

OBJETIVO (S)										
Asistencia de alumnos a la Actividad Física - Examen Final Saturday 30/5/08										
No	NOMBRES Y APELLIDOS	No. DOCUMENTO	PLANTA	CONTRATISTA	OTRO (CUAL?)	DEPENDENCIA/ EMPRESA	CORREO ELECTRONICO	TELÉFONO/EXT.	AUTORIZA GRABACIÓN	FIRMA O PARTICIPACIÓN VIRTUAL
	Carlos Muñoz	1031801849			Aprendiz	C.I.C.	carlosmunoz12@gmail.com	3016004020		Carlos
	Katherine Gironza	1039348913			Aprendiz	C.I.C.	kgironzafk@msn.com	3012463623		Katherine G
	Eliene Bobadilla	1031640602			Aprendiz	C.I.C.	elienebobadilla@gmail.com	3175420951		Eliene
	Eider Paul Rojas	1069716920			Aprendiz	C.I.C.	rojaspauleider@gmail.com	3222259222		Eider Paul
	Adela Sebastian	1103110302			Aprendiz	C.I.C.	adela.sebastian@gmail.com	3125261235		Adela
	Daniel Felipe Rojas	1105460097			Aprendiz	C.I.C.	daniel.felipe.rojas@gmail.com	324493985		Daniel
	Andrés Camilo Velando	1106572932	4		Aprendiz	C.I.C.	andrescamilo2@gmail.com	3222066329		Andrés Camilo V
	Amir Faber Bujanda	1116147186			Aprendiz	C.I.C.	amir.faber.bujanda@gmail.com	3179613173		Amir
	Kelly Kris Cardona	1007067070			Aprendiz	C.I.C.	kellykriscardona@gmail.com	3222686867		Kelly Kris
	Carol Daryana Paredes Oyola	1077225866	4		Aprendiz	C.I.C.	carolayana2005@gmail.com	3163449273		Carol Daryana
	John Steven Garcia Vargas	1110588282	4		Aprendiz	C.I.C.	johnstevengarcia@gmail.com	3153827428		John Steven
	Juliana Cárdenas	1112056977	4		Aprendiz	C.I.C.	julianacardenas@gmail.com	3181685274		Juliana
	John Estiven Roberson Torres	1117048450	4		Aprendiz	C.I.C.	johnestivenroberson@gmail.com	3235004965		John Estiven
	Harold Steven Gil	1104546936	4		Aprendiz	C.I.C.	hargil52@gmail.com	3043336329		Harold Steven
	Duon David Albarado	1105915212	4		Aprendiz	C.I.C.	duondavidalbarado@gmail.com	3193909129		Duon David

De acuerdo con la Ley 1581 de 2012, Protección de Datos Personales, el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA, se compromete a garantizar la seguridad y protección de los datos personales que se encuentran almacenados en este documento, y les dará el tratamiento correspondiente en cumplimiento de lo establecido legalmente.

De acuerdo con la Ley 1581 de 2012, Protección de Datos Personales, el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA, se compromete a garantizar la seguridad y protección de los datos personales que se encuentran almacenados en este documento, y les dará el tratamiento correspondiente en cumplimiento de lo establecido legalmente.



