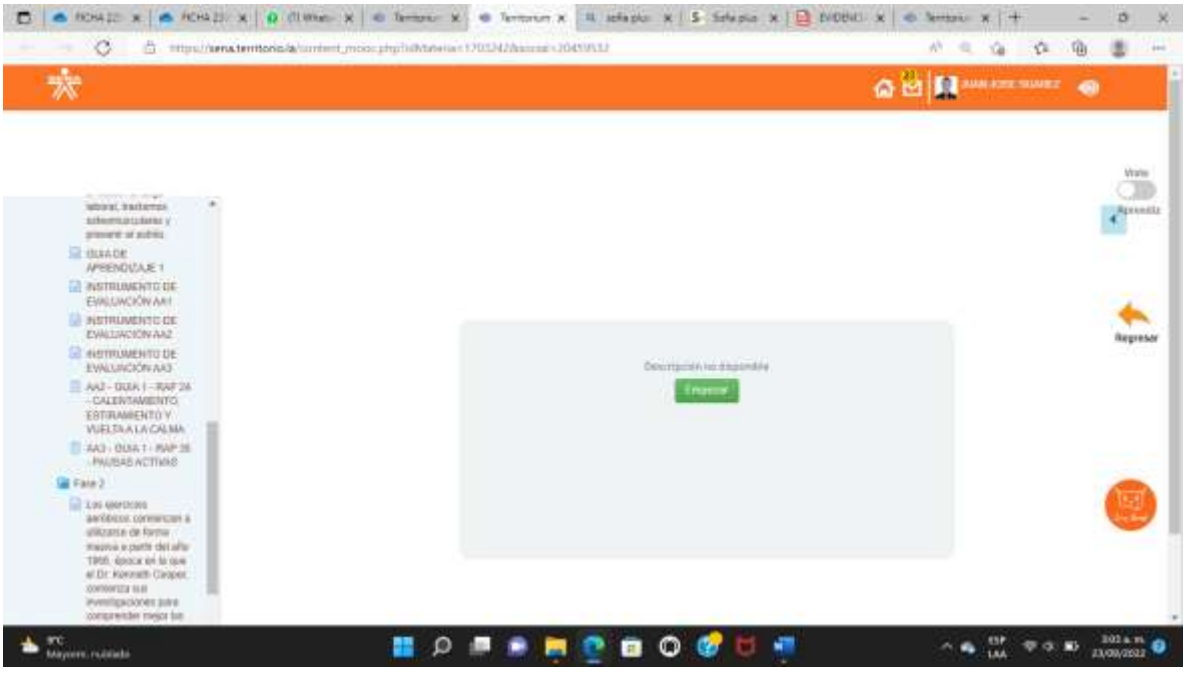
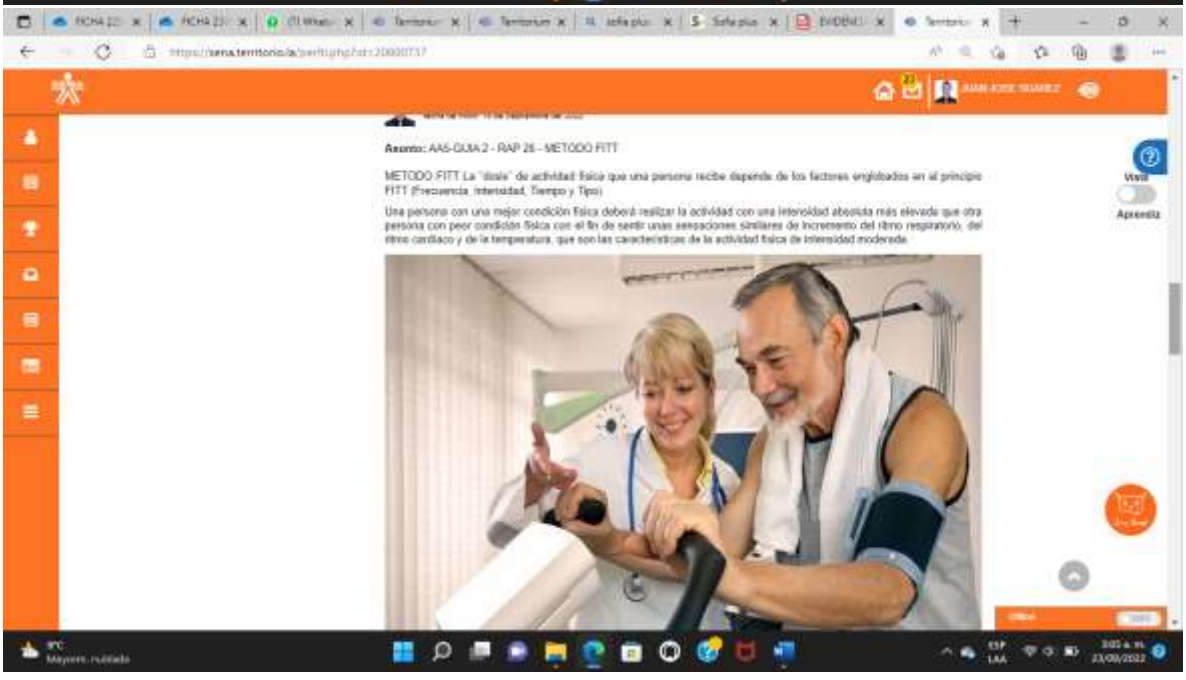
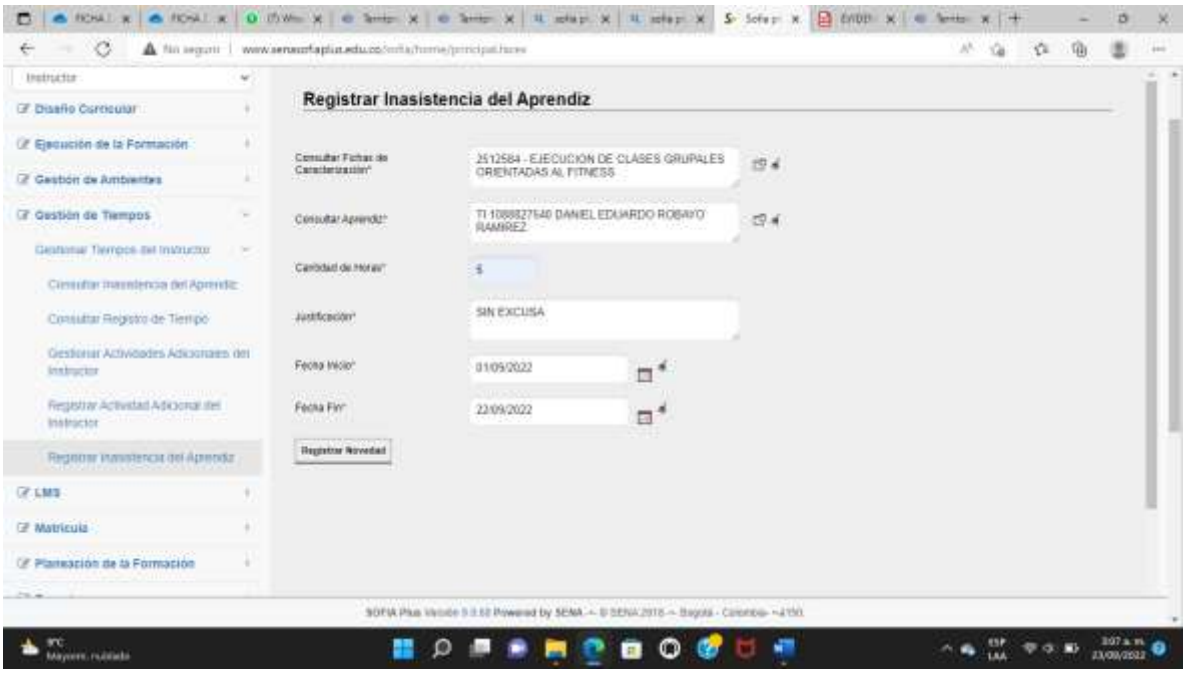
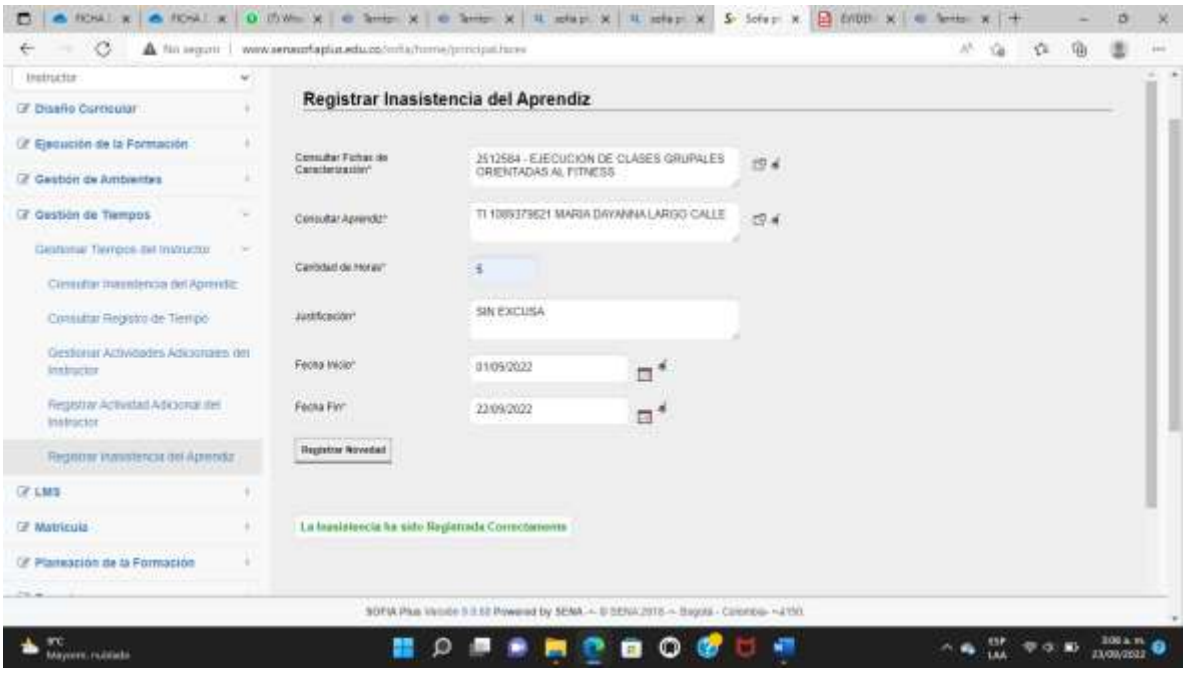

