PLAN DE TRABAJO
GUÍA DE APRENDIZAJE
DESARROLLO DE LA RUTA DE APRENDIZAJE

Competencia: generar hábitos saludables de vida mediante la aplicación de programas de actividad física en los contextos productivos y sociales.

Resultados de aprendizaje: desarrollar habilidades psicomotrices en el contexto productivo y social; practicar hábitos saludables mediante la aplicación de fundamentos de nutrición e higiene; ejecutar actividades de acondicionamiento físico orientadas hacia el mejoramiento de la condición física en los contextos productivo y social; implementar un plan de ergonomía y pausas activas según las características de la función productiva.

Actividades para desarrollar	**Forma de entrega o presentación**		**Fecha de entrega o presentación**	**Aprobó**	
	Física	*Digital*		*SI*	*NO*
Informe de análisis reto saludable.		*X*	26/04/2024		
Informe de análisis de alimentación.		*X*	9/05/2024		
Carpeta con valoración física, motriz y antropométrica y programa de entrenamiento físico personal.		*X*	20/06/2024		

Fecha de concertación: 22/04/2024

Aprendiz: _____

Documento del aprendiz: _____

_____
Firma del aprendiz

Instructor: Fabiola Gonzalez T

Documento: CC 46663441

_____
Firma del instructor