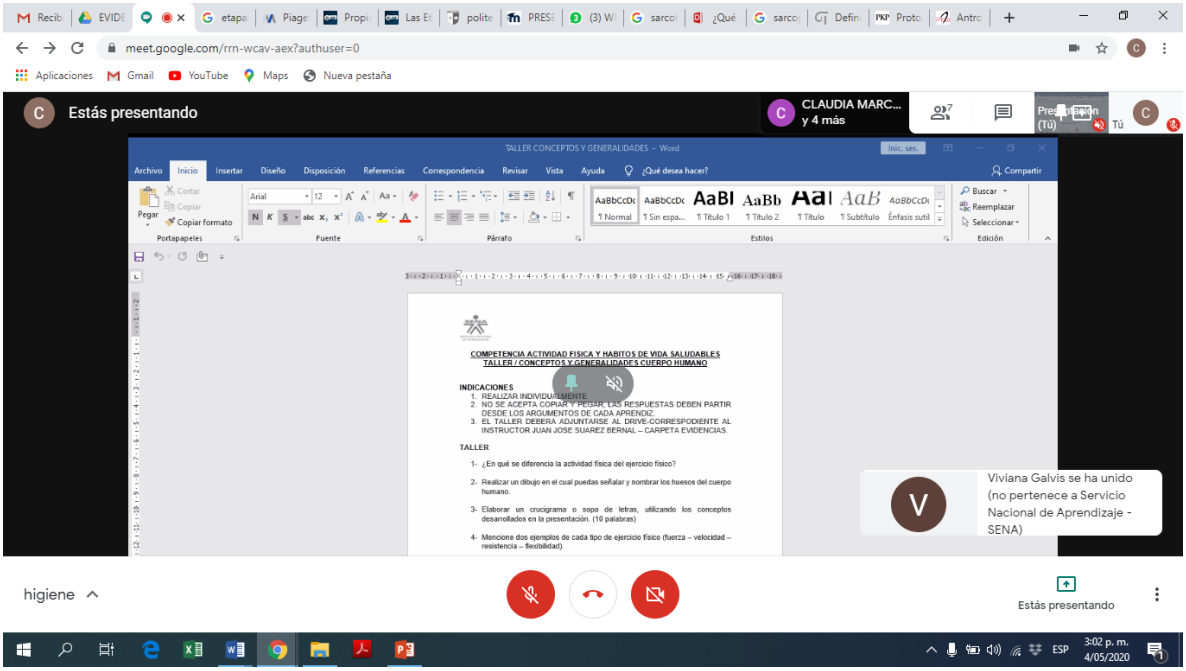
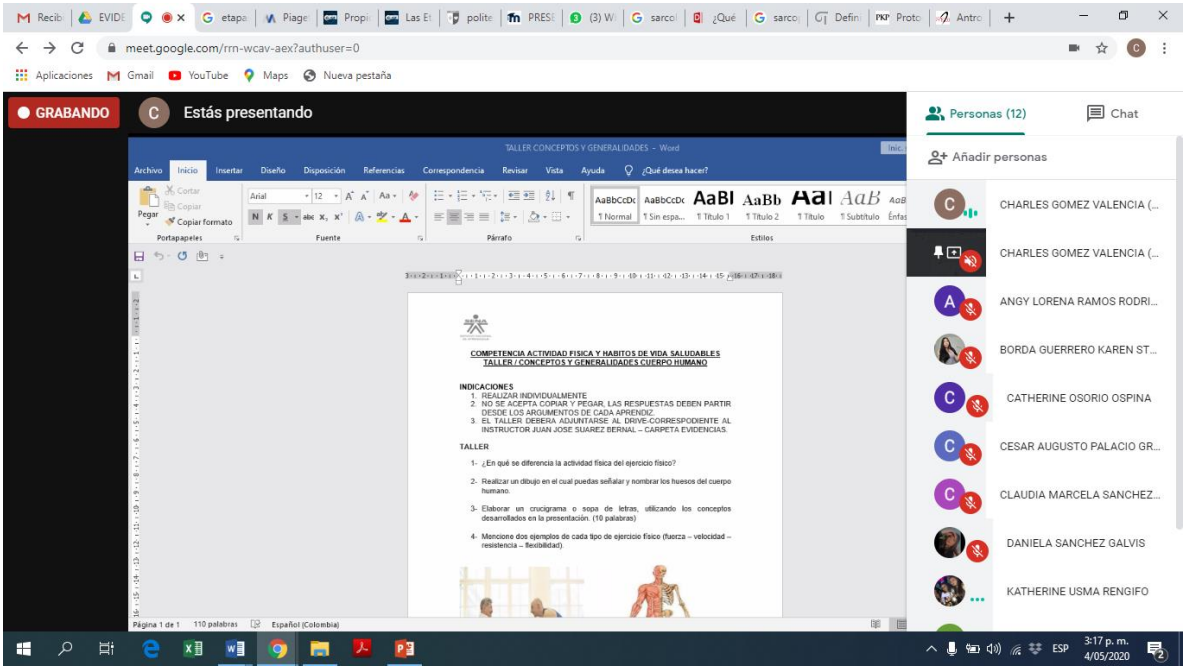
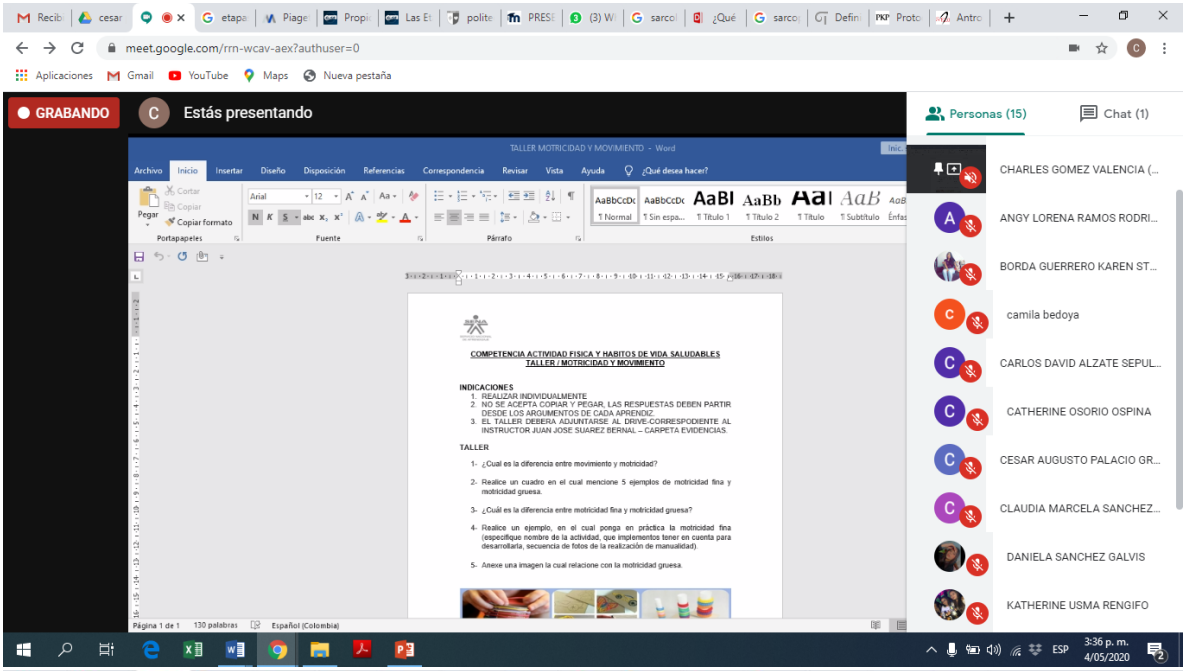
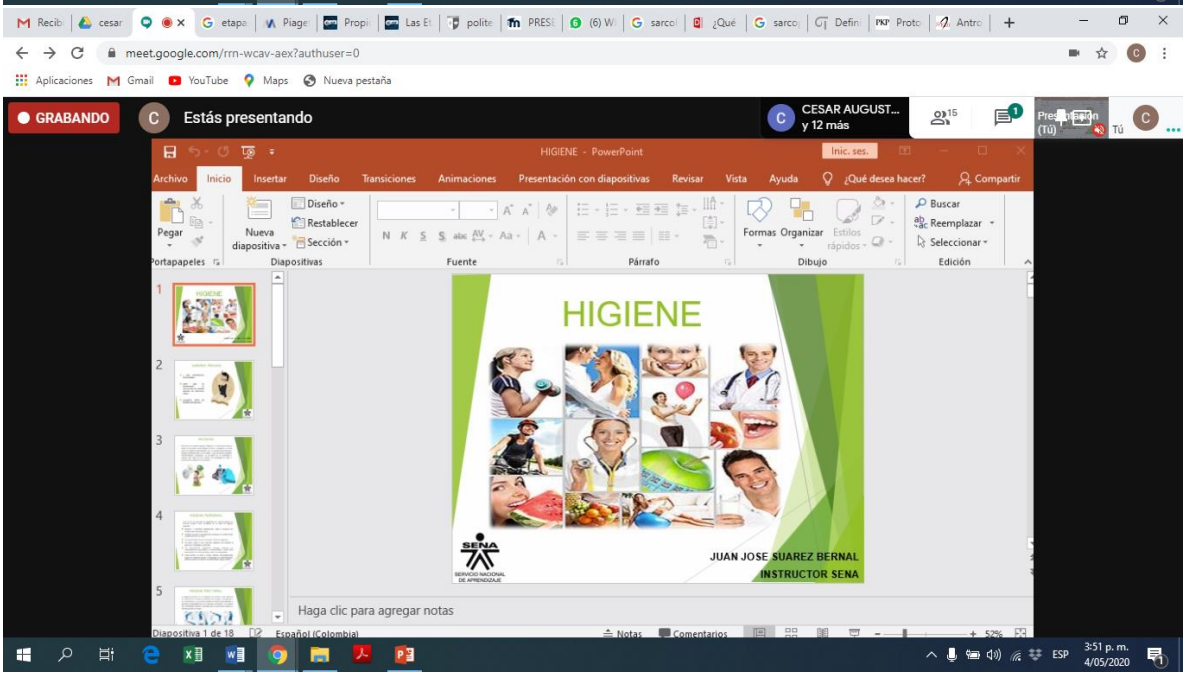
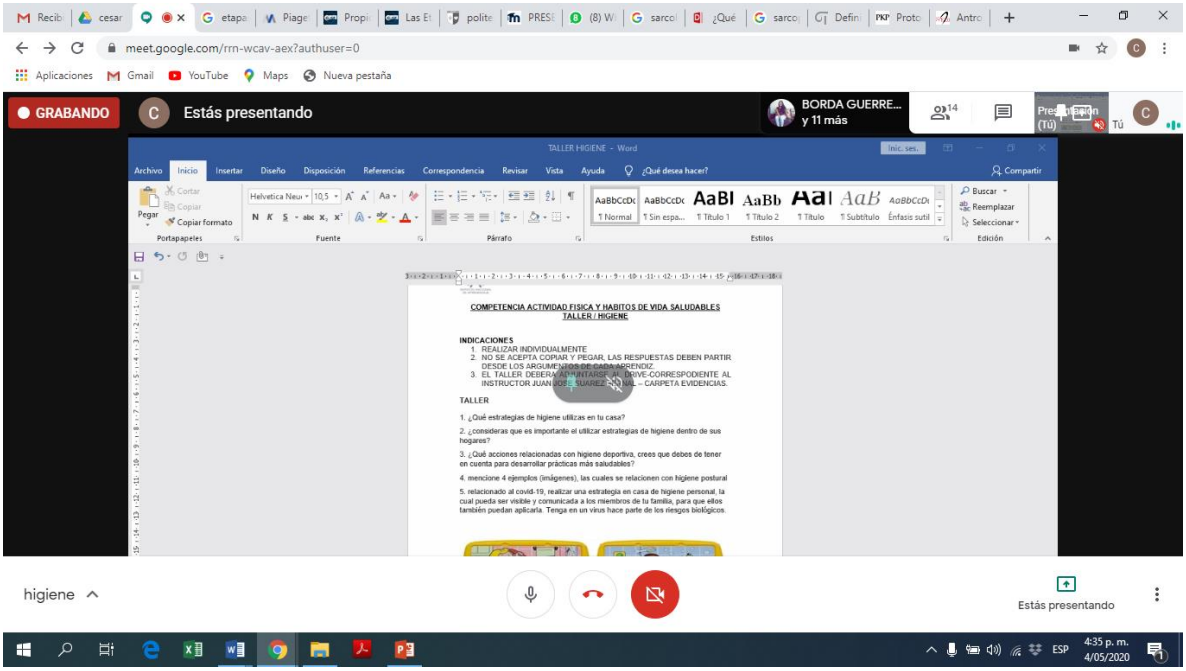
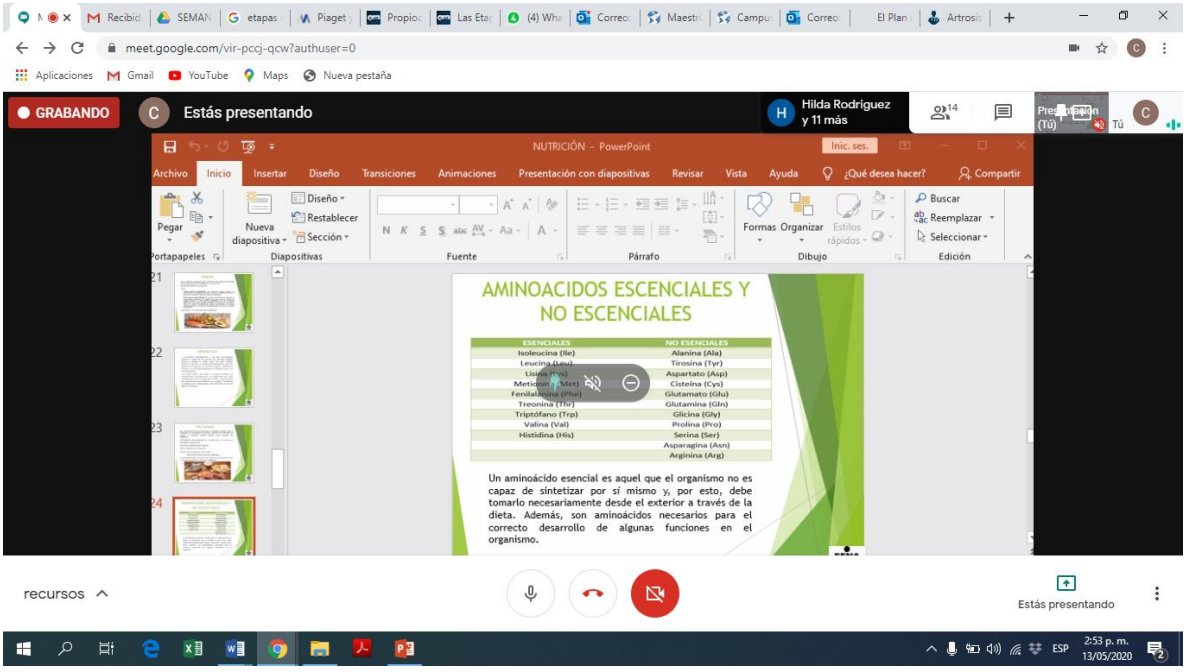

meet.google.com/rrn-wcav-aex?authuser=0
Aplicaciones
Gmail
YouTube
Maps
Nueva pestaña
