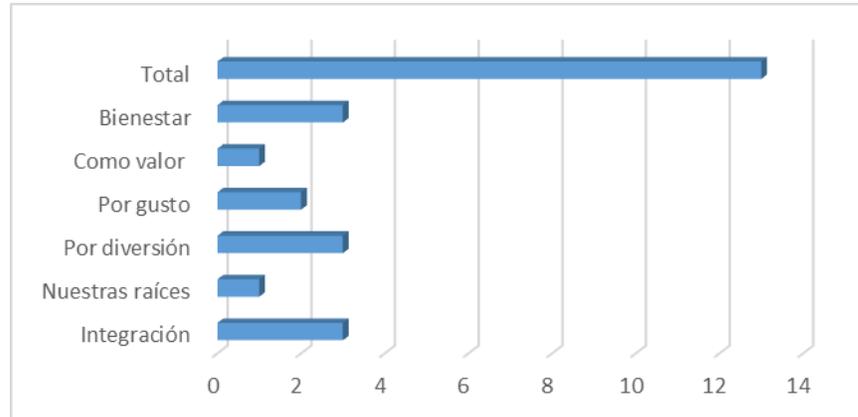
Tabla 10 Importancia de la práctica de actividades lúdicas

ASPECTOS POSITIVOS	FRECUENCIA
Integración	3
Nuestras raíces	1
Por diversión	3
Por gusto	2
Como valor	1
Bienestar	3

Total	13
-------	----

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 11 Importancia de la Práctica de actividades lúdicas



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: De las personas encuestadas mencionan que la práctica de actividades lúdicas son importantes en la actualidad y las nuevas generaciones ya que genera bienestar e integración, pero a su vez se realizan por diversión y gusto. Por último pero no menos importante es el rescate de las raíces y de la misma manera es un valor que puede ser conocido por las nuevas generaciones

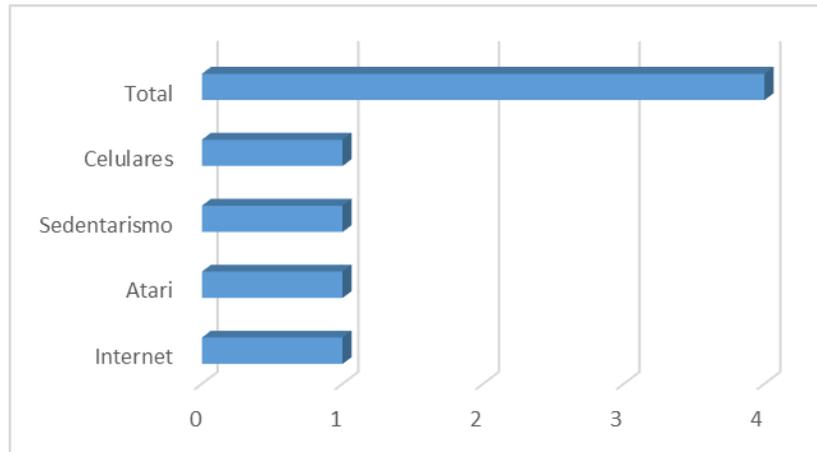
Pregunta 11. Explica tu respuesta

Tabla 11 Prácticas de entretenimiento

ASPECTOS NEGATIVOS	FRECUENCIA
Internet	1
Atari	1
Sedentarismo	1
Celulares	1
Total	4

Fuente: Autores del proyecto

Ilustración 12 Prácticas de entrenamiento



Fuente: Autores del proyecto

ANÁLISIS: A través de las respuestas que surgen de la pregunta N.10 las personas encuestadas mencionan aspectos negativos de la No práctica de actividades lúdicas, ya que mencionan que las nuevas generaciones están el mayor tiempo concentradas en el mundo de las Tecnologías de la Información y conlleva al sedentarismo que a futuro se ve reflejado en problemas de salud.

5.5.1. Diagnóstico

La población del grupo espigas de Amor de la localidad de Kennedy refiere la importancia del rescate de la memoria lúdica ya que tiene una relación directa con actividad física que realizan en su diario vivir y a su vez ayuda con la salud mental y física de los adultos mayores. Así mismo se convierte en un tiempo de compartir e intercambiar experiencias, anécdotas tanto con sus compañeros de grupo y con su familia.

Este tipo de actividades se desarrollan los días de reunión, sin embargo varios practican estas actividades en compañía de sus nietos, asumiendo el cuidado de estos y permite generar espacios para el intercambio de conocimientos, integración, reconocimiento de aspectos culturales y las raíces de sus antepasados.

La diversión y gusto por realizar las actividades lúdicas propiciando momentos de bienestar que a su vez están ligados con recuerdos de la infancia.

Los recuerdos de la infancia están cargados de valores y principios que se construían al interior de la familia, entendiendo que se relacionaba con la educación de casa y a su vez con los contextos sociales cercanos como colegio, trabajo, barrio, entre otros.

De acuerdo con lo anterior se afirma la importancia del rescate de la memoria lúdica de las personas mayores comprendiendo la riqueza que brindan desde su narración oral acerca de las actividades que practicaban en su infancia; así mismo la importancia de recopilar estas actividades en memorias (Cartilla), que funcione como insumo para las nuevas generaciones.

6. PROPUESTA

6.1. Título

Cartilla Juegos y Formas jugadas como base para el rescate de la memoria lúdica.

6.2. Descripción

La cartilla es una propuesta didáctica y metodológica para recopilar juegos y formas jugadas tradicionales y autóctonas, promoviendo el rescate y la divulgación a las nuevas generaciones. Esta cartilla será el elemento que posibilitará un espacio de juego y recreación intergeneracional, dando la oportunidad al lector de acercarse al mundo de la lúdica desde otra perspectiva.

6.3. Justificación

Como propuesta didáctica y metodológica la cartilla es un instrumento que posibilitará ambientes de juego e intercambio entre las personas mayores y los niños y niñas con los que se relaciona habitualmente, es claro que, también será un documento que consolidará juegos y formas jugadas con el fin de mantener estas prácticas en las nuevas generaciones

Entre las mismas personas mayores también será un elemento que quedara como sustento de sus mismas prácticas y podrá ser utilizado con otros grupos de persona mayor para fortalecer esos espacios de recreación y ocupación del tiempo libre en los que participan.

Es un documento que legitima la participación de las personas mayores como reconocimiento de su experiencia y sabiduría que a lo largo de su vida ha venido adquiriendo.

6.4. Objetivo

Recopilar juegos y formas jugadas a través de la creación de una cartilla que servirá como herramienta didáctica y metodológica para su aplicación.

6.5. Estrategias y Actividades

6.5.1. Actividad 1. Festival de Juegos Tradicionales

Objetivo:

Propiciar un ambiente de juego con Rana y Tejo donde se potencialice habilidades físicas y mentales.

Descripción: Se dispone en el espacio juegos tradicionales como la rana y el tejo para que ellos jueguen, disfruten y compartan un espacio que fortalezca la dimensión lúdica, pero a su vez se irán haciendo las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Cuántos participantes deben estar por cada juego?
- ¿Conocen la Historia del Juego?
- ¿En qué parte se creó este juego?
- ¿Cuáles son las reglas del juego?

Evaluación: Se realizará a través de la participación en cada uno de los juegos y la respuesta a las preguntas, ya que son el insumo para la creación de la cartilla

6.5.2. Actividad 2. Rondas tradicionales

Objetivo: Reconocer e identificar las rondas tradicionales con el grupo de persona mayor con el fin de rescatar tradición cultural de la ronda como un elemento transformador.

Descripción: En un espacio abierto las personas mayores se ubicarán en círculo, ellos nombrarán las rondas que conocen de sus sitios de origen o las que recuerdan que practicaban en su infancia y además desde el grupo de intervención se propondrán algunas rondas que permitan generar integración. A lo largo de la socialización se realizarán las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿De dónde es la ronda?
- ¿Conocen la Historia de la ronda?
- ¿Qué elemento se necesita para la ronda?

Evaluación: Se realizará a través de la participación en cada uno de las rondas y la respuesta a las preguntas, ya que son el insumo para la creación de la cartilla.

6.5.3. Actividad 3. Juegos de mesa

Objetivo: Generar un espacio para jugar con juegos de mesa que permita fortalecer las destrezas y habilidades mentales.

Descripción: Se dispondrá en un espacio cerrado mesas y sillas y se conformarán grupos de 4, los juegos serán Dómino, parques, cartas, ajedrez. En la medida que se desarrollan los juegos se realizarán las siguientes preguntas orientadoras:

- ¿Cuántos participantes deben estar por cada juego?
- ¿Conocen la Historia del Juego?
- ¿En qué parte se creó este juego?
- ¿Cuáles son las reglas del juego?

Evaluación: Se realizará a través de la participación en cada uno de los juegos y la respuesta a las preguntas, ya que son el insumo para la creación de la cartilla.