ACTA No. 1			
NOMBRE DEL COMITÉ O DE LA REUNIÓN: FORMACIÓN TRANSVERSAL EN ACTIVIDAD FÍSICA Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES			
CIUDAD Y FECHA:	Ibagué, 05 de octubre de 2024	HORA INICIO: 03:00 pm	HORA FIN: 06:00 pm
LUGAR Y/O ENLACE:	Centro de Industria y Construcción – Ambiente de formación	DIRECCIÓN / REGIONAL / CENTRO: SENA Regional Tolima, Centro de Industria y de Construcción	
AGENDA O PUNTOS PARA DESARROLLAR: Orientar y desarrollar la formación transversal de Actividad física y Hábitos de vida saludable a la Ficha 3035084 – técnico en programación de software 1. Presentación y bienvenida al grupo al proceso de transversal. 2. Establecimiento de acuerdos y compromisos dentro del grupo y de la formación. 3. Presentación de los resultados de aprendizaje a trabajar durante el trimestre. 4. Socializar el proceso de evaluación de la transversal. 5. Reglas generales para el desarrollo de la formación			
OBJETIVO(S) DE LA REUNIÓN: 1. Determinar los parámetros de trabajo con los aprendices. 2. Establecer los horarios de trabajo y las metodologías que se van a manejar durante el proceso de formación acorde a los parámetros institucionales y de coordinación académica. 3. Establecer el proceso de evaluación de la formación transversal en Actividad física y hábitos saludables.			
DESARROLLO DE LA REUNIÓN			
Siendo el 05/10/2024, se da inicio a la formación transversal en actividad física y hábitos saludables a la formación del técnico en programación de software, este proceso se llevará a cabo desde la fecha en mención y durante los meses de octubre, noviembre y diciembre, correspondiente al III trimestre de la vigencia. El horario de formación será de 03:00 pm a 06:00 pm, los días de formación serán los sábados en la jornada tarde.			



1. Presentación y bienvenida al grupo al proceso de transversal.

El día sábado 05 de octubre, siendo las 03:00 pm, se da inicio al proceso de formación transversal por parte del instructor William Alexander Peñuela. Para ello se hace la presentación formal al grupo y se socializa las formas de trabajo para las sesiones que se realizarán durante los días estipulados para la formación.

Como estrategia de acercamiento a los aprendices se realiza una actividad de presentación rompe- hielo.

2. Establecimiento de acuerdos y compromisos de trabajo dentro del grupo y dentro de la formación.

Después de las actividades de presentación personal, se socializa el listado de los acuerdos y compromisos para la formación por el instructor de la transversal, también se permite que los aprendices integrantes del grupo comenten aspectos como tiempos de actividades y finalización de la formación.

Por otra parte, se socializa el tema del respeto con los miembros del equipo de trabajo y que se debe tener durante las actividades que se desarrollen, el manejo del vocabulario y las sanciones ante el incumplimiento de los acuerdos y compromisos y de las actividades de la formación.

Además, se socializa y se acuerda la formación de equipos de trabajo para desarrollar diferentes actividades durante el proceso y las actividades de evidencias que cada uno de los equipos debe presentar cargando a plataforma zajuna - drive en la cual debe reposar todo lo realizado en la formación.

3. Socialización guía y presentación de resultados de aprendizaje a trabajar durante el trimestre.

Competencia:

GENERAR HÁBITOS SALUDABLES DE VIDA MEDIANTE LA APLICACIÓN DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS CONTEXTOS PRODUCTIVOS Y SOCIALES.

Resultados de aprendizaje:

1. Desarrollar habilidades psicomotrices en el contexto productivo y social.
2. Practicar hábitos saludables mediante la aplicación de fundamentos de nutrición e higiene.
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.



Conocimientos de aprendizaje:

- Fundamentos de Anatomía y Fisiología
- Conceptos, características y Estilos de Vida saludable
- Conceptos de Higiene y su aplicabilidad
- Conceptos de Nutrición, bases fundamentales y planes nutricionales según actividad laboral.
- Fundamentos de Miología y análisis del movimiento
- Definición, características, componentes y ventajas de la Actividad Física
- Definición, clases, condición, tiempos de aplicación, beneficios del Ejercicio Físico
- Conceptualización y uso de la Ficha antropométrica
- Características de la frecuencia cardíaca
- Definición, clases y características de los Test físico atléticos.
- Definición y características del Acondicionamiento Físico
- Aplicación de series, repeticiones y cargas de trabajo en el ejercicio físico
- Definición y características de la destreza motora
- Conceptualización y condicionantes de la Psicomotricidad
- Definición de Motricidad y su clasificación, beneficios.
- Aplicabilidad de la Ergonomía y la actividad física
- Posturas, clasificación, manejo de cargas y planes posturales
- Rehabilitación y plan de trabajo
- Pausas Activas, conceptos y prácticas
- Uso adecuado del tiempo libre

4. Socializar el proceso de evaluación de la transversal.

Se socializa con los aprendices el proceso de evaluación de la transversal donde se busca identificar los conocimientos adquiridos por los aprendices.