Estás presentando
CLAUDIA MARC...
y 4 más
Presentación (Tú)
TALLER CONCEPTOS Y GENERALIDADES - Word
COMPETENCIA ACTIVIDAD FISICA Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES
TALLER / CONCEPTOS Y GENERALIDADES CUERPO HUMANO
INDICACIONES
1. REALIZAR INDIVIDUALMENTE
2. NO SE ACEPTA COPIAR Y PEGAR, LAS RESPUESTAS DEBEN PARTIR DESDE LOS ARGUMENTOS DE CADA APRENDIZ.
3. EL TALLER DEBERA ADJUNTARSE AL DRIVE-CORRESPODIENTE AL INSTRUCTOR JUAN JOSE SUAREZ BERNAL – CARPETA EVIDENCIAS.
TALLER
1- ¿En qué se diferencia la actividad física del ejercicio físico?
2- Realizar un dibujo en el cual puedas señalar y nombrar los huesos del cuerpo humano.
3- Elaborar un crucigrama o sopa de letras, utilizando los conceptos desarrollados en la presentación. (10 palabras)
4- Mencione dos ejemplos de cada tipo de ejercicio físico (fuerza – velocidad – resistencia – flexibilidad).
Viviana Galvis se ha unido (no pertenece a Servicio Nacional de Aprendizaje - SENA)
higiene
Estás presentando
ESP
3:02 p. m.
