



**PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO
FORMATO INFORME MENSUAL EJECUCIÓN CONTRACTUAL**

San Gil agosto 31 de 2023

Señor (a)

LUIS ENRIQUE RIOS ARDILA

SUPERVISOR(A) CONTRATO No. CO1.PCCNTR.4524667

Instructor Grado 20

Coordinador Formación Virtual

San Gil

Asunto: Informe mensual de ejecución
contractual Mes Agosto del año 2023

Referencia: No. 4524667 del 2023

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ, identificado con la cédula de ciudadanía No. 1095700230 de Barichara, en mi calidad de Contratista del SENA, en (Coordinación Formación Virtual), en cumplimiento del Contrato de Prestación de Servicios de la referencia, a continuación, presento el Informe de actividades realizadas en el mes objeto de cobro.

Valor y forma de Pago:

CLAUSULA TERCERA: VALOR Y FORMA DE PAGO: Se fija como valor total para el contrato la suma de Cuarenta y tres millones dieciséis mil setecientos quince pesos m/cte (42.880.154). Esta suma será pagada por el SENA al contratista de la siguiente manera: a) un primer pago proporcional a los días ejecutados durante el mes de febrero de 2023 b) nueve (09) pagos iguales por los meses de marzo a noviembre de 2023, por valor de cuatro millones noventa y seis mil ochocientos treinta pesos m/cte (\$4,096,830). c) Un último pago proporcional a los días ejecutados durante el mes de diciembre de 2023

Plazo: Diez (10) meses catorce (14) días, sin exceder el calendario académico 2023.



OBJETO:

Prestar servicios personales como instructor para orientar la formación profesional en la modalidad virtual en la red de conocimiento institucional de pedagogía en el área temática cultura física.

Obligaciones Específicas:

No	Obligaciones	Acciones realizadas	Evidencias
1	Participar en la planeación de los procesos formativos de acuerdo con los lineamientos institucionales, para el área temática del objeto contractual.	<p>Formacion titulada virtual</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ficha:2721715 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2721716 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2627098 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2627099 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2626881 • Programa: Apoyo Administrativo en salud • Ficha:2626882 • Programa: Apoyo Administrativo en salud <p>✓ Total, horas Academicas:168</p> <p>Total horas 168 Mes agosto 2023</p>	<p>Plataforma de aprendizaje virtual Territorium Fichas:</p> <p>2721715</p> <p>2721716</p> <p>2627098</p> <p>2627099</p> <p>2626881</p> <p>2626882</p>



2	Participar cuando el centro de formación lo requiera, en jornadas de diseño y desarrollo curricular de programas de Formación Profesional Integral, conforme a las necesidades nacionales y a los lineamientos institucionales requeridos para el área temática objeto del contrato.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
3	Evaluar los aprendizajes previos correspondientes a las fichas asignadas, de acuerdo con los procedimientos, plazos y herramientas tecnológicas que la entidad defina.	Emisión de juicios evaluativos en plataforma de aprendizaje virtual Territorium en el mes de AGOSTO de 2023	Plataforma de aprendizaje virtual Territorium Fichas: 2721715 2721716 2627098 2627099 2626881 2626882
4	Ejecutar la formación profesional integral de acuerdo con el currículo, desarrollo curricular y proyecto formativo de los programas del área temática objeto del contrato.	Formacion titulada virtual <ul style="list-style-type: none"> • Ficha:2721715 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2721716 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2627098 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2627099 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2626881 • Programa: Apoyo Administrativo en salud • Ficha:2626882 	Plataforma de aprendizaje virtual Territorium Fichas: 2721715 2721716 2627098 2627099 2626881 2626882



		<ul style="list-style-type: none"> Programa: Apoyo Administrativo en salud ✓ Total, horas Academicas:168 <p>Total horas 168 Mes agosto 2023</p>	
5	Aplicar según la modalidad, estrategias de enseñanza, aprendizaje, seguimiento y evaluación de acuerdo a los lineamientos pedagógicos y metodológicos de la entidad.	<p>Formacion titulada virtual</p> <ul style="list-style-type: none"> Ficha:2721715 Programa: Desarrollo publicitario Ficha:2721716 Programa: Desarrollo publicitario Ficha:2627098 Programa: Análisis y desarrollo de software Ficha:2627099 Programa: Análisis y desarrollo de software Ficha:2626881 Programa: Apoyo Administrativo en salud Ficha:2626882 Programa: Apoyo Administrativo en salud ✓ Total, horas Academicas:168 <p>Total horas 168 Mes agosto 2023</p>	Plataforma de aprendizaje virtual Territorium y Sofía Plus



6	Participar cuando el centro de formación lo requiera, en proyectos de investigación técnica y/o pedagógica para fortalecer el proceso de formación del área temática objeto del contrato.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro.
7	Emitir juicio · valorativo sobre el nivel de cumplimiento de los resultados de aprendizajes de las competencias del programa, adquiridos por los aprendices en el desarrollo de su formación, aplicando los procedimientos, plazos y herramientas tecnológicas que la entidad defina.	<p>Formacion titulada virtual</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ficha:2721715 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2721716 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2627098 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2627099 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2626881 • Programa: Apoyo Administrativo en salud • Ficha:2626882 • Programa: Apoyo Administrativo en salud <p>✓ Total, horas Academicas:168</p> <p>Total horas 168 Mes agosto 2023</p>	Plataforma de aprendizaje virtual Territorium y Sofía Plus
8	Entregar los soportes del procedimiento de Ingreso de aprendices al programa de formación tales como: Ficha de matrícula; fotocopia del documento de		



	identidad, y/o requisitos definidos en el diseño curricular, cuando ejecute formación complementaria.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro.
9	<p>Registrar, verificar y hacer seguimiento oportuno en el sistema de información que la entidad defina para la Gestión de la Formación Profesional Integral mediante las siguientes actividades: a). Verificando que la totalidad de los aprendices seleccionados y matriculados queden en ese estado. b). Registrando juicios evaluativos del reconocimiento de aprendizajes previos, los juicios evaluativos, rutas de aprendizaje, para los beneficiarios nuevos, reintegrados o trasladados. e). Comunicando al Coordinador Académico oportunamente anomalías, inconsistencias, novedades de aprendices y hallazgos en el registro de la información.</p>	<p>Formación titulada virtual</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ficha:2721715 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2721716 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2627098 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2627099 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2626881 • Programa: Apoyo Administrativo en salud • Ficha:2626882 • Programa: Apoyo Administrativo en salud <p>✓ Total, horas Académicas:168</p> <p>Total horas 168 Mes agosto 2023</p>	Plataforma de aprendizaje virtual Territorium y Sofía Plus
10	Participar cuando el centro lo requiera en el proceso de selección, diseño de talleres e instrumentos que		Obligación no requerida por el supervisor en el



	alimenten los bancos de pruebas para la selección de aprendices	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	mes objeto de cobro
11	Aplicar y hacer cumplir el reglamento del aprendiz, así como el manual de convivencia del Centro de Formación.	Direccionamiento y acompañamiento a aprendices fichas asignadas	Plataforma virtual de aprendizaje Plataforma de aprendizaje virtual Territorium Fichas: 2721715 2721716 2627098 2627099 2626881 2626882
12	Apoyar procesos de Registro calificado para los programas en nivel tecnólogo del área temática objeto del presente contrato, cuando el centro lo requiera.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
13	Acatar los lineamientos del Sistema Integrado de Gestión y el Sistema de Seguridad de Salud en el Trabajo y asistir a las convocatorias que el centro programa.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
14	Apoyar al centro de formación cuando este lo requiera, en la promoción del portafolio de servicios.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
15	Realizar seguimiento en la etapa productiva a los aprendices que le sean asignados, cuando el centro de formación lo requiera.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro



16	Responder por los bienes y elementos puestos a su disposición para el cumplimiento del objeto del contrato y una vez finalizado, quedar a paz y salvo con el Almacén.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
17	Acompañar a los aprendices a las actividades que se encuentren planeadas por el equipo de Bienestar al Aprendiz.	No se realizaron actividades en el mes objeto de contrato	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
18	Apoyar y acompañar los procesos de autoevaluación de programas de formación en nivel tecnólogo del Centro de Formación.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
19	Participar en las labores de montaje y puesta en marcha de equipos y maquinaria utilizados en la Formación Profesional Integral.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
20	Asistir y participar activamente en las reuniones programadas por la(s) red(es) de conocimiento propias del Centro de Formación a las cuales sea invitado.	Se asiste a las reuniones programadas por Coordinación académica virtual del Centro Agroturístico	Citación correo electrónico, efectuada por Coordinación académica virtual centro Agroturístico
21	Participar en reuniones y/o transferencias técnicas y/o pedagógicas.	Se asiste a reunión transferencia pedagógicas	Transferencias pedagógicas formato asistencia
22	Ejecutar la formación profesional integral en los diferentes niveles y modalidades (titulada, complementaria y virtual) que programe el Centro de Formación.	Impartir formación titulada virtual en fichas asignadas	Plataforma de aprendizaje virtual Territorium Fichas: 2721715 2721716 2627098 2627099 2626881 2626882



23	Utilizar el LMS Institucional como apoyo a la formación en cualquiera de las estrategias institucionales.	Utilizado para impartir Formación fichas asignadas	Plataforma de aprendizaje virtual Territorium Fichas: 2721715 2721716 2627098 2627099 2626881 2626882
24	Cumplir con los lineamientos de orientación del desempeño del instructor en ambientes virtuales de aprendizaje, de acuerdo a lo establecido en el aplicativo comprom/SO – Guía Orientación Formación ambientes virtuales de aprendizaje (Aplica para instructores que apoyan formación virtual).	Formacion titulada virtual <ul style="list-style-type: none"> • Ficha:2721715 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2721716 • Programa: Desarrollo publicitario • Ficha:2627098 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2627099 • Programa: Análisis y desarrollo de software • Ficha:2626881 • Programa: Apoyo Administrativo en salud • Ficha:2626882 • Programa: Apoyo Administrativo en salud <p>✓ Total, horas Academicas:168</p>	Plataforma de aprendizaje virtual Territorium Fichas: 2721715 2721716 2627098 2627099 2626881 2626882



		Total horas 168 Mes agosto 2023	
25	Participar en las actividades de inducción y reinducción que sean requeridas por el centro de formación.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
26	Apoyar cuando será requerido por la entidad, los procesos de investigación, desarrollo tecnológico e innovación, cooperación técnica nacional e internacional en los que el Centro participe, dentro y fuera del país.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
27	Realizar técnicamente cuando sea requerido por la Entidad, la identificación, estructuración y definición de las especificaciones técnicas de los bienes y servicios necesarios para el cumplimiento de la misión institucional y apoyar la planeación de los procesos contractuales de la Entidad.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
28	Realizar cuando sea requerido por la Entidad la verificación y evaluación técnica o económica de las propuestas que se reciban dentro de los procesos de contratación de la Entidad.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
29	En aplicación de la Ley 1474 de 2011, realizar cuando sea requerido por la entidad el apoyo a la Supervisión de los contratos que celebre el SENA, de acuerdo con el Manual de Supervisión del SENA vigente.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
30	Brindar apoyo en todos los aspectos relacionados con el modelo de planeación integral participativa del Centro.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro



31	Apoyar en la elaboración de fichas técnicas, estudios de mercado, análisis del sector, análisis de riesgos y demás documentos necesarios para la adquisición de materiales de formación y demás bienes y servicios del Centro según la red de conocimiento a la cual pertenezca.	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro	Obligación no requerida por el supervisor en el mes objeto de cobro
32	Atender oportunamente los requerimientos que haga el supervisor del contrato y presentar informes mensuales de la ejecución del contrato.	Informe mensual correspondiente a la ejecución mes AGOSTO de 2023	Cuenta AGOSTO 2023 Secop 2
33	Las demás necesarias para el cabal cumplimiento del objeto contractual.	Atender oportunamente los correos enviados por el coordinador y supervisor de contrato	Correo institucional

A continuación, relaciono los desplazamientos que realicé previo a la presentación de este informe. Una vez finalizado cada desplazamiento presenté al ordenador del gasto el informe en el Formato Informe Legalización Desplazamiento Contratista GTH-F-087, en el que se describieron las actividades desarrolladas y los resultados de cada desplazamiento. Cada informe cuenta con el visto bueno del Supervisor.

Se lista a continuación el soporte de la legalización de los desplazamientos realizados, los cuales forman parte integral del presente informe de ejecución contractual.

ITEM	No DE LA ORDEN DE VIAJE	LUGAR DE DESPLAZAMIENTO	FECHAS DE DESPLAZAMIENTOS	
			INICIO	FINALIZACIÓN
1.				
2.				

Nota 1: Por cada desplazamiento que haya realizado el contratista, adjuntará el respectivo informe que la soporte. En caso de haber realizado el desplazamiento en fecha posterior a la presentación del informe de ejecución contractual, deberá reportarlo en el siguiente informe de ejecución contractual.



Para el trámite de la cuenta me permito adjuntar: Documentos electrónicos enunciados como evidencias del cumplimiento de las obligaciones contractuales y los desplazamientos realizados y el No. **8626118827** de la planilla expedida por el operador ASOPAGOS y periodo. JULIO de 2023 (Decreto Ley 2106 de 2019 – “Decreto Ley Anti trámites”)

Evidencias en (27) folios

Cordialmente,

Firma 
Jorge Andrés Bayona Martínez

Contratista

C.C. No. 1095700230 de Barichara

Recibí a satisfacción:

Firma

Luis Enrique Ríos Ardila

Supervisor(a) Contrato No. CO1.PCCNTR.4524667

Instructor Grado 20



EVIDENCIAS DE EJECUCION CONTRACTUAL
JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
CONTRATO No. CO1.PCCNTR.4524667
MES DE AGOSTO 2023

The screenshot displays the SENA Territorio web application interface. The browser address bar shows the URL: <https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027>. The page features a green header with the SENA logo and a user profile for JORGE ANDRES BAYONA. A left sidebar contains navigation icons. The main content area is titled 'ASESORIA COMERCIAL' and includes a profile card for the instructor, JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ, with contact information: P631101 V2758406 R58 C9541. Below the card, a list of instructors is provided. The right sidebar contains a 'Vista Aprendiz' button and a 'Regresar' button. The bottom of the page shows a Windows taskbar with the search bar and various application icons. The system clock indicates 3:37 p.m. on 13/08/2023.



WhatsApp Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Verificar todos

Contenido del curso
Edición de contenidos
Métricas de Encuestas
Foros
Evidencias
Métricas SCORM
Sesión en línea
Evaluaciones
Sondajes
Wikis
Asistencia
Galería
Chat
Competencias
Acceso a portafolio de evidencias aprendices
Gamificación
Centro de Calificaciones
Administrar Grupos

BEIDYS GOMEZ BARRIOS

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484514073
Verificar
FichasANTROPOMETRICA.docx
Descargar Archivo
100
Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-11 20:02:02
Calificación: Sin
Id respuesta: 484614073
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
FICHASANTROPOMETRICA.docx
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
1 segundos antes

tenés buenas tardes cordial saludo Hacer ejercicio te ayuda a controlar el peso El ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso. Cuando realizas actividad física, quemas calorías. Mientras más intensa sea la actividad, más calorías quemaras. Si al ejercicio en forma regular es vital, pero no te preocupes si no encuentras una hora de tiempo amplio para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para conocer los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día, subir las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelerar el ritmo de tus tareas domésticas. La consistencia es la clave

Offline OFF

3:41 p. m.
13/06/2023

WhatsApp Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Verificar todos

DIANA PAOLA HERNANDEZ FORNIECA Instructor
LUIS EDUARDO GONZALEZ SANCHEZ Instructor
CLAUDIA MARCELA ESPINOSA RINCON Instructor
JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ Instructor
INGRID TATIANA HERNANDEZ SUAREZ Instructor
JUAN CARLOS RODRIGUEZ SUAREZ Instructor
JADER ANDRES HERNANDEZ CARRASCAL Instructor
Administrador LMS Instructor
LADY ALEXANDRA SALAZAR SALAS Instructor

MARISOL CRUZ LOPEZ

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484050645
Verificar
FichasAntropometricasCulturalPerfo ca.docx
Descargar Archivo
100
Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-16 23:22:38
Calificación: Sin
Id respuesta: 484050645
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
FichasAntropometricasCulturalPerfo ca.docx
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
8 segundos antes

manos cordial saludo El ejercicio combate las afecciones y las enfermedades ¿Te preocupa la enfermedad cardíaca? ¿Esperas poder prevenir la presión arterial alta? Sin importar cuál sea tu peso actual, estar activo aumenta el colesterol con lipoproteína de alta densidad (HDL) o el colesterol "bueno" y reduce los triglicéridos poco saludables. Esta fórmula instantánea hace que tu sangre fluya libremente, lo que reduce el riesgo de sufrir infartos y enfermedades cardiovasculares. El ejercicio regular ayuda a prevenir o manejar muchos problemas e inquietudes de salud, entre ellos: Accidentes cardiovasculares síndrome metabólico. Presión arterial alta Diabetes tipo 2 Depresión ansiedad Muchos tipos de cáncer Artrosis Caídas

Offline OFF

3:42 p. m.
13/06/2023



WhatsApp Territorium || ASESORIA CO|| Territorium || ASESORIA CO|| Territorium || ASESORIA CO|| Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484036880
Visualizar
FicheroAntropometriaCulturalFemeni-08-0900
Descargar Archivo
Intentos: 1

MARTHA LILIANA SANCHEZ GALVIS

Fecha de Envío: 2023-08-10 22:45:25
Calificación: Sin
Id respuesta: 484036880
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
FicheroAntropometriaCulturalFemeni-a.docx
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

martha liliana cordial saludo El ejercicio mejora el estado de ánimo y proporciona un estímulo emocional, y O necesito relajarte después de un día estresante? Una sesión de gimnasia o una xamania rápida pueden ayudar. La actividad física estimula varias sustancias químicas cerebrales que pueden hacer que te sientas más feliz, más relajado y menos ansioso. Es posible que también te sientas mejor sobre tu aspecto y sobre ti mismo si haces ejercicios regularmente, lo cual puede aumentar tu confianza y mejorar tu autoestima.

Activar texto enriquecido

Office OFF

3:42 p. m.
13/08/2023

WhatsApp Territorium || ASESORIA CO|| Territorium || ASESORIA CO|| Territorium || ASESORIA CO|| Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483932860
Visualizar
FicheroAntropometriaCulturalFemeni-caosbENTINALE-SALAMANCA.pdf
Descargar Archivo
Intentos: 1

YENNY ALEXANDRA RUBIANO SALAMANCA

Fecha de Envío: 2023-08-10 21:39:24
Calificación: Sin
Id respuesta: 483932860
Respuesta:
Buenas noches aquígo ficha ANTROPOMETRICA
Archivos:
FicheroAntropometriaCulturalFemeni-aFEMINALE-SALAMANCA.pdf
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

yenny alexandra buenas tardes El ejercicio aumenta la energía ¿Estás sin aliento después de hacer las compras o los quehaceres domésticos? La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia. El ejercicio aeróbico estimula y nutre a los vasos y ayuda a que el sistema cardiovascular funcione de manera más eficiente. Y cuando tu salud cardíaca y pulmonar mejora, tienes más energía para hacer las tareas diarias.

Office OFF

3:42 p. m.
13/08/2023



WhatsApp Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

JORGE ANDRES BAYONA

MARIA ALEJANDRA CORREA RUIZ

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483932395
Visualizar
FichaAntropometricaCulturalFisiocamara.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-16 21:07:54
Calificación: Sin
Id respuesta: 483932395
Respuesta:
FICHA
MARIA ALEJANDRA CORREA RUIZ
ASESORIA COMERCIAL
Archivos:
FichaAntropometricaCulturalFisiocamara.pdf
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

¡Hola Alejandra! buenos tardes cordial saludo! hacer ejercicio promueve un mejor sueño ¿Te cansa dormir? La actividad física regular puede ayudarte a quedarte dormido más rápido, a dormir mejor y más profundamente. Simplemente no hagas ejercicio demasiado cerca de la hora de acostarte, porque podrías tener demasiada energía como para irte a dormir.

Office OFF

3:42 p. m.
13/06/2023

WhatsApp Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

JORGE ANDRES BAYONA

ALVARO ANDRES SEPULVEDA VEGA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483916725
Visualizar
FichaAntropometricaCulturalFisiocamara.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-16 21:10:38
Calificación: Sin
Id respuesta: 483916725
Respuesta:
Buenas noches adjunto ficha antropométrica, quedo atento a cualquier recomendación muchas gracias.
Archivos:
FichaAntropometricaCulturalFisiocamara.pdf
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

Alvaro andrés buenos tardes El ejercicio puede ser divertido y una actividad social. El ejercicio y la actividad física pueden ser agradables. Te dan la oportunidad de relajarte, disfrutar del aire libre o simplemente participar en actividades que te hacen feliz. La actividad física también puede ayudarte a conocerte con la familia o amigos en un ambiente social divertido. Así que toma una clase de baile, recorre las rutas de senderismo o inscríbete en un equipo de fútbol. Busca una actividad física que disfrutes y haga. ¿Serías deportista? Pruébalo algo nuevo o haz algo con amigos o familiares.

Office OFF

3:42 p. m.
13/06/2023



WhatsApp Territorium || ASESORIA CO|| Territorium || ASESORIA CO|| Territorium || ASESORIA CO|| Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

JORGE ANDRES BAYONA

YISSEL CAROLINA CAICEDO CERVANTES

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483893860
Visualizar fichayissemcaicedo.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-16 20:07:08
Calificación: Sin
Id respuesta: 483893860
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia...
Archivos:
fichayissemcaicedo.pdf
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

yisel carolina buenas tardes El ejercicio y la actividad física son excelentes formas de sentirte mejor, mejorar tu salud y divertirte. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos recomienda estas pautas de ejercicio para la mayoría de los adultos sanos: Actividad aeróbica: haga al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada o 75 minutos de actividad aeróbica intensa a la semana, o una combinación de actividad moderada e intensa. Las pautas sugieren distribuir este ejercicio durante el curso de una semana. Para obtener aún más beneficios para la salud y contribuir a la pérdida de peso o a su mantenimiento, se recomienda dedicar al menos 300 minutos a la semana. Pero incluso pequeñas cantidades de actividad física ayudan. Estar activo por períodos cortos a lo largo del día puede ser beneficioso para la salud.

Office OFF

3:43 p. m.
13/06/2023

WhatsApp Territorium || ASESORIA CO|| Territorium || ASESORIA CO|| Territorium || ASESORIA CO|| Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

JORGE ANDRES BAYONA

LINA MARCELA QUESADA SUAREZ

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483602100
Visualizar fichalina.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-16 12:38:38
Calificación: Sin
Id respuesta: 483602100
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia...
Archivos:
fichalina.pdf
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

lina marcela querida El ejercicio aeróbico moderado incluye actividades como caminar a paso ligero, andar en bicicleta, nadar y correr en césped. El ejercicio aeróbico intenso incluye actividades como correr, realizar trabajos pesados de jardinería y practicar béisbol aeróbico. El fortalecimiento muscular puede incluir el uso de máquinas de pesos, tu propio peso corporal, bandas resistentes, tubos de resistencia, remos de resistencia en el agua o actividades como escalar. Si deseas perder peso, aumentar medios específicos para estar en forma u obtener aún más beneficios, es posible que necesites aumentar tu actividad aeróbica moderada todavía más.

Office OFF

3:43 p. m.
13/06/2023



WhatsApp Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31410027

80%

GEORGE ANDRES BAYONA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483427866
Vincular
FicheroAntropometriaenYERYMARIA ALVARADO.pdf
ADON: pdf
Descargar Archivo
Intintos: 1

YEINY MARISELA ALVARADO CHINOME

Fecha de Envío: 2023-08-09 23:04:58
Calificación: Sin
Id respuesta: 483427866
Respuesta:
BUENAS NOCHES INSTRUCTOR.
Archivos:
FicheroAntropometriaenYERYMARIA ALVARADO.pdf
(1) Comentario(s)

GEORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

Yery trabaja todos los ejercicios puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso. Cuando realizas actividad física, quemas calorías. Mientras más intensa sea la actividad, más calorías quemarás. Ir al gimnasio en forma regular es clave, pero no lo prescipes si no encuentras una rutina de tiempo amplio para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para cosechar los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día: sube las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelera el ritmo de tus tareas domésticas. La consistencia es lo clave.

Online OFF

ESP 3:43 p. m. 13/08/2023

(1) WhatsApp Territorium || ASESORIA CO || Territorium || ASESORIA CO || abece-pausas-activas.pdf Ejercicio: Siete beneficios ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=29487197

80%

GEORGE ANDRES BAYONA

ASESORIA COMERCIAL
(2721694)
P631161 V2721694 R68 C9541

ASESORÍA COMERCIAL

Anuncio Evidencia Galería

Asunto:

Compartir con todos:

☐ Activar texto enriquecido
☐ Marcar como prioritario
☐ Enviar como electrónico

Caracteres: 0000

Fechas de Disponibilidad

Fecha de Inicio: 2023-08-13 15:58 Fecha fin: 2023-08-13 15:58

Agregar a una carpeta del curso ☐

Hipervínculo

Herramientas

Anuncios
Participantes
Información

Online OFF

ESP 3:56 p. m. 13/08/2023



WhatsApp x Territorium || APOYO ADM || x Territorium || APOYO ADM || x Ejercicio: Siete beneficios d... abece-pausas-activas.pdf x + -

← → ↻ ↺ https://sena.territorium.la/perfil.php?id=25322328 80% ☆

JORGE ANDRES BAYONA

APOYO ADMINISTRATIVO EN SALUD (2626881)
P134507 V2626881 R08 C9541

AA

Impartido por:
Administrador LMS: FERNANDO BUIHOREQUEZ GARCIA, JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ, LADY ALEXANDRA SALAZAR SALAS, LAURA SORIA CUERVO LOPEZ, OLGA LUCIA AGELAS BELTRAN, CLAUDIA MARCELA ESPINOSA RIVCON, DANIEL HERNANDO GARCIA CARRENO

Herramientas

- Anuncios
- Participantes
- Información
- Contenido del curso

Ficha antropométrica de valoración de la condición física. GA4-230101507-AA3-EV01
Ficha antropométrica de valoración de la condición física. GA4-230101507-AA3-EV01

evidencia para equipos en específico o no
Fecha de inicio: 2023-08-08 00:00
Fecha de entrega: 2023-08-10 23:59
☐ Se aceptarán entregas tardías
☐ Número de intentos limitados
☒ Hacer disponible la evidencia
Instructor: Administrador LMS
Enlace para evidencia: http://sena.territorium.la/sema_8.php?sema=333026143

Archivos

Entiende a penderación Fase 1
Rúbrica: No asignada

☒ Completado(s)
☒ Certificación
Puntaje por cargar la actividad: 0
☐ Puntaje por excelencia

Calificaciones

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484684283
Visualizar

Office OFF

4:08 p. m.
13/08/2023

WhatsApp x Territorium || APOYO ADM || x Territorium || APOYO ADM || x Ejercicio: Siete beneficios d... abece-pausas-activas.pdf x + -

← → ↻ ↺ https://sena.territorium.la/perfil.php?id=25322328 80% ☆

JORGE ANDRES BAYONA

Métricas de Encuestas
Foros
Evidencias
Métricas SCORM
Sesión en línea
Evaluaciones
Sondeos
Wikis
Asistencia
Galería
Chat
Competencias
Acceso a portafolio de evidencias aprendices
Gamificación
Centro de Calificaciones
Administrar Grupos
Grupo
Presenciales

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484684283
Visualizar
FICHAS ANTROPOMETRICAS DE VALORACION DE LA CONDICION FISICA 0
PC: Descarga Archivo
Intentos: 1

ELICETH MARIA ESMERAL AVILA
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Fecha de envío: 2023-08-11 22:48:58
Calificación: Sin
Id respuesta: 484684283
Respuesta:
Buenas noches hago envío de la evidencia ficha antropométrica

Archivos
FICHAS ANTROPOMETRICAS DE VALORACION DE LA CONDICION FISICA 0

☐ 0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
0 sugerencias areas

el otro card salud Hacer ejercicio le ayuda a controlar el peso El ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso. Cuando realizas actividad física, quemas calorías. Mientras más intensa sea la actividad, más calorías quemarás. Ir al gimnasio en forma regular es ideal, pero no te preocupes si no encuentras una rutina de tiempo amplia para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para conectar los beneficios de ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día, sube las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelera el ritmo de las tareas domésticas. La consistencia es la clave.

Office OFF

4:08 p. m.
13/08/2023



WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios d... abece-pausas-activas.pdf

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484856488
Visualizar
FicheroAntepromocionFisica.pdf
Descargar archivo

100%

Intentos: 1

Fecha de envío: 2023-08-12 21:09:02
Calificación: 100.0 A
Id respuesta: 488895488
Respuesta:
Buenas noches envío evidencia de la ficha antropométrica de la condición física

Archivos:
FicheroAntropometriaFisica.pdf

1 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
2023-08-13 16:16:46

ashly cordial saludo hacer ejercicio le ayuda a controlar el peso El ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso. Cuando realizas actividad física, quemas calorías. Quemar más intensidad sea la actividad, más calorías quemarás. Ir al gimnasio en forma regular es ideal, pero no te preocupes si no encuentras una hora de tiempo amplia para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para cosechar los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día: sube las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelera el ritmo de tus tareas domésticas. La consecuencia es la clave

Activar texto enriquecido

Office OFF

4:20 p. m.
13/08/2023

WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios d... abece-pausas-activas.pdf

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484782333
Visualizar
FicheroAntepromocionEvaluacionenredacioncondicionfisica.pdf
Descargar archivo

100%

Intentos: 1

Fecha de envío: 2023-08-12 17:11:44
Calificación: 100.0 A
Id respuesta: 484782333
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia

Archivos:
FicheroAntepromocionEvaluacioncondicionfisicacondicionfisica.pdf

1 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
2023-08-13 16:17:08

dancelly cordial saludo El ejercicio combate las afecciones y las enfermedades ¿Te preocupa la enfermedad cardíaca? ¿Eso puede prevenir la presión arterial alta? Sin importar cuál sea tu peso actual, estar activo aumenta el colesterol con lipoproteína de alta densidad (HDL) o el colesterol "bueno" y reduce los triglicéridos poco saludables. Esta fórmula instantánea hace que tu sangre fluya constantemente, lo cual reduce la riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. El ejercicio regular ayuda a prevenir o manejar muchos problemas o inquietudes de salud, entre ellos: Accidente cerebrovascular, Síndrome metabólico, Presión arterial alta, Diabetes tipo 2, Depresión ansiedad, Muchos tipos de cáncer, Arteriosclerosis También puede ayudar a mejorar la función cognitiva y ayuda a reducir el riesgo de muerte por cualquier causa.

Activar texto enriquecido

Office OFF

4:20 p. m.
13/08/2023

Administrador LMS
Instructor

LADY ALEXANDRA SALAZAR SALAS
Instructor

MERARY FLOREZ MORENO
Instructor

CLAUDIA MARCELA ESPINOSA RINCÓN
Instructor

FERNANDO BOHÓRQUEZ GARCÍA
Instructor

JIMENA ALEXANDRA PÉREZ SOLANO
Instructor

OLGA LUCIA ACELAS BELTRAN
Instructor

DANIEL HERNANDO GARCÍA GARRERO
Instructor

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
Instructor

LAURA SOFIA CUERVO



WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios || abece-pausas-activas.pdf

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

LILIANA GIL

Visualizar Fichamantropometrica/cultura LIFISIDA.pdf Descargar Archivo

Intentos: 1

100.0

Fecha de envío: 2023-08-12 16:28:50
Calificación: 100.0 A
ID respuesta: 488768788
Respuesta:
Buen día apreciado docente

Envío la respuesta

Gracias

Archivos:
Fichamantropometrica/cultura/LIFISIDA.pdf

1 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ

2023-08-13 16:17:32

Hano gl buenas tardes El ejercicio mejora el estado de ánimo ¿recostas un estiramiento amocional? ¿O necesitas relajarte despote de un día estresante? Una sesión de gimnasia o una caminata rápida pueden ayudar. La actividad física estimula varias sustancias químicas cerebrales que pueden hacer que te sientas más feliz, más relajado y menos ansioso. Es posible que también le sientas mejor sobre ti respecto y sobre ti mismo si haces ejercicios regularmente. lo cual puede aumentar la confianza y mejorar tu autoestima.

Activar texto enriquecido

Offline OFF

4:20 p. m. 13/08/2023

WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios || abece-pausas-activas.pdf

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

JONNATHAN ARTURO CEBALLOS ERAZO

Visualizar Fichamantropometrica.pdf Descargar Archivo

Intentos: 1

100.0

Fecha de envío: 2023-08-10 16:43:18
Calificación: 100.0 A
ID respuesta: 483766140
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia

Archivos:
Fichamantropometrica.pdf

1 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ

2023-08-13 16:18:08

jonnathen cordel salud buenas tardes El ejercicio aumenta la energía ¿Estás sin aliento después de hacer las compras o los quehaceres domésticos? La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia. El ejercicio suministra oxígeno y nutrientes a los tejidos y ayuda a que el sistema cardiovascular funcione de manera más eficiente. Y cuando tu salud cardíaca y pulmonar mejora, tienes más energía para hacer las tareas diarias.

Activar texto enriquecido

Adjunta un archivo

Publicar

Retroalimentación por audio

Offline OFF

4:20 p. m. 13/08/2023



WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios d... abece-pausas-activas.pdf

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483276360

DALGY TATIANA BAZA ZABALA

Fecha de Envío: 2023-08-09 20:04:10
Calificación: 100.0 A
Id respuesta: 483276360
Respuesta: Buenas noches instructor Jorge Bayona, me permito enviar la evidencia correspondiente a la ficha antropológica de valoración de la condición física GM-230701507-3A3-EV01. Quedo atenta a cualquier sugerencia.
Archivos: FichaAntropometricaCulturalFisica.pdf
Intentos: 1

1 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
2023-08-13 16:18:35

dalgy tatiana cordia salud! El ejercicio puede ser divertido y una actividad social. El ejercicio y la actividad física pueden ser agradables. Te dan la oportunidad de relajarte, disfrutar del aire libre o simplemente participar en actividades que te hacen feliz. La actividad física también puede ayudarte a conectarte con tu familia o amigos en un ambiente social divertido. Así que toma una clase de baile, recorre las rutas de senderismo o inscríbete en un equipo de fútbol. Busca una actividad física que disfrutes y hazla. ¿Sentías acortamiento? Prueba algo nuevo o haz algo con amigos o familiares.

☐ Activar texto enriquecido

Office OFF

4:20 p. m.
13/08/2023

WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios d... abece-pausas-activas.pdf

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 482696700

NELLY JOHANNA RAMOS GUERRERO

Fecha de Envío: 2023-08-08 21:23:54
Calificación: 100.0 A
Id respuesta: 482696700
Respuesta: Escribe aquí la evidencia.
Archivos: FichaAntropometrica.pdf
Intentos: 1

1 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
2023-08-13 16:19:02

nelly cordia salud! buenas tardes El ejercicio y la actividad física son excelentes formas de sentirte mejor, mejorar tu salud y divertirte. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos recomienda estas pautas de ejercicio para la mayoría de los adultos sanos: Actividad aeróbica: Hazlo al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada o 75 minutos de actividad aeróbica intensa a la semana, o una combinación de actividad moderada e intensa. Las pautas sugieren mostrar este ejercicio durante el curso de una semana. Para obtener aún más beneficios para la salud y contribuir a la pérdida de peso o a su mantenimiento, se recomienda dedicar al menos 300 minutos a la semana. Pero incluso pequeñas cantidades de actividad física ayudan. Estar activo por períodos cortos a lo largo del día puede ser beneficioso para la salud. Fortalecimiento muscular: Haz ejercicios de fortalecimiento muscular para todos los grupos de músculos principales al menos dos veces a la semana. Trata de hacer una sola serie de cada ejercicio con un peso o un nivel de resistencia suficiente como para cansar los músculos después de 12 a 15 repeticiones.

☐ Activar texto enriquecido

Office OFF

4:20 p. m.
13/08/2023



WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios de la... abecer-pausar-activas.pdf

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 481779030
Historial: Pídele, antipompetica.ner
Descargar Archivo

MAYERLY MORENO BOCANEGRA

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-06 20:00:40
Calificación: 100.0 A
Id respuesta: 481779030
Respuesta: Buenos noches instructor, adjunto evidencia correspondiente, quedó atenta a sus comentarios.
Archivos: Pídele, antipompetica.ner
1 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
2023-08-13 16:18:29

condición salud mayerly espero este muy bien El ejercicio aeróbico moderado incluye actividades como caminar a paso ligero, andar en bicicleta, nadar y cortar el césped. El ejercicio aeróbico intenso incluye actividades como correr, realizar trabajos pesados de jardinería y practicar baile aeróbico. El fortalecimiento muscular puede incluir el uso de máquinas de pesos, tu propio peso corporal, botellas pesadas, bancos de resistencia, remos de resistencia en el agua o actividades como escalas. Si deseas perder peso, alcanzar metas específicas para estar en forma u obtener aún más beneficios, es posible que necesites aumentar tu actividad aeróbica moderada todavía más. Recuerda consultar con el médico antes de comenzar un nuevo programa de ejercicios, especialmente si tienes alguna preocupación acerca de tu estado físico, no has hecho ejercicio durante mucho tiempo, o tienes problemas de salud crónicos, como enfermedades cardíacas, diabetes o artritis.

Office OFF

4:21 p. m.
13/08/2023

Territorium || ANALISIS Y DESAR... || Ejercicio: Siete beneficios de la...

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=29487017

80%

JORGE ANDRES BAYONA

ANALISIS Y DESARROLLO DE SOFTWARE (2721650)
P228118 V2721550 R08 C9541

Impartido por:
Administrador LMS: JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ, INGRID TATIANA HERNANDEZ SUAREZ, LADY ALEXANDRA SALAZAR SALAS, LAURA SOPHIA CUERVO LOPEZ, SIFARSHA ALEXANDRA MORENO MUÑOZ, CLAUDIA MARCELA ESPINOSA RINCON, EDICSON NIÑO AREVALO

Herramientas

- Anuncios
- Participantes
- Información
- Contenido del curso

TECNOLOGÍA EN ANÁLISIS Y DESARROLLO DE SOFTWARE

Anuncio Evidencia Galería

Asunto:

Compartir con todos:

☐ Activar texto enriquecido
☐ Marcar como prioritario
☐ Enviar como electrónico

Caracteres: 0/1000

Fechas de Disponibilidad

Fecha de inicio: 2023-08-14 18:58 Fecha fin: 2023-08-14 18:58

☐ Agregar a una carpeta del curso

☒ Hipervínculo

Office OFF

6:58 p. m.
14/08/2023



Terminium || ANALISIS Y DESARROLLO || Ejercicio: Siete beneficios de la actividad física

https://sena.terminium.la/perfil.php?id=29487017

80%

JORGE ANDRES BAYONA

ESPINOSA RINCON
Instructor

Administrador LMS
Instructor

LAURA SOFIA CUERVO
LOPEZ
Instructor

EDICSON NIÑO
AREVALO
Instructor

JORGE ANDRES
BAYONA MARTINEZ
Instructor

INGRID TATIANA
HERNANDEZ SUAREZ
Instructor

SFAIRHA ALEJANDRA
MORENO MUÑOZ
Instructor

gr_Zulma Milena Padilla
Cárdenas
Facilitador acompañamiento

BRYAN FELIX BATISTA RICARDO

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484033466
Visualizar
FicheroAutopromocionCulturalFotografias.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-10 22:38:04
Calificación: Sin
Id Respuesta: 484033466
Respuesta:
Buenas noches profesor

Archivos:
FicheroAutopromocionCulturalFotografias.pdf

0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

Bryan cordial saludo espero el ejercicio combale las afecciones y las enfermedades ¿le preocupa la enfermedad cardiaca? ¿Sientes poder prevenir la presión arterial alta? Sin importar cuál sea tu peso actual, estar activo aumenta el colesterol con lipoproteína de alta densidad (HDL o el colesterol "bueno") y reduce los triglicéridos poco saludables. Esta fórmula instantánea hace que tu sangre fluya normalmente, lo cual reduce tu riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. El ejercicio regular ayuda a prevenir o manejar muchos problemas e inquietudes de salud, entre ellos: Accidente cerebrovascular Síndrome metabólico. Presión arterial alta Diabetes tipo 2 Depresión ansiedad Muchos tipos de cáncer Artritis Caídas etc muy bien

Online OFF

6:59 p. m.
14/08/2023

Terminium || ANALISIS Y DESARROLLO || Ejercicio: Siete beneficios de la actividad física

https://sena.terminium.la/perfil.php?id=29487017

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Edición de contenidos

Métricas de Encuestas

Foros

Evidencias

Métricas SCORM

Sesión en línea

Evaluaciones

Encuestas

Wikis

Asistencia

Galería

Chat

Competencias

Acceso a portafolio de evidencias aprendices

Gamificación

Centro de Calificaciones

Administrar Grupos

Evidencia aún en tiempo. Evidencia sin respuesta. Evidencia con respuesta tardía. Evidencia con respuesta pendiente por revisar. Solucionar todos

LAURA CAMILA IDARRAGA PEREZ

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484044940
Visualizar
FicheroAutopromocionCulturalFotografias.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-10 23:06:32
Calificación: Sin
Id Respuesta: 484044940
Respuesta:
Buenas noches estimado docente, hago entrega de mi ficha autopromocion.

Cuando atiende a cualquier comentario:
Muchas gracias.

Archivos:
FicheroAutopromocionCulturalFotografias.pdf

0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

Para combatir muy buenas noches mayor ejercicio le ayuda a controlar el peso El ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o evitar o mantener la pérdida de peso. Cuando realices actividad física, quemarás calorías. Mientras más intensa sea la actividad, más calorías quemarás. Si al girarás en forma regular es ideal, pero no te preocupes si no encuentras una trazo de tiempo amplia para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para cosechar los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día, sube las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelera el ritmo de las tareas domésticas. La consistencia es la clave.

Online OFF

7:00 p. m.
14/08/2023



Terterritorium || ANALISIS Y DESA || Ejercicio: Siete beneficios de la

https://senaterritorio.la/perfil.php?id=29487017

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483847980

Visualizar

GA642301015076AA3NEV02NFKANAFropomantitidatCulturaFandica.pdf

Descargar archivo

Infusiones: 1

Fecha de Envío: 2023-08-10 19:20:16
Calificación: \$n
Id respuesta: 483847980
Respuesta:
Instructor buenas noches envío evidencia de ficha antropométrica, para revisión y los files pertinentes.

Archivos:
GA642301015076AA3NEV02NFKANAFropomantitidatCulturaFandica.pdf

0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

Luis Alfredo cordis salud! El ejercicio mejora el estado de ánimo, ¿necesitas un estímulo emocional? ¿O necesitas relajarte después de un día estresante? Una sesión de gimnasia o una a manera rigida pueden ayudar. La actividad física estimula varias sustancias químicas cerebrales que pueden hacer que te sientas más feliz, más relajado y menos ansioso. Es posible que también te sientas mejor sobre tu aspecto y sobre ti mismo si haces ejercicios regularmente, lo cual puede aumentar tu confianza y mejorar tu autoestima.

Office OFF

7:00 p. m.
14/08/2023

Terterritorium || ANALISIS Y DESA || Ejercicio: Siete beneficios de la

https://senaterritorio.la/perfil.php?id=29487017

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483723385

Visualizar

Ficha antropométrica de don Juan Carlos Indurain, indicaciones de masaje GA642301015076AA3NEV02.pdf

Descargar archivo

Infusiones: 1

Fecha de Envío: 2023-08-10 19:56:56
Calificación: \$n
Id respuesta: 483723385
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.

Archivos:
Ficha antropométrica de don Juan Carlos Indurain, indicaciones de masaje GA642301015076AA3NEV02.pdf

0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

Jose Javier muy bien día! El ejercicio aumenta la energía. ¿Estás sin aliento después de hacer las compras o los quehaceres domésticos? La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia. El ejercicio suministra oxígeno y nutrientes a los tejidos y ayuda a que el sistema cardiovascular funcione de manera más eficiente. Y cuando la salud cardíaca y pulmonar mejora, tienes más energía para hacer las tareas diarias.

Office OFF

7:01 p. m.
14/08/2023



Territorium || ANALISIS Y DESARROLLO DE SOFTWARE (2758379) | Ejercicio: Siete beneficios de la ...

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=29487017

JOSE VIRGILIO MOSQUERA MOSQUERA

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 483419800
Visualizar
FichaAntropometricaCulturalAntropi...
100
Descargar archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-09 23:02:21
Calificación: Sin
Id solicitud: 483419800
Respostas:
CORDIAL SALUDO PROFE

Envío evidencia: Ficha antropométrica de valoración de la condición física.
GA6-230101507-AA3-EV02
Aprendiz: JOSE VIRGILIO MOSQUERA
FOHA: 2721550
Archivos:
FichaAntropometricaCulturalAntropi...
0 Comentarios(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

Jose virgilio mosquera buenas noches hacer ejercicio promueve un mejor sueño ¿Le cuesta dormir? La actividad física regular puede ayudarle a quedarse dormido más rápido, a dormir mejor y más profundamente. Simplemente no haga ejercicio demasiado cerca de la hora de acostarse, porque podría tener demasiada energía como para ir a dormir.

Office OFF

WhatsApp | Territorium || ANALISIS Y DESARROLLO DE SOFTWARE (2758379) | Ejercicio: Siete beneficios de la ...

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31409872

ANALISIS Y DESARROLLO DE SOFTWARE (2758379)
P226118 V2758370 R08 C9541

Impartido por:
Administrador LMS: JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ, INGRID TATIANA HERNANDEZ SUAREZ, LAURA SORIA CUERVO LOPEZ, STABRAH ALEJANDRA MORENO MUÑOZ, EDICSON NIÑO AREVALO

Herramientas

- Anuncios
- Participantes
- Información
- Contenido del curso
- Edición de contenidos

Ficha antropométrica de valoración de la condición física GA6-230101507-AA3-EV02
Ficha antropométrica de valoración de la condición física GA6-230101507-AA3-EV02

evidencia para equipos en específico (s)
Fecha de inicio: Sin definir
Fecha de entrega: 2023-09-14 00:00
☐ Se aceptarán entregas tardías
☐ Número de intentos limitados
☒ Hacer disponible la evidencia
Instructor: Administrador LMS
Enlace para evidencia: http://sena.territorio.la/perfil.php?id=31409872

Archivos

Enlazada a presentación: Fase 3 ejecución
Rúbrica: No asignada

☒ Comentarios(s)
Calificación
Puntaje por cargar la actividad: 0
☐ Puntaje por excelencia

Calificaciones

JUAN DAVID ARANGO ACEVEDO
Ver

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484063406
Visualizar
FichaAntropometrica.docx
Descargar archivo

Office OFF



WhatsApp X Territorium || ANALISIS Y DESA|| Territorium || ANALISIS Y DESA|| Ejercicio: Siete beneficios de la...

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31409872

SENA

Perfil de MIGUEL OSORIO CHAPARRO

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 405677058
Visualizar Antropometria.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-14 18:21:02
Calificación: Sin
Id respuesta: 405677058
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.

Archivos:
Antropometria.pdf
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
1 segundo antes

¡Miguel muy buenas noches! hacer ejercicio te ayuda a controlar el peso el ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso. Cuando realizas actividad física, quemas calorías. Mientras más intensa sea la actividad, más calorías quemarás. Si te parasas en tu lugar regular es bueno, pero no te preocupes si no encuentras una hora de tiempo amplio para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para aprovechar los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día: sube las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelera el ritmo de tus tareas domésticas. La consistencia es la clave.

Office OFF

9:06 p. m.
15/08/2023

WhatsApp X Territorium || ANALISIS Y DESA|| Territorium || ANALISIS Y DESA|| Ejercicio: Siete beneficios de la...

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=31409872

SENA

Perfil de JUAN DAVID ARANGO ACEVEDO

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 484063406
Visualizar FichaAntropometria.docx
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-11 00:20:23
Calificación: Sin
Id respuesta: 484063406
Respuesta:
Buenas noches,

Se adjunta evidencia de la actividad.

Muchas gracias.

Archivos:
FichaAntropometria.docx
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

Juan david muy buenas noches! El ejercicio combate las afecciones y las enfermedades ¿te preocupa la enfermedad cardíaca? ¿Esperas poder prevenir la presión arterial alta? Sin importar cuál sea tu peso actual, estar activo aumenta el colesterol con lipoproteína de alta densidad (HDL) o el colesterol "bueno" y reduce los triglicéridos poco saludables. Esta fórmula instantánea hace que tu sangre fluya normalmente, lo cual reduce tu riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. El ejercicio regular ayuda a prevenir o manejar muchos problemas e inquietudes de salud, entre ellos: Accidente cerebrovascular Síndrome metabólico. Presión arterial alta Diabetes tipo 2 Depresión ansiedad Mucho tipo de cáncer Artritis Gástrica También puede ayudar a mejorar la función cognitiva y ayuda a reducir el riesgo de muerte por cualquier causa.

Office OFF

9:10 p. m.
15/08/2023



Terminium | APOYO ADMINISTRATIVO | Ejercicio: Siete beneficios de la... | +

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Vista Aprendiz

Regresar

APOYO ADMINISTRATIVO EN SALUD. (2626861)
P134507 V2626861 R08 C9541

Ficha antropométrica de valoración de la condición física. GA4-230101607-AA3-EV01
Ficha antropométrica de valoración de la condición física. GA4-230101607-AA3-EV01

entendía para equipos en específico (lo)
Fecha de inicio: 2023-08-08 09:30
Fecha de entrega: 2023-08-10 23:00
☐ Se aceptarán entregas tardías.
☐ Número de intentos limitados.
☐ Hacer disponible la evidencia
Instructor: **Administrador LMS**
Enlace para evidencia: <http://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328>

Archivos

Entrega a ponderación: Fase 4

Rúbrica: No asignada

☐ Comentario(s)
☐ Calificación

Puntaje por cargar la actividad: 0
☐ Puntaje por excelencia

Herramientas

Offline

4:15 a.m. 22/08/2023

Terminium | APOYO ADMINISTRATIVO | Ejercicio: Siete beneficios de la... | +

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Vista Aprendiz

Regresar

Calificaciones

Descargar ZIP Calificar Evidencia

Selección todos

AMANDA LUCIA MUTUMBAJOY JUAJIBOY
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 498723823
Votar
Calificar esta evidencia antropométrica
Entrega por:
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de envío: 2023-08-08 22:34:30
Calificación: Sin
Id respuesta: 498723823
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia...

Archivos
Cultural/educativa/antropométrica/amanda.pdf

☐ Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

Amancia muy buen día con saluado hacer ejercicio le ayuda a controlar el peso el ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso. Cuando realizas actividad física, quemas calorías. Mientras más intensa sea la actividad, más calorías quemarás. Si al gimnasio, en forma regular es ideal, pero no te preocupes si no encuentras una franja de tiempo amplia para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para cosechar los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día: sube las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelera el ritmo de tus tareas domésticas. La consistencia es la clave.

Offline

4:17 a.m. 22/08/2023



Territorium | APOYO ADMINISTRATIVO | Ejercicio: Siete beneficios de la... | https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

LADY ALEXANDRA SALAZAR SALAS
Instructor

EDINSON RUEDA DUARTE
Instructor

CLAUDIA MARCELA ESPINOSA RINCON
Instructor

FERNANDO BONDRIQUEZ GARCIA
Instructor

LAURA SOFIA CUERVO LOPEZ
Instructor

DANIEL HERNANDO GARCIA CARREÑO
Instructor

Gloria Múñiz Loo Mejía
Facilitadora Virtual

SULEIMA PIVAN OROBIO
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 488052408
Visualizar: [FichasAutogestionesomnibrica.pdf](#)
Descargar: [FichasAutogestionesomnibrica.pdf](#)
Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-18 18:20:50
Calificación: Sin
Id respuesta: 488052408
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
[FichasAutogestionesomnibrica.pdf](#)
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

suleima may buen día espero este muy bien El ejercicio combate las afecciones y las enfermedades ¿Te preocupa la enfermedad cardíaca? ¿Quieres poder prevenir la presión arterial alta? Sin importar cuál sea tu peso actual, estar activo aumenta el colesterol con lipoproteína de alta densidad (HDL) o el colesterol "bueno" y reduce los triglicéridos poco saludables. Esta fórmula instantánea hace que la sangre fluya normalmente, lo que reduce la riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. El ejercicio regular ayuda a prevenir o manejar muchos problemas e inquietudes de salud, entre ellos: Accidente cerebrovascular Síndrome metabólico Presión arterial alta Diabetes tipo 2 Depresión ansiedad Muchos tipos de cáncer Artritis Cálculos Tensión puede ayudar a mejorar la función cognitiva y ayuda a reducir el riesgo de muerte por cualquier causa.

Office OFF

4:17 a. m. 22/08/2023

Territorium | APOYO ADMINISTRATIVO | Ejercicio: Siete beneficios de la... | Correo: Jorge Andrés Bayona | https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

MERLIN PATRICIA MESSINO PALACIO

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 488068917
Visualizar: [FichasAutogestionesomnibricaCulturalFrenteCarretero.pdf](#)
Descargar: [FichasAutogestionesomnibricaCulturalFrenteCarretero.pdf](#)
Intentos: 2

Fecha de Envío: 2023-08-01 16:34:01
Calificación: Sin
Id respuesta: 488068917
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
[FichasAutogestionesomnibricaCulturalFrenteCarretero.pdf](#)
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

mente, cordial saludo El ejercicio mejora el estado de ánimo ¿Necesitas un estímulo emocional? ¿O necesitas relajarte después de un día estresante? Una sesión de gimnasia o una caminata rápida pueden ayudar. La actividad física estimula varias sustancias químicas cerebrales que pueden hacer que te sientas más feliz, más relajado y menos ansioso. Es posible que también te sientas mejor sobre tu aspecto y sobre ti mismo si haces ejercicios regularmente, lo cual puede aumentar tu confianza y mejorar la autoestima.

Office OFF

4:21 a. m. 22/08/2023



Territorium | APOYO ADMINISTRATIVO | Ejercicio: Siete beneficios de la | Correo: Jorge Andrés Bayona |

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

TATIANA CAROLINA BARRIOS ROBLE
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos:
Screenshot20230814n144005aChrome.jpg
Screenshot20230814n144016aChrome.jpg
Screenshot20230814n144030aChrome.jpg
Screenshot20230814n144030aChrome.jpg

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-17 09:18:20
Calificación: Sin
ID respuesta: 487194773
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia...

JORGE ANDRÉS BAYONA MARTÍNEZ
3 segundos antes

tatiana carolina muy buen día espero este muy bien El ejercicio aumenta la energía ¿Estás sin aliento después de hacer las compras o los quehaceres domésticos? La actividad física regular puede mejorar la fuerza muscular y aumentar la resistencia. El ejercicio suministra oxígeno y nutrientes a los tejidos y ayuda a que el sistema cardiovascular funcione de manera más eficiente. Y cuando la salud cardíaca y pulmonar mejora, tienes más energía para hacer las tareas diarias.

Office OFF

4:21 a. m. 22/08/2023

Territorium | APOYO ADMINISTRATIVO | Ejercicio: Siete beneficios de la | Correo: Jorge Andrés Bayona |

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

YEIMY VELA ACEVEDO
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 486884513
Visualizar
FichasAntropométricasAntropafísica.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-16 17:47:08
Calificación: Sin
ID respuesta: 486884513
Respuesta:
Buenos tardes instructor adjunto fecha antropométrica de valoración de la condición física, gracias

Archivos:
FichasAntropométricasAntropafísica.pdf

0 Comentario(s)

JORGE ANDRÉS BAYONA MARTÍNEZ
3 segundos antes

yeimy vela cordial saludo espero este muy bien El ejercicio puede ser divertido y una actividad social. El ejercicio y la actividad física pueden ser agradables. Se dan la oportunidad de relajarse, disfrutar del aire libre o simplemente participar en actividades que te hacen feliz. La actividad física también puede ayudarte a conectarte con tu familia o amigos en un ambiente social divertido. Así que toma una clase de baile, recorre las rutas de senderismo o inscríbete en un equipo de fútbol. Busca una actividad física que disfrutes y hazla. ¿Sentías aburrimiento? Prueba algo nuevo o haz algo con amigos o familiares.

Office OFF

4:21 a. m. 22/08/2023



Territorium || APOYO ADMINISTRATIVO || Ejercicio: Siete beneficios de la || Correo: Jorge Andrés Bayona ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

PILAR ASTRID CHIVATA CAMARGO
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 486413228
Ficha Antropométrica y Fisiológica (docx)
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-16 21:02:05
Calificación: Sin
Id respuesta: 486413228
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia... Ficha antropométrica de valoración de la condición física
Archivos:
Ficha Antropométrica y Fisiológica (docx)
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
1 segundos antes

¡Hola! ¡Bienvenidos a esta actividad! El ejercicio y la actividad física son excelentes formas de sentirte mejor, mejorar la salud y divertirte. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos recomienda estas pautas de ejercicio para la mayoría de los adultos sanos. Actividad aeróbica: Haga al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada o 75 minutos de actividad aeróbica intensa a la semana, o una combinación de actividad moderada e intensa. Las pautas sugieren distribuir este ejercicio durante el curso de una semana. Para obtener aún más beneficios para la salud y contribuir a la pérdida de peso o a su mantenimiento, se recomienda dedicar al menos 300 minutos a la semana. Pero incluso pequeñas cantidades de actividad física ayudan. Estar activo por períodos cortos a lo largo del día puede ser beneficioso para la salud.

☐ Activar texto enriquecido

Office OFF

4:21 a. m. 22/06/2023

Territorium || APOYO ADMINISTRATIVO || Ejercicio: Siete beneficios de la || Correo: Jorge Andrés Bayona ||

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

DIANA VANESSA ORREGO ORJUELA
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 486240023
Ficha Antropométrica Cultural y Física (docx)
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-16 16:09:36
Calificación: Sin
Id respuesta: 486240023
Respuesta:
Cordial saludo instructor
Adjunto evidencia respecto a Ficha antropométrica de valoración de la condición física. GAI-230101507-ANQ-EV01

Muchas gracias.
Archivos:
Ficha Antropométrica Cultural y Física (docx)
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

¡Hola! ¡Bienvenidos a esta actividad! El ejercicio y la actividad física son excelentes formas de sentirte mejor, mejorar la salud y divertirte. El Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos recomienda estas pautas de ejercicio para la mayoría de los adultos sanos. Actividad aeróbica: Haga al menos 150 minutos de actividad aeróbica moderada o 75 minutos de actividad aeróbica intensa a la semana, o una combinación de actividad moderada e intensa. Las pautas sugieren distribuir este ejercicio durante el curso de una semana. Para obtener aún más beneficios para la salud y contribuir a la pérdida de peso o a su mantenimiento, se recomienda dedicar al menos 300 minutos a la semana. Pero incluso pequeñas cantidades de actividad física ayudan. Estar activo por períodos cortos a lo largo del día puede ser beneficioso para la salud. Fortalecimiento muscular: Realice ejercicios de fortalecimiento muscular para todos los grupos de músculos principales al menos dos veces a la semana. Trate de hacer una serie de 10 a 15 repeticiones de cada ejercicio con un peso o un nivel de resistencia suficiente como para cansar los músculos después de 12 a 15 repeticiones.

Office OFF

4:21 a. m. 22/06/2023



Territorium || APOYO ADMINISTRATIVO | Ejercicio: Siete beneficios de la | Correo: Jorge Andrés Bayona |

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

JESSICA PRADA PUEBLES
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 486008643
Visualizar
FichasAnexoComentariosCulturalPrada.pdf
Descargar Archivos

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-15 12:19:34
Calificación: Sin
Id respuesta: 486008643
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
FichasAnexoComentariosCulturalPrada.pdf
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

jessica muy buen día cordial saludo El ejercicio aeróbico moderado incluye actividades como caminar a paso ligero, andar en bicicleta, nadar y correr en césped. El ejercicio aeróbico intenso incluye actividades como correr, realizar trabajos pesados de jardinería y practicar baile aeróbico. El fortalecimiento muscular puede incluir el uso de máquinas de pesas, tu propio peso corporal, todos pesados, barras de resistencia, bandas de resistencia en el agua o actividades como escalar. Si deseas perder peso, alcanzar metas específicas para estar en forma u obtener aún más beneficios, es posible que necesites aumentar la actividad aeróbica moderada todavía más. Recuenta consultar con el médico antes de comenzar un nuevo programa de ejercicios, especialmente si tienes alguna preocupación acerca de tu estado físico, no has hecho ejercicio durante mucho tiempo, o tienes problemas de salud crónicos, como enfermedades cardíacas, diabetes o artritis.

Office OFF

4:21 a. m.
22/06/2023

Territorium || APOYO ADMINISTRATIVO | Ejercicio: Siete beneficios de la | Correo: Jorge Andrés Bayona |

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

ANA KARINA PEREZ MARTINEZ
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 486936103
Visualizar
FichasAnexoComentariosAnaKarinaPerez.docx
Descargar Archivos

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-06-16 10:14:06
Calificación: Sin
Id respuesta: 486936103
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
FichasAnexoComentariosAnaKarinaPerez.docx
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
3 segundos antes

ana karina muy buen día cordial saludo hacer ejercicio te ayuda a controlar el peso. El ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso. Cuando realizas actividad física, quemas calorías. Mientras más intensa sea la actividad, más calorías quemas. Si al ejercicio en forma regular es ideal, pero no lo practicas si no encuentras una forma de tiempo amigable para hacer ejercicio todos los días. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para cosechar los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día: sube las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelera el ritmo de las tareas domésticas. La consistencia es la clave.

Office OFF

4:22 a. m.
22/06/2023



WhatsApp X Territorium || APOYO ADMINISTRATIVO X Territorium || APOYO ADMINISTRATIVO X Ejercicio: Siete beneficios de la X +

← → ↻ 🏠 🔒 https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328 80% ☆ 📧 📄 📁

SENA **JORGE ANDRES BAYONA**

APOYO ADMINISTRATIVO EN SALUD (2626881)
P134567 V2626881 R08 C9541

Técnico en apoyo administrativo en salud

Anuncio Evidencia Galería

Impartido por:
Administrador LMS: FERNANDO BUIRROQUEZ GARCIA, JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ, LADY ALEXANDRA SALAZAR SALAS, EDINSON RUEDA DUARTE, LAURA SOFIA CUERVO LOPEZ, OLGA LUCIA ATELAS BELTRAN, CLAUDIA MARCELA ESPINOSA RINCOR, DANIEL HERNANDO GARCIA CARREÑO

Herramientas

- Anuncios
- Participantes
- Información

Activar texto enroscado
☐ Marcar como propietario
☐ Enviar como electrónico

Fechas de Disponibilidad
Fecha de inicio: 2023-08-24 21:30 Fecha fin: 2023-08-24 21:36

Caracteres: 9000

☐ Agregar a una carpeta del curso ☐

☐ Hipervinculo

Office OFF

ESP 9:37 p. m. 24/08/2023

WhatsApp X Territorium || APOYO ADMINISTRATIVO X Territorium || APOYO ADMINISTRATIVO X Ejercicio: Siete beneficios de la X +

← → ↻ 🏠 🔒 https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328 80% ☆ 📧 📄 📁

SENA **JORGE ANDRES BAYONA**

MARYLUZ ORTEGA JIMENEZ
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 430761002
Visualizar
FicheroAntropometriaCulturalFensi ca.docx
Descargar Archivo
Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-24 10:20:07
Calificación: Sin
Id respuesta: 430761002
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
FicheroAntropometriaCulturalFensi ca.docx
☐ Comentario(s)

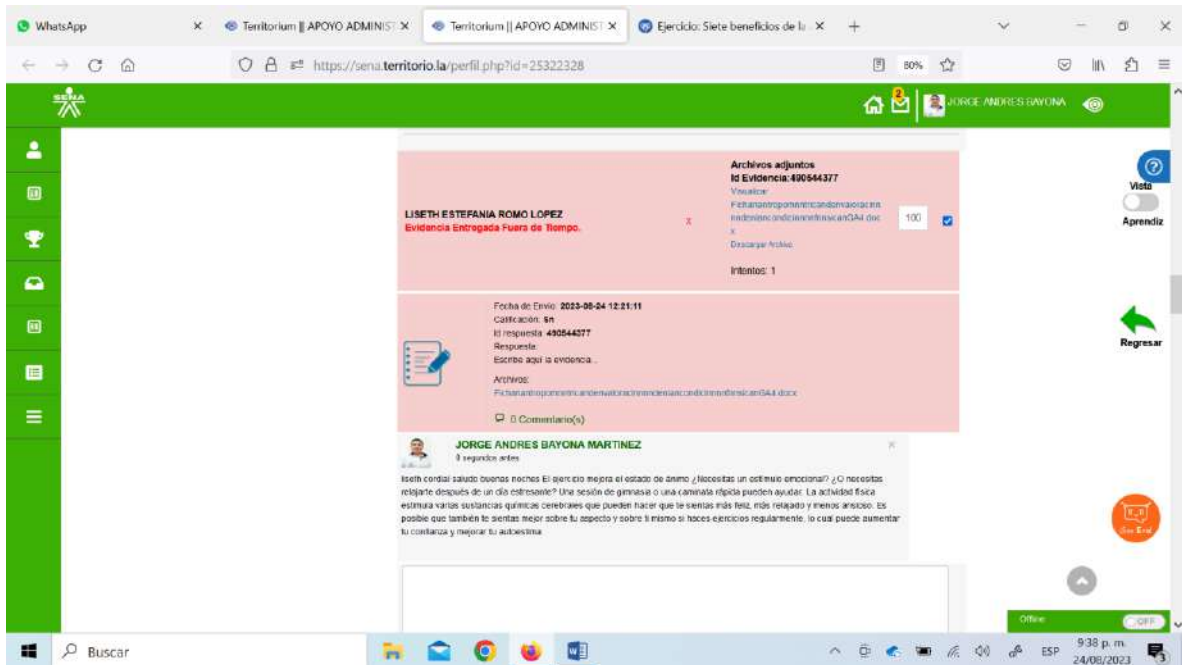
JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
1 segundo atrás

buenas noches marluz. El ejercicio consiste en contestar las actividades y las enfermedades. ¿Te preocupas la enfermedad cardiovascular? ¿Esperas poder prevenir la presión arterial alta? ¿En reportar cuál sea tu peso actual, estar activo, aumentar el colesterol con lipoproteína de alta densidad (HDL) o el colesterol "bueno" y reducir los triglicéridos poco saludables. Esta fórmula instantánea hace que tu sangre fluya normalmente, lo cual reduce tu riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. El ejercicio regular ayuda a prevenir o manejar muchos problemas e inquietudes de salud, entre ellos: Accidentes cerebrovasculares, Síndrome metabólico, Presión arterial alta, Diabetes tipo 2, Depresión, ansiedad, Muchos tipos de cáncer, Artritis, Cálculos, también puede ayudar a mejorar la función cognitiva y ayuda a reducir el riesgo de muerte por cualquier causa.

Métricas de Encuestas
Foros
Evidencias
Métricas SCORM
Sesión en línea
Evaluaciones
Sondeos
Wiki
Asistencia
Galería
Chat
Competencias
Acceso a portafolio de evidencias aprendices
Gamificación
Centro de Calificaciones
Administrar Grupos
Grupo

Office OFF

ESP 9:37 p. m. 24/08/2023





WhatsApp X Territorium || APOYO X Territorium || APOYO X abece-pausas-activas.pdf X Territorium || APOYO X Ejercicio: Siete beneficios X

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322328

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Información
Contenido del curso
Edición de contenidos
Métricas de Encuestas
Foros
Evidencias
Métricas SCORM
Sesión en línea
Evaluaciones
Sondeos
Videotextos
Asistencia
Galería
Chat
Comprelencias
Acceso a portafolio de evidencias aprendices
Gamificación

Calificaciones

Descargar ZIP Calificar Evidencia

Evidencia aún en tiempo. Evidencia sin respuesta. Evidencia con respuesta pendiente por revisar. Evidencia con respuesta pendiente por revisar.

Seleccione todos

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 490753077
Visualizar Fichero.pdf
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-24 18:12:07
Calificación: 99.0 A
Id respuesta: 490753077
Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.
Archivos:
Fichero.pdf
1 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
2023-08-24 21:40:09

¡Buena noche! Muchas gracias por el apoyo. Que son las pausas activas? Son sesiones de actividad física desarrolladas en el entorno laboral, con una duración continua mínima de 10 minutos que incluye adaptación física cardiovascular, fortalecimiento muscular y mejoramiento de la flexibilidad buscando reducir el riesgo cardiovascular y las lesiones musculares por sobre uso asociados al desarrollo laboral. Las Pausas Activas serán una forma de promover la actividad física, como hábito de vida saludable, por lo cual se deben desarrollar programas educativos sobre la importancia y los beneficios de la actividad física regular.

Office OFF

9:40 p. m.
24/08/2023

WhatsApp X Territorium || APOYO ADM X Territorium || APOYO ADM X Sofia plus X Ejercicio: Siete beneficios X

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

APOYO ADMINISTRATIVO EN SALUD. (2626882)
P134567 V3626882 R08 C9541

AA

Impartido por:
Administrador LMS, FERNANDO BOHONQUEZ GARCIA, JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ, LADY ALEXANDRA SALAZAR SALAS, ETINSON RUEDA DUARTE, JIMENA ALEXANDRA PEREZ SOLANO, LAURIA SOFIA QUERO LOPEZ, MERARY FLOREZ MORENO, OLGA LUICA ACELAS BELTRAN, YAIENIS GARCIA ARDILA, CLAUDIA MARCELA ESPINOSA PINCON, DANIEL HERNANDO GARCIA GARRERO

Herramientas
Anuncios
Participantes

Técnico en apoyo administrativo en salud

Anuncio Evidencia Galería

Asunto:

Compartir con todos:

☐ Activar texto enriquecido
☐ Marcar como prioritario
☐ Enviar como electrónico

Caracteres: 0/1000

Fechas de Disponibilidad

Fecha de inicio: 2023-08-24 21:58

Fecha fin: 2023-08-24 21:58

☐ Agregar a una carpeta del curso

☐ Hipervinculo

Office OFF

9:56 p. m.
24/08/2023



WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios de... Sofia plus

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

MARIA ALEJANDRA PASTAS BENAVIDES
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 490876982
Votar: 100
Archivos: FichasAntropometricasCulturalesPresi...
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-24 21:29:28
Calificación: Sin
Id respuesta: 490876982
Respuesta: Buenas noches, profe
Hago envío de la evidencia de ficha antropométrica, cultura física.
Archivos: FichasAntropometricasCulturalesPresi...
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

Maria Alejandra cordial saludo espero este muy bien. Hacer ejercicio de ayuda a controlar el peso. El ejercicio puede ayudar a prevenir el aumento de peso excesivo o ayudar a mantener la pérdida de peso. Cuando realices actividad física, quemas calorías. Mientras más intensa sea la actividad, más calorías quemadas. Ir al gimnasio en forma regular es ideal, pero no te preocupes si no encuentras uno cerca de tu casa. Puedes hacer ejercicio en casa. Cualquier cantidad de actividad es mejor que ninguna. Para cosechar los beneficios del ejercicio, solo tienes que estar más activo a lo largo del día: sube las escaleras en lugar de usar el ascensor o acelera el ritmo de las tareas domésticas. La consistencia es la clave.

Offline

WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios de... Sofia plus

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

DIANA MARCELA GUTIERREZ MARTINEZ
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 490616522
Votar: 99
Archivos: FichasAntropometricasCulturalesPresi...
Descargar Archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-24 14:43:30
Calificación: Sin
Id respuesta: 490616522
Respuesta: Escribo aquí la evidencia...
Archivos: FichasAntropometricasCulturalesPresi...
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
9 segundos antes

diana marcela cordial saludo El ejercicio combate las afecciones y las enfermedades ¿Te preocupa la enfermedad cardíaca? ¿Esperas poder prevenir la presión arterial alta? Sin importar cuál sea tu peso actual, estar activo aumenta el colesterol con lipoproteína de alta densidad (HDL) o el colesterol "bueno" y reduce los triglicéridos poco saludables. Esta fórmula instantánea hace que lo siempre haga normalmente. Lo cual reduce tu riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares. El ejercicio regular ayuda a prevenir o manejar muchos problemas e inquietudes de salud, entre ellos: Accidente cerebrovascular Síndrome metabólico, Presión arterial alta Diabetes tipo 2 Depresión ansiedad Muchos tipos de cáncer Artritis Cálculos También puede ayudar a mejorar la función cognitiva y ayuda a reducir el riesgo de muerte por cualquier causa.

Offline



WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios || Sofia plus

https://sena.territorium.la/perfil.php?id=25322333

JULIAN MAURICIO ACOSTA BRICEÑO
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Evidencia GAA-250101507-AA3-EV01: Ficha antropométrica de valoración de la condición física...
Descargar archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-04 09:18:44
Calificación: Sin
ID respuesta: 490449802
Respuesta:
Instructor(a):
SENA - Centro Agropecuario.

Un cordial saludo, a continuación, adjunto el soporte de la evidencia Evidencia GAA-250101507-AA3-EV01: Ficha antropométrica de valoración de la condición física, para su respectiva calificación, quedo atento a cualquier inquietud, de requerir corrección quedo presto para realizarla.

agradeciendo la atención prestada.

Julian Mauricio Acosta Briceño
Ficha 2526882-2001073

Archivos
Evidencia GAA-250101507-AA3-EV01: Ficha antropométrica de valoración de la condición física...
Descargar archivo

0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
1 segundos antes

Julian mauricio cordial saludo espero este muy bien El ejercicio mejora el estado de ánimo ¿Necesitas un estímulo emocional? ¿O necesitas relajarte después de un día estresante? Una sesión de gimnasia o una caminata rápida pueden ayudar. La actividad física estimula varias sustancias químicas cerebrales que pueden hacer que te sientas más feliz, más relajado y menos ansioso. Es posible que también te sientas mejor sobre tu aspecto y sobre ti mismo si haces ejercicios regularmente. Lo cual puede aumentar tu confianza y mejorar tu autoestima.

Office OFF

9:58 p. m.
24/08/2023

WhatsApp Territorium || APOYO ADM || Territorium || APOYO ADM || Ejercicio: Siete beneficios || Sofia plus

https://sena.territorium.la/perfil.php?id=25322333

DANAY DORIA ARDILA
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 490361707
Visualizar
Ficha antropométrica de valoración de la condición física...
Descargar archivo

Intentos: 1

Fecha de Envío: 2023-08-02 23:21:50
Calificación: Sin
ID respuesta: 490361707
Respuesta:
Buenas noches adjunto evidencia del asunto

Archivos
Ficha antropométrica de valoración de la condición física...
Descargar archivo

0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
1 segundos antes

dany doria amita buenas noches El ejercicio puede ser divertido y una actividad social. El ejercicio y la actividad física pueden ser agradables. Te dan la oportunidad de relajarte, disfrutar del aire libre o simplemente participar en actividades que te hacen feliz. La actividad física también puede ayudarte a conectarte con tu familia o amigos en un ambiente social divertido. Así que toma una clase de baile, recorre las rutas de senderismo o inscríbete en un equipo de fútbol. Busca una actividad física que disfrutes y hasta ¿Serías asistente? Prueba algo nuevo o haz algo con amigos o familiares.

Office OFF

9:58 p. m.
24/08/2023



WhatsApp Territorium // AI Territorium // X abece-pausas-activ Centro de Cali Territorium // AI Ejercicio: Siete Sofia plus

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Ficha de Evidencia

GABRIELA BECERRA GARCIA
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Id Evidencia: 490845242

Visualizar: [fichasdevidencias/ines/mae/comunes.pdf](#)
Descargar Archivos

Intentos: 1

Fecha de Egreso: 2023-08-04 20:44:00

Calificación: Sin

Id respuesta: 490845242

Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.

https://www.canva.com/design/DAG3QVQjRt0/Wjg6Z0d0d0d0-AB_OdQed87um_content=DAG3QVQjRt0?url_campaign=designshare&url_medium=link&source=share&utm_source=share&utm_medium=link&utm_source=share

Archivos:
[fichasdevidencias/ines/mae/comunes.pdf](#)

0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
8 segundos antes

Buenas noches gabriela espero este muy bien Por que realizar pausas activas? En el entorno laboral, la gran mayoría de trabajadores permanecen por lo menos ocho horas del día, y dependiendo del trabajo, en muchas ocasiones están sentados, con un nivel de actividad física mínimo. Esto favorece que las personas se descondicionen físicamente, lo cual promueve una actividad sedentaria relacionada estrechamente con cambios metabólicos y estructurales en el cuerpo humano. El entorno laboral representa un escenario ideal para la promoción de la actividad física y de los hábitos saludables. El contenido de estas PA será encaminado a mejorar la condición física de los trabajadores y por lo tanto se deben trabajar las capacidades físicas que constituyen la condición física. Al mejorar la condición física de los trabajadores, se fomenta a disminuir el sedentarismo como base fundamental de numerosas ENT.

Offline

1034 p. m.
24/08/2023

WhatsApp Territorium // AI Territorium // X abece-pausas-activ Centro de Cali Territorium // AI Ejercicio: Siete Sofia plus

https://sena.territorio.la/perfil.php?id=25322333

80%

JORGE ANDRES BAYONA

Ficha de Evidencia

DIANA MARCELA GUTIERREZ MARTINEZ
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Archivos adjuntos
Id Evidencia: 490703517

Visualizar: [fichasdevidencias.pdf](#)
Descargar Archivos

Intentos: 1

Fecha de Egreso: 2023-08-04 16:53:32

Calificación: Sin

Id respuesta: 490703517

Respuesta:
Escribe aquí la evidencia.

Archivos:
[fichasdevidencias.pdf](#)

0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
8 segundos antes

diana marcela buenas noches Cual debe ser el contenido de los pausas activas? Las pausas activas, no solo deben incluir actividades enfocadas en favorecer la movilidad articular general y estiramientos, estas deben incluir ejercicios de fuerza y para el desarrollo de la condición cardiovascular, los cuales aumentan la intensidad física de la actividad laboral con el subsecuente aumento del gasto calórico, obteniendo un doble beneficio, es decir, la reducción de las patologías laborales relacionadas con las posturas prolongadas o por movimientos repetitivos que pueden generar sobrecargas articulares y por tanto síntomas por sobrecarga y la reducción de las actividades sedentarias buscando reducir el tiempo de desactividad y las complicaciones asociadas a las Enfermedades no Transmisibles (ENT) asociadas al sedentarismo, logrando a largo plazo un efecto benéfico en la salud de la población intervenida.

Offline

1035 p. m.
24/08/2023



WhatsApp Territorium AI Territorium X abece-pausas-activ Centro de Cali Territorium AI Ejercicio: Siete Sofia plus

← → ↻ 🏠 🔒 https://sena.territorium.la/perfil.php?id=25322333 80% ☆ 📧 📄 📁 ☰

JORGE ANDRES BAYONA

Id Evidencia 490279997
Visualizar FOLLETO0001A2.PNG
Descargar Archivo

DIANA ROCIO QUEVEDO CAMARGO
Evidencia Entregada Fuera de Tiempo.

Visualizar FOLLETO0001A1.PNG
Descargar Archivo

Intinuos: 1

Fecha de Envío: 2023-09-04 09:28:37
Calificación: Sin
Id respuesta: 490279997
Respuesta:
Buenas noches

Adjunto evidencia:
Archivo:
FOLLETO0001A2.PNG
FOLLETO0001A1.PNG
0 Comentario(s)

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
1 segundo antes

diana rocio quevedo buenas noches Las Pausas Activas se deben instaurar como un programa de acondicionamiento físico y bajo su control y seguimiento de las Administradoras de Riesgos Laborales (ARL) a través de un sistema de vigilancia epidemiológica laboral, llevado a cabo por el departamento de Salud Ocupacional de las empresas. El objetivo del seguimiento es medir y comparar los resultados de los trabajos de promoción y prevención de la Actividad Física empresarial (de acuerdo a los registros y estadísticas sobre ausentismo general, ya sea por accidentes de trabajo, por enfermedad profesional y por enfermedad común). Este programa de acondicionamiento físico (con las pausas activas como eje central) se debe considerar a su vez en un programa de prevención de trastornos musculoesqueléticos y de EMT, usufructuando el doble beneficio de la actividad física regular. Las mediciones de la condición física, se deben hacer periódicamente (semestral, anual, bienal), dependiendo de las posibilidades de cada empresa y de la importancia epidemiológica de los trastornos musculoesqueléticos y de los EMT de cada empresa.

Online OFF

Buscar

1035 p. m.
24/09/2023

JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ
CONTRATO No. CO1.PCCNTR.4524667

TIEMPO ACT. APOYO A LA FORMACION

INSTRUCTOR: JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ

CENTRO DE FORMACIÓN: CENTRO AGROTURÍSTICO

FECHA INICIAL: 01/08/2023 00:00:00

FECHA FINAL: 31/08/2023 23:59:59

ACTIVIDADES ACADÉMICAS

FICHA

2627098 - ANALISIS Y DESARROLLO DE SOFTWARE.

DE APRENDIZAJE:

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICACIÓN DE CONOCIMIENTOS DE LAS CIENCIAS NATURALES DE ACUERDO CON SITUACIONES DEL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICAR PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE ACUERDO CON LAS POLÍTICAS ORGANIZACIONALES Y LA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Controlar la calidad del servicio de software de acuerdo con los estándares técnicos
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DESARROLLAR LA SOLUCIÓN DE SOFTWARE DE ACUERDO CON EL DISEÑO Y METODOLOGÍAS DE DESARROLLO
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DESARROLLAR PROCESOS DE COMUNICACIÓN EFICACES Y EFECTIVOS, TENIENDO EN CUENTA SITUACIONES DE ORDEN SOCIAL, PERSONAL Y PRODUCTIVO.

- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Diseñar la solución de software de acuerdo con procedimientos y requisitos técnicos
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Ejercer derechos fundamentales del trabajo en el marco de la constitución política y los convenios internacionales.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Enrique Low Murtra-Interactuar en el contexto productivo y social de acuerdo con principios éticos para la construcción de una cultura de paz.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Establecer requisitos de la solución de software de acuerdo con estándares y procedimiento técnico
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Estructurar propuesta técnica de servicio de tecnología de la información según requisitos técnicos y normativa
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Evaluar requisitos de la solución de software de acuerdo con metodologías de análisis y estándares
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

RA3 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

RA4 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

01 DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.

02 PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E HIGIENE.

03 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

04 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

3. EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL

4. IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Gestionar procesos propios de la cultura emprendedora y empresarial de acuerdo con el perfil personal y los requerimientos de los contextos productivo y social.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Implementar la solución de software de acuerdo con los requisitos de operación y modelos de referencia
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: INTERACTUAR EN LENGUA INGLESA DE FORMA ORAL Y ESCRITA DENTRO DE CONTEXTOS SOCIALES Y LABORALES SEGÚN LOS CRITERIOS ESTABLECIDOS POR
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Orientar investigación formativa según referentes técnicos
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Razonar cuantitativamente frente a situaciones susceptibles de ser abordadas de manera matemática en contextos laborales, sociales y personales.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Resultado de Aprendizaje de la Inducción.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Utilizar herramientas informáticas de acuerdo con las necesidades de manejo de información

FICHA 2626882 - APOYO ADMINISTRATIVO EN SALUD.
DE APRENDIZAJE:

- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** ADMITIR PERSONAS AL SERVICIO SEGÚN NORMATIVA DE SALUD
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** APLICAR PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE ACUERDO CON LAS POLÍTICAS ORGANIZACIONALES Y LA
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** APOYAR EL PROCESO DE AFILIACIÓN DE LA POBLACIÓN AL SISTEMA GENERAL DE SEGURIDAD SOCIAL EN SALUD SEGÚN NORMATIVA VIGENTE.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Ejercer derechos fundamentales del trabajo en el marco de la constitución política y los convenios internacionales.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Enrique Low Murtra-Interactuar en el contexto productivo y social de acuerdo con principios éticos para la construcción de una cultura de paz.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

RA3 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

RA4 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

01 DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.

02 PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E HIGIENE.

03 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

04 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

3. EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL

4. IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: INTERACTUAR EN LENGUA INGLESA DE FORMA ORAL Y ESCRITA DENTRO DE CONTEXTOS SOCIALES Y LABORALES SEGÚN LOS CRITERIOS ESTABLECIDOS POR
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Orientar personas según normativa de salud
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Razonar cuantitativamente frente a situaciones susceptibles de ser abordadas de manera matemática en contextos laborales, sociales y personales.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Registrar información de acuerdo con normativa y procedimiento técnico
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Resultado de Aprendizaje de la Inducción.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Utilizar herramientas informáticas de acuerdo con las necesidades de manejo de información

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	19,90
--------------------------------------	--------------

DE APRENDIZAJE:

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICACIÓN DE CONOCIMIENTOS DE LAS CIENCIAS NATURALES DE ACUERDO CON SITUACIONES DEL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICAR PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE ACUERDO CON LAS POLÍTICAS ORGANIZACIONALES Y LA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Construir el brief según metodologías de diagnóstico organizacional
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Definir el plan de comunicación interna de acuerdo con la cultura y estrategia corporativa
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DESARROLLAR PROCESOS DE COMUNICACIÓN EFICACES Y EFECTIVOS, TENIENDO EN CUENTA SITUACIONES DE ORDEN SOCIAL, PERSONAL Y PRODUCTIVO.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Ejercer derechos fundamentales del trabajo en el marco de la constitución política y los convenios internacionales.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: ELABORAR PIEZAS GRAFICAS DE ACUERDO CON LOS REQUERIMIENTOS DEL CLIENTE Y PRINCIPIOS DEL DISEÑO GRÁFICO.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Enrique Low Murtra-Interactuar en el contexto productivo y social de acuerdo con principios éticos para la construcción de una cultura de paz.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Estructurar la campaña publicitaria de acuerdo con objetivos de comunicación y metodología de planeación

- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Estructurar la estrategia de mercadeo digital de acuerdo con objetivos de campaña y normativa legal
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

RA3 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

RA4 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

01 DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.

02 PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E HIGIENE.

03 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

04 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

3. EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL

4. IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA

- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Gestionar procesos propios de la cultura emprendedora y empresarial de acuerdo con el perfil personal y los requerimientos de los contextos productivo y social.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** INTERACTUAR EN LENGUA INGLESA DE FORMA ORAL Y ESCRITA DENTRO DE CONTEXTOS SOCIALES Y LABORALES SEGÚN LOS CRITERIOS ESTABLECIDOS POR
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Orientar investigación formativa según referentes técnicos
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Razonar cuantitativamente frente a situaciones susceptibles de ser abordadas de manera matemática en contextos laborales, sociales y personales.

- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Resultado de Aprendizaje de la Inducción.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Utilizar herramientas informáticas de acuerdo con las necesidades de manejo de información

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 27,90

**FICHA
DE APRENDIZAJE:**

2626881 - APOYO ADMINISTRATIVO EN SALUD.

- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** ADMITIR PERSONAS AL SERVICIO SEGÚN NORMATIVA DE SALUD
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** APLICAR PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE ACUERDO CON LAS POLÍTICAS ORGANIZACIONALES Y LA
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** APOYAR EL PROCESO DE AFILIACIÓN DE LA POBLACIÓN AL SISTEMA GENERAL DE SEGURIDAD SOCIAL EN SALUD SEGÚN NORMATIVA VIGENTE.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Ejercer derechos fundamentales del trabajo en el marco de la constitución política y los convenios internacionales.

• **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Enrique Low Murtra-Interactuar en el contexto productivo y social de acuerdo con principios éticos para la construcción de una cultura de paz.

• **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

RA3 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

RA4 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

01 DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.

02 PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E HIGIENE.

03 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

04 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

3. EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL

4. IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA

• **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** INTERACTUAR EN LENGUA INGLESA DE FORMA ORAL Y ESCRITA DENTRO DE CONTEXTOS SOCIALES Y LABORALES SEGÚN LOS CRITERIOS ESTABLECIDOS POR

• **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Orientar personas según normativa de salud

• **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Razonar cuantitativamente frente a situaciones susceptibles de ser abordadas de manera matemática en contextos laborales, sociales y personales.