EJECUCION DE CLASES GRUPALES ORIENTADAS AL FITNESS (2512584 PRY 1067065)
PS2509 P2512584 R66 C3308 PRY1067065
SENA
Impartido por:
Administrador LMS JUAN JOSE SUAREZ BERNAL
¡La evidencia fue agregada con éxito!
Proyecto Presencial
Anuncio
Evidencia
Galería
Herramientas
Anuncios
Participantes
Información
Contenido del curso
Activar texto enriquecido
Marcar como prioritario
Enviar correo electrónico
Asignar actividad a uno o más grupos en específico
Asignar Rúbrica
Número de infantes invitados
Hacer disponible la evidencia
Ponderación
Sin ponderación
Caracteres: 7991


GUIA DE APRENDIZAJE 1
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN AA1
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN AA2
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN AA3
AA2 - GUIA 1 - RAP 2A - CALENTAMIENTO, ESTIRAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA
AA3 - GUIA 1 - RAP 3B - PAUSAS ACTIVAS
Fase 2
Descripción no disponible
Empezar
Regresar


JUAN JOSE SUAREZ BERNAL
Asunto: AAS-GUIA 2 - RAP 34 - CUESTIONARIOS PRE-PARTICIPACION
La practica de actividad física es saludable y beneficiosa en la vida cotidiana, cada día incrementa el numero de personas que comienzan hacer mas activas, sin embargo existen algunas personas que deben consultar su medico antes de empezar algún programa de actividad física.
Los cuestionarios pre-participación son una herramienta importante que nos permite conocer, evaluar y determinar de que manera podemos apoyar e incentivar a las personas , para que estas puedan cambiar sus hábitos y estilo de vida.
Se aplican antes de iniciar el programa de actividad física, brindándonos información importante acerca de los hábitos y estilo de vida del paciente.
Bandeja
Wiki
Asistencia
Cuenta
Chat
Competencias
Acceso a portafolio de evidencias aprendices
Gamificación
Centro de Calificaciones
Administrar Grupos
Grupo
Proyectos
Rúbricas
Blogs
Seguimiento
Configuración
Colaboradores
Vivid
Aprendiz


Asunto: AAS-GUIA 2 - RAP 26 - METODO FITT
METODO FITT La "dosis" de actividad física que una persona recibe depende de los factores englobados en el principio FITT (Frecuencia, Intensidad, Tiempo y Tipo).
Una persona con una mejor condición física deberá realizar la actividad con una intensidad absoluta más elevada que otra persona con peor condición física con el fin de sentir unas sensaciones similares de incremento del ritmo respiratorio, del ritmo cardiaco y de la temperatura, que son las características de la actividad física de intensidad moderada.
Vivid
Aprendiz


Registrar Inasistencia del Aprendiz
Consultar Fichas de Caracterización*
2512584 - EJECUCIÓN DE CLASES GRUPALES ORIENTADAS AL FITNESS
Consultar Aprendiz*
TI 1088827540 DANIEL EDUARDO ROBAYO RAMIREZ
Cantidad de Horas*
5
Justificación*
SIN EXCUSA
Fecha Inicio*
01/09/2022
Fecha Fin*
22/09/2022
Registrar Novedad


Registrar Inasistencia del Aprendiz
Consultar Fichas de Caracterización*
2512584 - EJECUCIÓN DE CLASES GRUPALES ORIENTADAS AL FITNESS
Consultar Aprendiz*
TI 1089379621 MARIA DAYANNA LARGO CALLE
Cantidad de Horas*
5
Justificación*
SIN EXCUSA
Fecha Inicio*
01/09/2022
Fecha Fin*
22/09/2022
Registrar Novedad
La Inasistencia ha sido Registrada Correctamente