

Material Suplementario de:

San Martín, A., Américo, F., Bonezi, A., & Bona, R. L. (2021). Actividad física y adultos mayores: Contribución desde la extensión universitaria. *Revista Brasileira de Extensão Universitária*, 12(1), 33-42.
<https://periodicos.ufrs.edu.br/index.php/RBEU/article/view/11755/pdf>

Cuestionario utilizado para la actividad: Actividad en el Medio de Extensión Universitaria: Movilidad física y prevención de lesiones en adultos mayores. La cual fue utilizada como herramienta en el artículo: Actividad física y adultos mayores: Contribución desde la extensión universitaria. Autores: San Martín, A., Américo, F., Bonezi, A., Bona, R.

El cuestionario fue dividido para los grupos que participaron de la actividad: Estudiantes; Docentes; Adultos Mayores.

ESTUDIANTES:

Actividad en el Medio de Extensión Universitaria: Movilidad física y prevención de lesiones en adultos mayores.

Pauta estudiantil para la sistematización de la experiencia.

I: Para dar cierre a esta experiencia proponemos realizar una evaluación para conocer sus percepciones y lo que ha significado para ustedes. Proponemos responder las siguientes preguntas, teniendo en cuenta el hacer, el pensar y el sentir en relación a la experiencia desarrollada. La idea es que puedan incorporar reflexiones, sensaciones, emociones, pensamientos, propuestas.

Se trata de una herramienta de registro, escritura, interpretación, análisis que proviene de la metodología conocida como sistematización de experiencias, que nos permite recuperar la experiencia, mejorar nuestras prácticas y darle proyección a la propuesta con las miradas y los aportes de toda/os quienes fuimos parte.

II: Título de la experiencia: Actividad en el Medio de Extensión Universitaria: Movilidad física y prevención de lesiones en adultos mayores.

Participantes: Laboratorio Investigación en Biomecánica y de Análisis del Movimiento, Organización Centro de Estudios Universitarios Permanentes (CEUPA), Estudiantes de 3^{er} y 4^o año de la Lic. en Educación Física (ISEF), acompañamiento de la Unidad Regional de Extensión Sede Paysandú.

Cumplimiento de objetivos y construcción de la propuesta

¿Qué se quería lograr?

¿Hubo participación de toda/os en la construcción y planificación de la propuesta? ¿Se alcanzaron acuerdos de trabajo?

Estrategia de intervención

¿Qué pasos se dieron para alcanzar los objetivos?

¿Qué dificultades se presentaron?

¿Cómo evalúan el vínculo construido con las personas integrantes de la organización CEUPA que participaron de la experiencia?

Organización del equipo

¿Qué dificultades/fortalezas existieron en la organización del trabajo?

¿Cuáles fueron las fortalezas/debilidades de la formación disciplinar en el proceso de desarrollo de la propuesta?

¿Cómo se sintieron en los diferentes momentos del proceso?

Nervios y cierta inseguridad, incertidumbre respecto a la reacción de la población.

Sobre la orientación docente

¿Cómo evalúan el rol de los/as docentes responsables de la propuesta?

Resultados

¿Cuáles fueron los resultados alcanzados?

¿Cuáles consideran que fueron los principales aprendizajes del equipo?

DOCENTES:

Pauta docente para la sistematización de la experiencia (abajo mismo texto presentado en los dos primeros párrafos del documentos I, II).

- Coordinación y organización de la propuesta:
- Relacionamiento y grado de participación de toda/os la/os involucrada/os:
- Factores que facilitaron:
- Factores que dificultaron:
- Acercamiento, cumplimiento y/o reformulaciones de los objetivos de la actividad:
- Metodología empleada:
- Articulaciones e integraciones establecidas, disciplinares, institucionales, otras:
- Reflexiones en torno a la enseñanza centrada en la práctica:
- Sentimientos asociados a la práctica docente:

ADULTOS MAYORES:

Pauta para la sistematización de la experiencia (abajo mismo texto presentado en los dos primeros párrafos del documentos I, II).

- ¿Qué hicimos, cómo lo hicimos y cómo te resultó?
- En relación a los objetivos de la propuesta:
- ¿Cómo me sentí en la experiencia desarrollada?
- Una dificultad o problema del proceso de trabajo:
- Desafíos de la propuesta:
- Un logro:
- Un aprendizaje:
- Cómo quisiéramos proyectarla, darle continuidad: