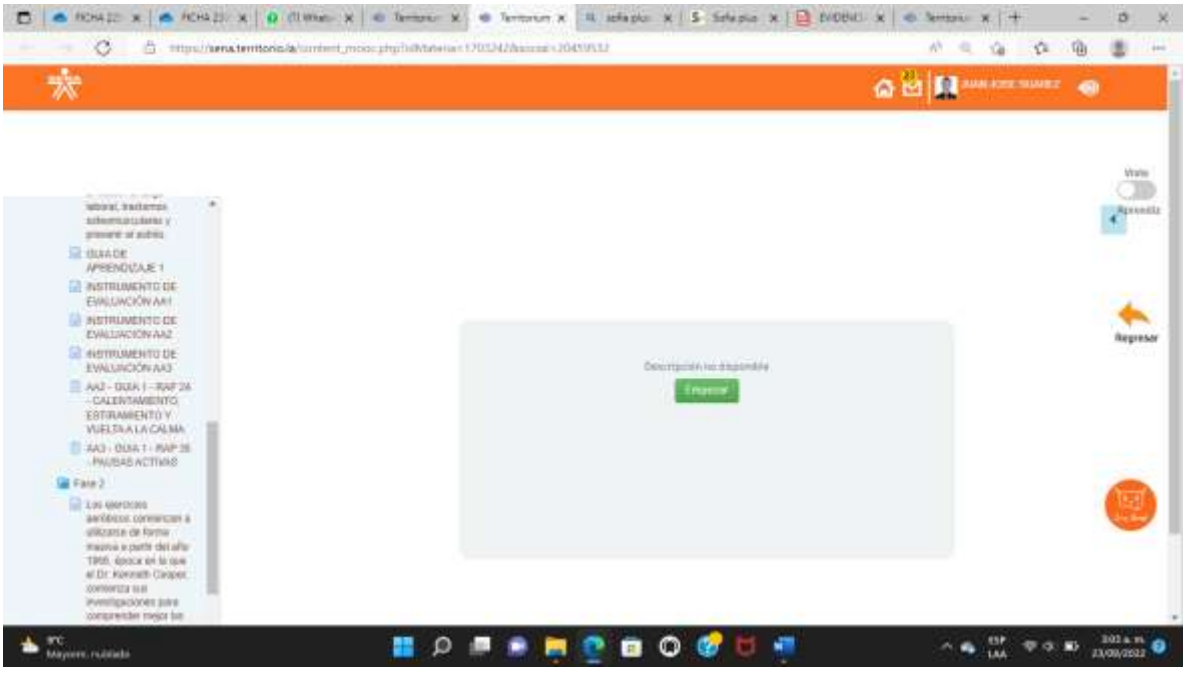
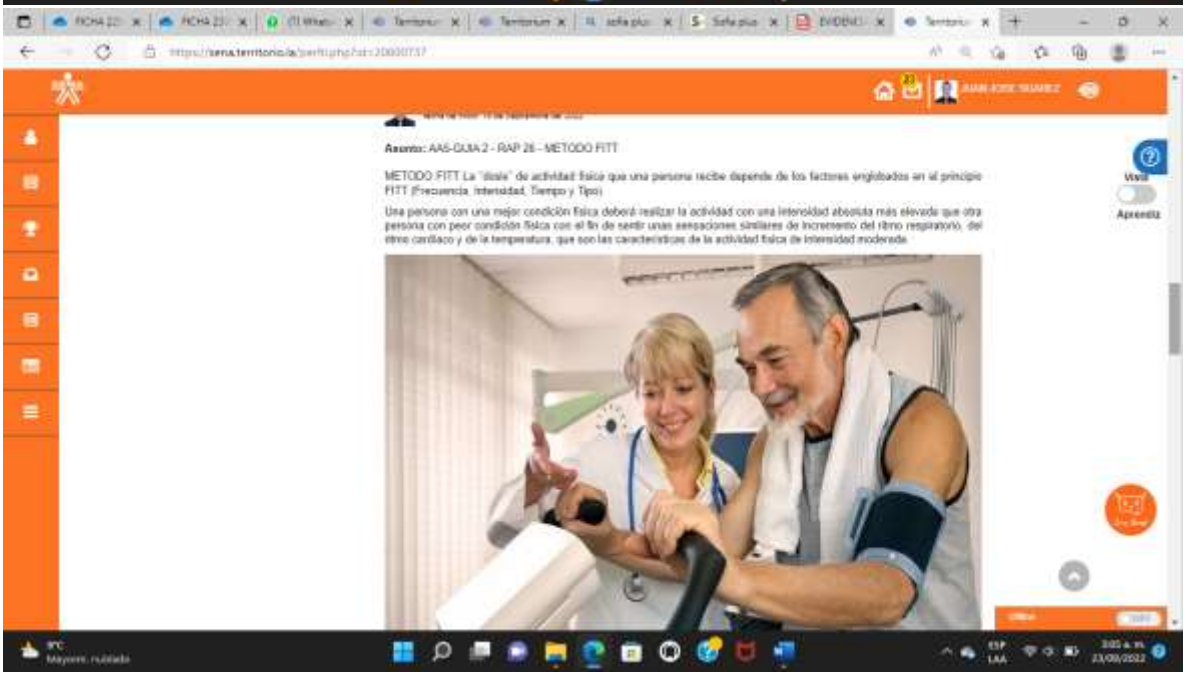
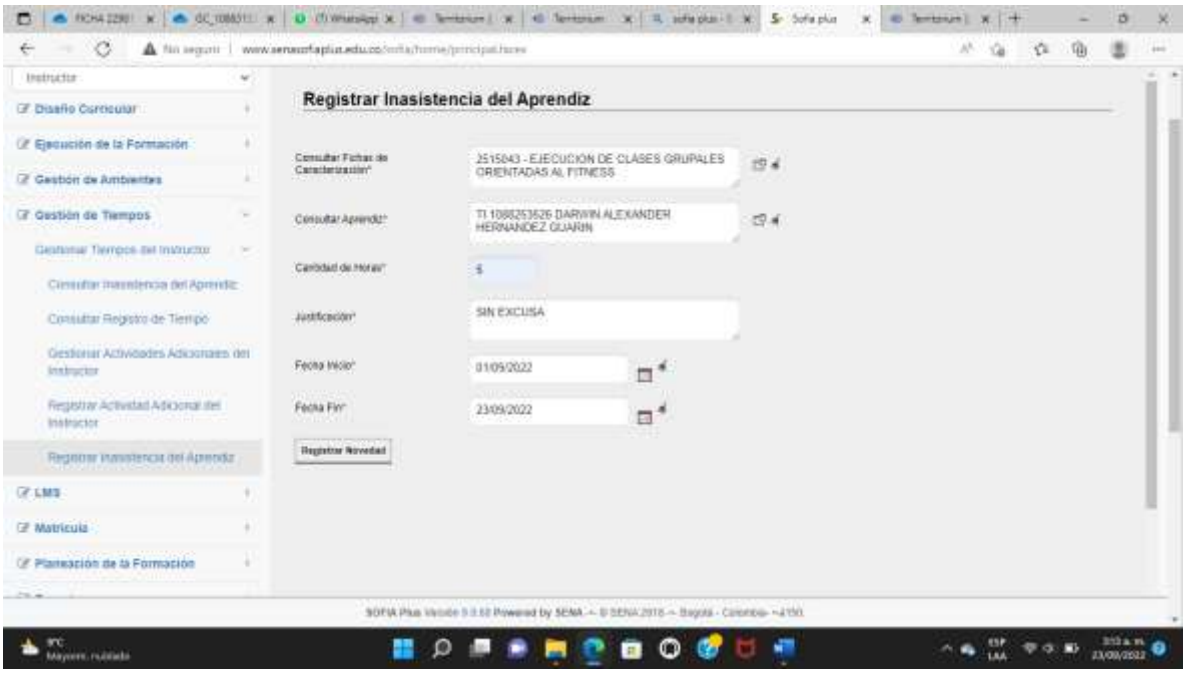
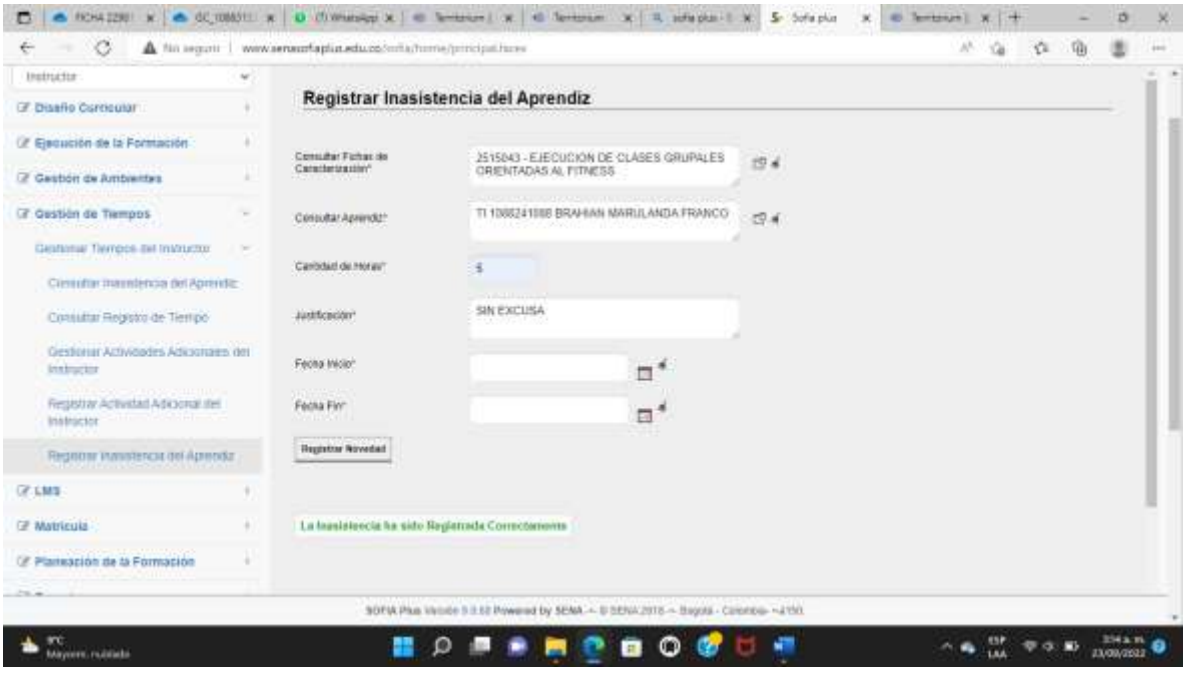

EJECUCION DE CLASES GRUPALES ORIENTADAS AL FITNESS (2515043 PRY 1067065)
PS2503 P2515043 R66 C3308 PRY1067065
SENA
Proyecto Presencial
Impartido por:
Administrador LMS JUAN JOSE SUAREZ BERNAL
Herramientas
Anuncios
Participantes
Información
Contenido del curso
Anuncio
Evidencia
Galería
Activar texto enriquecido
Marcar como prioritario
Enviar correo electrónico
Caracteres: 9000
Fecha de vigencia
2022-09-23 03:11
Agregar a una carpeta del curso
Hipervínculo
MAX. 200Mb
Adjuntar archivos