Esta evaluación se basa en aspectos como:

-Evaluación de las actividades que estarán calificadas en plataforma zajuna y enlazados con el resultado de aprendizaje.

-Revisión de la carpeta de evidencias del proceso.

-Asistencia de los aprendices a la formación presencial. (Tener en cuenta 10% de inasistencia no aprueba la transversal).

-Se recalca la importancia de la retroalimentación de las evaluaciones y actividades como parte del proceso de evaluación formativa.

- Se dará por aprobada la transversal cumpliéndose con los citados anteriormente.

5.Reglas generales para el desarrollo de la formación

- Uniformidad: Deben presentarse con el uniforme deportivo avalado por el Sena para poder desarrollar la sesión. (TENIS, PANTALÓN DEPORTIVO, CAMISETA).



- No usar celular en el desarrollo de la clase a menos que sea necesario
- Penitencia física si dicen malas palabras o groserías
- Uso de plataforma para entrega de evidencias
 - Trabajo extra si no entregan a tiempo las actividades indicadas
 - En caso de ausencia justificada con la incapacidad médica, laboral o calamidad, enviando un correo electrónico al instructor.
 - Recuperación de horas de ausencia a la clase con sesiones de gimnasio, o asistencia a escuela de formación justificando mínimo una ausencia en horario contrario
 - Hidratación personal

CONCLUSIONES

- Se realizará formación transversal de actividad física y hábitos saludables durante las sesiones en el horario ya establecido, contando con la sesión del día de hoy donde se da inicio al primer resultado de aprendizaje.
- Se desarrollarán actividades en diferentes resultados, evidencias de desempeño y producto utilizando herramientas didácticas, y estrategias como juego de roles, lluvia de ideas, socialización de mapas mentales entre otros.
- Se trabajará teniendo en cuenta los lineamientos institucionales, de acuerdo con el uso de herramientas tecnológicas y estrategias didácticas.

ESTABLECIMIENTO Y ACEPTACIÓN DE COMPROMISOS

ACTIVIDAD /DECISIÓN	FECHA	RESPONSABLE	FIRMA O PARTICIPACIÓN VIRTUAL
Se realizará formación transversal de Actividad física, hábitos saludables o cultura física durante las sesiones en el horario ya establecido, contando con la sesión del día de hoy donde se da inicio al primer conocimiento y resultado de aprendizaje.	05/10/2024	Aprendices	
Se desarrollarán actividades en diferentes resultados, evidencias de desempeño y producto utilizando	05/10/2024	Aprendices	



herramientas didácticas, y estrategias como juego de roles, lluvia de ideas, socialización de mapas mentales entre otros.				
Se trabajará teniendo en cuenta los lineamientos institucionales, de acuerdo con el uso de herramientas tecnológicas y estrategias didácticas.	05/10/2024	Aprendices		
DE: ASISTENTES Y APROBACIÓN DECISIONES				
NOMBRE	DEPENDENCIA/ EMPRESA	APRUEBA (SI/NO)	OBSERVACIÓN	FIRMA O PARTICIPACIÓN VIRTUAL
William Alexander peñuela	Instructor cultura física	SI		<i>William Alexander Peñuela</i>
De acuerdo con La Ley 1581 de 2012, Protección de Datos Personales, el Servicio Nacional de Aprendizaje SENA, se compromete a garantizar la seguridad y protección de los datos personales que se encuentran almacenados en este documento, y les dará el tratamiento correspondiente en cumplimiento de lo establecido legalmente.				
ANEXOS				
Se adjunta listado de asistencia aprendices técnico en programación de software ficha 3035084				