6.6. Contenidos

Tabla 12 Contenidos

No.	Actividad	Contenidos
1	Festival de Juegos Tradicionales	<ul style="list-style-type: none">❖ Habilidades Físicas❖ Habilidades Cognitivas❖ Habilidades Sociales
2	Rondas Tradicionales	<ul style="list-style-type: none">❖ Habilidades comunicativas❖ Habilidades Cognitivas
3	Juegos de Mesa	<ul style="list-style-type: none">❖ Habilidades Físicas❖ Habilidades Cognitivas

6.7. Personas responsables

Docentes ADRIAN MAURICIO ARTUNDUAGA, JUAN MANUEL VILLANUEVA GODOY, XIOMARA NATHALIA BAQUERO PARDO.

6.8. Beneficiarios

Grupo Adulto Mayor Espigas de Amor, Barrio Catalina I, Localidad Octava Kennedy

6.9. Recursos

Humanos: docentes ADRIAN MAURICIO ARTUNDUAGA, JUAN MANUEL VILLANUEVA GODOY, XIOMARA NATHALIA BAQUERO PARDO.

Técnicos: Juegos de Mesa, cámaras fotográficas, rana, tejo, cucunubas, trompos, yoyos.

Didácticos: Juegos cooperativos, colaborativos y de memoria.

6.10. Evaluación y Seguimiento

Festival de Juegos tradicionales

En esta actividad podemos decir que tiene muy buena acogida por las personas mayores, es claro que los juegos tradicionales llevan consigo muchos recuerdos para los participantes y tienen la posibilidad de jugarse de manera masiva y en colectivo, esto posibilitó además del espacio de juego un espacio de interlocución con sus pares.

Como dificultad evidenciamos que por ser juegos tradicionales como el Tejo y la Rana, son juegos que requieren de espacios grandes y abiertos entonces en algunos momentos la lluvia o agentes externos impiden su práctica.

Rondas Tradicionales

En esta actividad evidenciamos que fue de mucho gusto por las personas mayores ya que las rondas fueron propuestas por ellos mismos, entonces sirvieron como elementos disparadores de recuerdos, los cuales nos corroboran que el elemento lúdico está inmerso en estos espacios y que puede ser un potencializador de la memoria lúdica.

Juegos de Mesa

En esta actividad propuesta vimos que la participación es menor en relación con las 2 actividades anteriores, esto se dio porque existen en el país regiones en las cuales no se practican juegos como el domino y las cartas, en cambio si predominan básicamente en la zona costera.

Para nosotros esto es una debilidad, dado que fue un momento en el cual no todas las personas mayores disfrutaron del espacio, queriendo decir que si bien funciona como un elemento que potencializa de la memoria lúdica, no lo fue para todos los participantes como en las actividades propuestas anteriormente, como acción de mejora, planteamos que para una próxima actividad la sesión de juegos de mesa debe estar inmersa en otra actividad como el festival de juegos tradicionales.

7. CONCLUSIONES

Como conclusión llegamos a tres puntos relevantes que durante todo el proceso de elaboración, planificación y creación de esta propuesta investigativa nos sirven como referencia.

- El proyecto dignifica la edad y condición de las personas mayores en la actualidad, es claro que, a medida que la edad va avanzando, para la sociedad las personas mayores están siendo menos útiles, pero en el caso de esta propuesta es la misma edad y condición de vejez las que nos da las herramientas para que las personas mayores sean protagonistas de espacios lúdicos en los que sean actores de un elemento que ellos mismos crearan, siendo una propuesta metodológica y didáctica que les servirá de insumo para sus acciones en los contextos donde se desenvuelven.
- Para nosotros como profesionales del sector educativo la propuesta nos sirvió para identificar necesidades y acciones que en las personas mayores no se tenían presentes y que nosotros como agentes formadores debemos reconocer para cualificar nuestra labor docente.
- Promover la memoria lúdica de las personas mayores promueve el desarrollo de un proceso intergeneracional, lo que permite reconocer y así mismo dignificar la condición de las personas mayores y su legado con la historia en pro de las vivencias de la lúdica como patrimonio del juego en nuestro país.

8. RECOMENDACIONES

- Se recomienda continuar fortaleciendo procesos de legitimación de la persona mayor a través de la construcción de saberes, entendiendo que son recurso importante para la construcción de sociedades futuras.
- Generar espacios de juego que permita potenciar las habilidades y capacidades físicas y cognitivas de la persona mayor, garantizando bienestar y dignidad para su vejez.
- Es importante continuar promocionando, apoyando y divulgando la normatividad que cubre la persona mayor para dar respuesta a las necesidades y responsabilidades por parte del estado y la comunidad en general.
- Desde el sector educativo es importante pensar y generar estrategias que se puedan implementar con la persona mayor, que contribuyan con el óptimo desarrollo de la dimensión lúdica.
- Promover el despliegue de estos proceso investigativos en el sector del deporte, la recreación y la actividad física buscando la articulación con el sector educativo y potenciar el intercambio de saberes intergeneracionales.

BIBLIOGRAFÍA

Alcaldía Local Kennedy, Conociendo mi Localidad. Reseña Localidad Kennedy. Bogotá D.C. Octubre 2013.

DANE, Censo General 2005, DANE – SDP, Proyecciones de población según localidad 2006-2015

Departamento Administrativo de Deporte, Recreación, Actividad Física y Aprovechamiento del Tiempo Libre – Coldeportes, Plan nacional de recreación 2013- 2019, Series Estrategias Volumen 2 Numero 1 Estrategia Nacional de recreación de envejecimiento y vejez con y para personas mayores.

CUSHMAN, y Grant. Ocio, desarrollo humano y política social: Una perspectiva neocelandesa. En 6º. Congreso Mundial de Ocio y Desarrollo Humano. Bilbao. 2000.

Etimología de la Lengua Española. Definiciones sobre el origen del léxico castellano o español. 2013.

FALS BORDA, O. y RODRÍGUEZ BRANDAO C. (1987) Investigación Participativa. Montevideo: La Banda Oriental.1987

GERLERO, Julia. ¿Ocio, Tiempo Libre o Recreación?, Educo, Editorial de la Universidad de Comahue, Neuquen. 2014

GOMEZ, Humberto. Juegos recreativos de la calle. Una herramienta pedagógica. MEN. Bogotá Colombia.1.990 p11

LLIBRE. J, GUERRA, M. & PERERA, E. (2008) “Comportamiento de las enfermedades crónicas no transmisibles en adultos mayores”. En: Revista Cubana de Medicina General Integral No. 24. p. 4 La Habana,

Programa licenciatura en recreación, Universidad Pedagógica Nacional, Garzón Luis Alfonso 2005

Organización Mundial de la Salud. OMS (2000) Un enfoque de la salud que abarca la totalidad del ciclo vital.

Organización Mundial de la Salud (2012) en América habrá 200 millones de adultos mayores en 2020 de:

<http://www.docsalud.com/articulo/3362/según-la-oms-en-américa-habrá-200-millones-de-adultos-mayores-en-2020>

RUSSEL, A. El juego de los Niños. Barcelona 1970 Herder.

SANCHEZ, Néstor. Juegos tradicionales “Más allá del Jugar”. Memorias del II Simposio Nacional de Vivencias y Gestión de la Recreación. 2.001 Cali

Universidad Pedagógica Nacional, Programa licenciatura en recreación, Garzón Luis Alfonso 2005

ANEXO A

ENCUESTA ESPECIALIZACIÓN DE LA LÚDICA

- **Objetivo:** Rescatar la memoria lúdica de las personas mayores como eje fundamental en el reconocimiento de la población como sujetos de derechos y constructores de conocimiento cultural a través del juego y la forma jugada del grupo espigas de amor de la localidad 8 (octava) de Kennedy barrio catalina 1er sector.

FECHA: _____
 NOMBRE: _____
 DIRECCION _____ TELEFONO _____
 BARRIO: _____

Por favor diligencie la siguiente encuesta tachando con una X, la opción que escoja como respuesta. Agradecemos ser honesto(a) y veraz en sus respuestas.

1. **¿Cree Usted Que El Juego Es Importante?** Si ___ No ___ **EXPLIQUE SU RESPUESTA:** _____

2. **Tiene Nietos:** Si ___ No ___ 3. **¿Los Cuida?** Sí ___ No ___

4. **EDAD (De los nietos a cargo)**

0-2 años <input type="checkbox"/>	3-4 años <input type="checkbox"/>	4.5 años <input type="checkbox"/>	5-7 años <input type="checkbox"/>	8-10 años <input type="checkbox"/>	10-12 años <input type="checkbox"/>	12 más <input type="checkbox"/>
--------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	---------------------------------------	--	------------------------------------

5. **JUGABA EN SU INFANCIA:** SI ___ NO ___

RONDA <input type="checkbox"/>	ARTE <input type="checkbox"/>	MÚSICA <input type="checkbox"/>	TEATRO <input type="checkbox"/>	DANZA <input type="checkbox"/>	JUEGO DE PISO <input type="checkbox"/>	OTROS: <input type="checkbox"/> CUAL _____
-----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	------------------------------------	-----------------------------------	---	---

6. **¿Qué actividades lúdicas practicaba en su infancia?:**

7. **DESCRIBA LA O LAS ACTIVIDADES LÚDICAS QUE MENCIONO ANTERIORMENTE**

ANEXO B

Imagen 2 Grupo de Persona Mayor



Imagen 3 Desarrollo de actividades 1



Imagen 5 Desarrollo de Actividades 2



Imagen 4 Desarrollo de actividades 3