• **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Registrar información de acuerdo con normativa y procedimiento técnico

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Resultado de Aprendizaje de la Inducción.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Utilizar herramientas informáticas de acuerdo con las necesidades de manejo de información

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 19,90

**FICHA
DE APRENDIZAJE:**

2721716 - DESARROLLO PUBLICITARIO

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICACIÓN DE CONOCIMIENTOS DE LAS CIENCIAS NATURALES DE ACUERDO CON SITUACIONES DEL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICAR PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE ACUERDO CON LAS POLÍTICAS ORGANIZACIONALES Y LA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Construir el brief según metodologías de diagnóstico organizacional
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Definir el plan de comunicación interna de acuerdo con la cultura y estrategia corporativa

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DESARROLLAR PROCESOS DE COMUNICACIÓN EFICACES Y EFECTIVOS, TENIENDO EN CUENTA SITUACIONES DE ORDEN SOCIAL, PERSONAL Y PRODUCTIVO.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Ejercer derechos fundamentales del trabajo en el marco de la constitución política y los convenios internacionales.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: ELABORAR PIEZAS GRAFICAS DE ACUERDO CON LOS REQUERIMIENTOS DEL CLIENTE Y PRINCIPIOS DEL DISEÑO GRÁFICO.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Enrique Low Murtra-Interactuar en el contexto productivo y social de acuerdo con principios éticos para la construcción de una cultura de paz.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Estructurar la campaña publicitaria de acuerdo con objetivos de comunicación y metodología de planeación
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Estructurar la estrategia de mercadeo digital de acuerdo con objetivos de campaña y normativa legal
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

RA3 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

RA4 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

01 DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.

02 PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E HIGIENE.

03 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

04 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

3. EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL

4. IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Gestionar procesos propios de la cultura emprendedora y empresarial de acuerdo con el perfil personal y los requerimientos de los contextos productivo y social.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: INTERACTUAR EN LENGUA INGLESA DE FORMA ORAL Y ESCRITA DENTRO DE CONTEXTOS SOCIALES Y LABORALES SEGÚN LOS CRITERIOS ESTABLECIDOS POR
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Orientar investigación formativa según referentes técnicos
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Razonar cuantitativamente frente a situaciones susceptibles de ser abordadas de manera matemática en contextos laborales, sociales y personales.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Resultado de Aprendizaje de la Inducción.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Utilizar herramientas informáticas de acuerdo con las necesidades de manejo de información

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA :	27,90
--------------------------------------	--------------

DE APRENDIZAJE:

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICACIÓN DE CONOCIMIENTOS DE LAS CIENCIAS NATURALES DE ACUERDO CON SITUACIONES DEL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: APLICAR PRÁCTICAS DE PROTECCIÓN AMBIENTAL, SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO DE ACUERDO CON LAS POLÍTICAS ORGANIZACIONALES Y LA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Controlar la calidad del servicio de software de acuerdo con los estándares técnicos
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DESARROLLAR LA SOLUCIÓN DE SOFTWARE DE ACUERDO CON EL DISEÑO Y METODOLOGÍAS DE DESARROLLO
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: DESARROLLAR PROCESOS DE COMUNICACIÓN EFICACES Y EFECTIVOS, TENIENDO EN CUENTA SITUACIONES DE ORDEN SOCIAL, PERSONAL Y PRODUCTIVO.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Diseñar la solución de software de acuerdo con procedimientos y requisitos técnicos
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Ejercer derechos fundamentales del trabajo en el marco de la constitución política y los convenios internacionales.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Enrique Low Murtra-Interactuar en el contexto productivo y social de acuerdo con principios éticos para la construcción de una cultura de paz.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Establecer requisitos de la solución de software de acuerdo con estándares y procedimiento técnico

- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Estructurar propuesta técnica de servicio de tecnología de la información según requisitos técnicos y normativa
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Evaluar requisitos de la solución de software de acuerdo con metodologías de análisis y estándares
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

RA3 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

RA4 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

01 DESARROLLAR HABILIDADES PSICOMOTRICES EN EL CONTEXTO PRODUCTIVO Y SOCIAL.

02 PRACTICAR HÁBITOS SALUDABLES MEDIANTE LA APLICACIÓN DE FUNDAMENTOS DE NUTRICIÓN E HIGIENE.

03 EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL.

04 IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA.

3. EJECUTAR ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ORIENTADAS HACIA EL MEJORAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVO Y SOCIAL

4. IMPLEMENTAR UN PLAN DE ERGONOMÍA Y PAUSAS ACTIVAS SEGÚN LAS CARACTERÍSTICAS DE LA FUNCIÓN PRODUCTIVA

- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Gestionar procesos propios de la cultura emprendedora y empresarial de acuerdo con el perfil personal y los requerimientos de los contextos productivo y social.
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** Implementar la solución de software de acuerdo con los requisitos de operación y modelos de referencia
- **COMPETENCIA DE APRENDIZAJE:** INTERACTUAR EN LENGUA INGLESA DE FORMA ORAL Y ESCRITA DENTRO DE CONTEXTOS SOCIALES Y LABORALES SEGÚN LOS CRITERIOS ESTABLECIDOS POR

- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Orientar investigación formativa según referentes técnicos
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Razonar cuantitativamente frente a situaciones susceptibles de ser abordadas de manera matemática en contextos laborales, sociales y personales.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Resultado de Aprendizaje de la Inducción.
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: RESULTADOS DE APRENDIZAJE ETAPA PRACTICA
- COMPETENCIA DE APRENDIZAJE: Utilizar herramientas informáticas de acuerdo con las necesidades de manejo de información

HORAS DEDICADAS EN LA FICHA : 35,80

TOTAL HORAS ACTIVIDADES ACADÉMICAS: 167,20

EVENTOS DE DIVULGACIÓN TECNOLÓGICA - EDT's

FICHA	FECHA INICIO	FECHA FINAL	EVENTO	HORAS
TOTAL TIEMPO EDT's:				0,00

ACTIVIDADES ADICIONALES

FECHA INICIAL	FECHA FINAL	ACTIVIDAD	HORAS
TOTAL ACTIVIDADES ADICIONALES:			0,00

INSTRUCTOR: JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ

**CENTRO DE
FORMACIÓN:** CENTRO AGROTURÍSTICO

LA CONTRALORÍA DELEGADA PARA RESPONSABILIDAD FISCAL ,
INTERVENCIÓN JUDICIAL Y COBRO COACTIVO

CERTIFICA:

Que una vez consultado el Sistema de Información del Boletín de Responsables Fiscales 'SIBOR', hoy jueves 24 de agosto de 2023, a las 23:04:24, el número de identificación, relacionado a continuación, NO SE ENCUENTRA REPORTADO COMO RESPONSABLE FISCAL.

Tipo Documento	Cédula de Ciudadanía
No. Identificación	1095700230
Código de Verificación	1095700230230824230424

Esta Certificación es válida en todo el Territorio Nacional, siempre y cuando el tipo y número consignados en el respectivo documento de identificación, coincidan con los aquí registrados.

De conformidad con el Decreto 2150 de 1995 y la Resolución 220 del 5 de octubre de 2004, la firma mecánica aquí plasmada tiene plena validez para todos los efectos legales.



YEZID LOZANO PUENTES
Contralor Delegado



CERTIFICADO DE ANTECEDENTES

CERTIFICADO ORDINARIO
No. 229989046



PIB

23:05:49

Hoja 1 de 01

Bogotá DC, 24 de agosto del 2023

La PROCURADURIA GENERAL DE LA NACIÓN certifica que una vez consultado el Sistema de Información de Registro de Sanciones e Inhabilidades (SIRI), el(la) señor(a) JORGE ANDRES BAYONA MARTINEZ identificado(a) con Cédula de ciudadanía número 1095700230:

NO REGISTRA SANCIONES NI INHABILIDADES VIGENTES

ADVERTENCIA: La certificación de antecedentes deberá contener las anotaciones de las sanciones o inhabilidades que se encuentren vigentes. Cuando se trate de nombramiento o posesión en cargos que exijan para su desempeño ausencia de antecedentes, se certificarán todas las anotaciones que figuren en el registro. (Artículo 238 Ley 1952 de 2019)

NOTA: El certificado de antecedentes disciplinarios es un documento que contiene las anotaciones e inhabilidades generadas por sanciones penales, disciplinarias, inhabilidades que se deriven de las relaciones contractuales con el estado, de los fallos con responsabilidad fiscal, de las decisiones de pérdida de investidura y de las condenas proferidas contra servidores, ex servidores públicos y particulares que desempeñen funciones públicas en ejercicio de la acción de repetición o llamamiento en garantía. **Este documento tiene efectos para acceder al sector público, en los términos que establezca la ley o demás disposiciones vigentes.** Se integran al registro de antecedentes solamente los reportes que hagan las autoridades nacionales colombianas. En caso de nombramiento o suscripción de contratos con el estado, es responsabilidad de la Entidad, validar la información que presente el aspirante en la página web: <http://www.procuraduria.gov.co/portal/antecedentes.html>

CARLOS ARTURO ARBOLEDA MONTOYA
Jefe División de Relacionamento Con El Ciudadano

ATENCIÓN :

ESTE CERTIFICADO CONSTA DE 01 HOJA(S), SOLO ES VALIDO EN SU TOTALIDAD. VERIFIQUE QUE EL NUMERO DEL CERTIFICADO SEA EL MISMO EN TODAS LAS HOJAS.



Sistema Registro Nacional de Medidas Correctivas RNMC

👤 Consulta Ciudadano

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que a la fecha, 25/08/2023 12:07:58 a. m. el ciudadano con Cédula de Ciudadanía N°. **1095700230** .

NO TIENE MEDIDAS CORRECTIVAS PENDIENTES POR CUMPLIR.

De conformidad con la Ley 1801 de 2016 "Por la cual se expide el Código Nacional de Seguridad y Convivencia Ciudadana". Registro interno de validación No. **71085779** . La persona interesada podrá verificar la autenticidad del presente documento a través de la página web institucional digitando <https://www.policia.gov.co>, menú ciudadanos/ consulta medidas correctivas, con el documento de identidad y la fecha de expedición del mismo. Esta consulta es válida siempre y cuando el número de cédula corresponda con el documento de identidad suministrado.

[🔍 Nueva Búsqueda](#)[🖨 Imprimir](#)

Información

515 9000



Policía Nacional de Colombia
Dirección General - Cra. 59 N° 26 - 21
Centro Administrativo Nacional CAN, Bogotá D.C.
Línea de atención: 018000-910112



El futuro
es de todos

Gobierno
de Colombia

ES UN
HONOR
SER POLICÍA



Consulta en línea de Antecedentes Penales y Requerimientos Judiciales

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que siendo las 09:24:05 PM horas del 29/08/2023, el ciudadano identificado con:

Cédula de Ciudadanía N° 1095700230

Apellidos y Nombres: BAYONA MARTINEZ JORGE ANDRES

NO TIENE ASUNTOS PENDIENTES CON LAS AUTORIDADES JUDICIALES

de conformidad con lo establecido en el artículo 248 de la Constitución Política de Colombia.

En cumplimiento de la Sentencia SU-458 del 21 de junio de 2012, proferida por la Honorable Corte Constitucional, la leyenda "NO TIENE ASUNTOS PENDIENTES CON LAS AUTORIDADES JUDICIALES" aplica para todas aquellas personas que no registran antecedentes y para quienes la autoridad judicial competente haya decretado la extinción de la condena o la prescripción de la pena.

Esta consulta es válida siempre y cuando el número de identificación y nombres, correspondan con el documento de identidad registrado y solo aplica para el territorio colombiano de acuerdo a lo establecido en el ordenamiento constitucional.

Si tiene alguna duda con el resultado, consulte las [preguntas frecuentes](#) o acérquese a las [instalaciones de la Policía Nacional](#) más cercanas.

[Volver al Inicio](#)



Dirección: Avenida El Dorado # 75 – 25 barrio Modelia, Bogotá D.C.
Atención administrativa: Lunes a Viernes 8:00 am a 12:00 pm y 2:00 pm a 5:00 pm
Línea de atención al ciudadano: 5159700 ext. 30552 (Bogotá)
Resto del país: 018000 910 112
E-mail: dijin.araioc-etc@policia.gov.co



CONSULTA EN LÍNEA DE INHABILIDADES DE QUIENES HAYAN SIDO CONDENADOS POR DELITOS SEXUALES COMETIDOS CONTRA MENORES DE 18 AÑOS

La Policía Nacional de Colombia informa:

Que siendo las 23:11:07 horas del 24/08/2023, el ciudadano identificado con cédula de ciudadanía No. **1095700230**,
Apellidos y Nombres **BAYONA MARTINEZ JORGE ANDRES**

NO REGISTRA INHABILIDAD

La presente consulta se tendrá en consideración por la entidad o empresa **SENA** , con NIT **899999034-1** y su utilización es exclusivamente dentro del proceso de selección al cargo, oficio o profesión, en cumplimiento de la [Ley 1918 del 12/07/2018](#) *“por medio de la cual se establece el régimen de inhabilidades a quienes hayan sido condenados por delitos sexuales cometidos contra menores, se crea el registro de inhabilidades y se dictan otras disposiciones”* y su Decreto Reglamentario 753 del 30/04/2019 *“por medio del cual se reglamenta la Ley 1918 de 2018”*, con observancia de las Leyes 1581 del 17/10/2012, 1712 del 06/03/2014 y demás normatividad rectora frente al tratamiento de datos.

<https://inhabilidades.policia.gov.co:8080/consulta>

MINISTERIO DE TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LAS COMUNICACIONES - MINTIC

CERTIFICA QUE

Una vez consultada la base de datos de deudores alimentarios morosos **REDAM**, el(la) ciudadano(a) con número de identificación CC 1095700230 **NO SE ENCUENTRA INSCRITO EN EL REGISTRO DE DEUDORES ALIMENTARIOS MOROSOS**

Esta certificación es válida en todo el Territorio Nacional, siempre y cuando el tipo y número consignados en el respectivo documento de identificación, coincidan con los aquí registrados.

Se expide en Bogotá el 24/08/2023 11:12 PM

Dirección de Gobierno Digital

**MINISTERIO DE TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LAS
COMUNICACIONES - MINTIC**