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
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*
2515043 - EJECUCIÓN DE CLASES GRUPALES ORIENTADAS AL FITNESS
Consultar Aprendiz*
TI 1088253526 DARWIN ALEXANDER HERNANDEZ GUARIN
Cantidad de Horas*
5
Justificación*
SIN EXCUSA
Fecha Inicio*
01/09/2022
Fecha Fin*
23/09/2022
Registrar Novedad
Diseño Curricular
Ejecución de la Formación
Gestión de Ambientes
Gestión de Tiempos
Gestionar Tiempos del Instructor
Consultar Inasistencia del Aprendiz
Consultar Registro de Tiempo
Gestionar Actividades Adicionales del Instructor
Registrar Actividad Adicional del Instructor
Registrar Inasistencia del Aprendiz
LMS
Matrícula
Planeación de la Formación


Registrar Inasistencia del Aprendiz
Consultar Fichas de Caracterización*
2515043 - EJECUCIÓN DE CLASES GRUPALES ORIENTADAS AL FITNESS
Consultar Aprendiz*
TI 1088241888 BRAHIAN MARULANDA FRANCO
Cantidad de Horas*
5
Justificación*
SIN EXCUSA
Fecha Inicio*
Fecha Fin*
Registrar Novedad
La Inasistencia ha sido Registrada Correctamente
Diseño Curricular
Ejecución de la Formación
Gestión de Ambientes
Gestión de Tiempos
Gestionar Tiempos del Instructor
Consultar Inasistencia del Aprendiz
Consultar Registro de Tiempo
Gestionar Actividades Adicionales del Instructor
Registrar Actividad Adicional del Instructor
Registrar Inasistencia del Aprendiz
LMS
Matrícula
Planeación de la Formación