4/05/2020

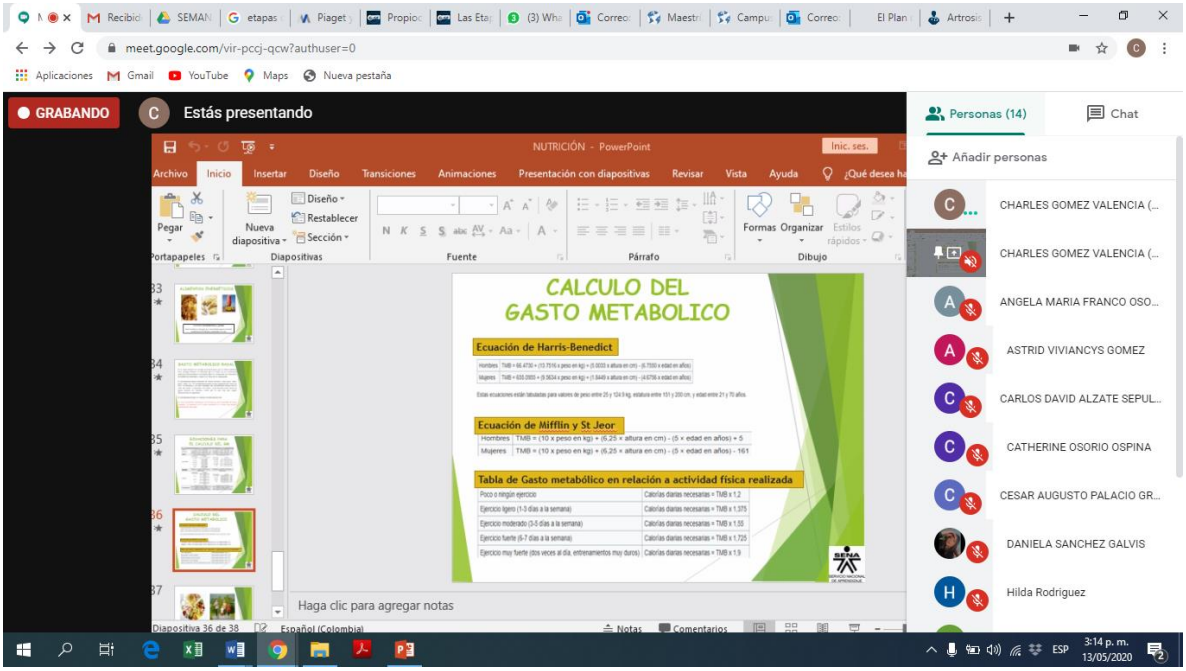

meet.google.com/rrn-wcav-aex?authuser=0
Aplicaciones
Gmail
YouTube
Maps
Nueva pestaña
GRABANDO
Estás presentando
TALLER CONCEPTOS Y GENERALIDADES - Word
COMPETENCIA ACTIVIDAD FISICA Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES
TALLER / CONCEPTOS Y GENERALIDADES CUERPO HUMANO
INDICACIONES
1. REALIZAR INDIVIDUALMENTE
2. NO SE ACEPTA COPIAR Y PEGAR, LAS RESPUESTAS DEBEN PARTIR DESDE LOS ARGUMENTOS DE CADA APRENDIZ.
3. EL TALLER DEBERA ADJUNTARSE AL DRIVE-CORRESPODIENTE AL INSTRUCTOR JUAN JOSE SUAREZ BERNAL – CARPETA EVIDENCIAS.
TALLER
1- ¿En qué se diferencia la actividad física del ejercicio físico?
2- Realizar un dibujo en el cual puedas señalar y nombrar los huesos del cuerpo humano.
3- Elaborar un crucigrama o sopa de letras, utilizando los conceptos desarrollados en la presentación. (10 palabras)
4- Mencione dos ejemplos de cada tipo de ejercicio físico (fuerza – velocidad – resistencia – flexibilidad).
Página 1 de 1
110 palabras
Español (Colombia)
Personas (12)
Chat
Añadir personas
CHARLES GOMEZ VALENCIA (...
CHARLES GOMEZ VALENCIA (...
ANGY LORENA RAMOS RODRI...
BORDA GUERRERO KAREN ST...
CATHERINE OSORIO OSPINA
CESAR AUGUSTO PALACIO GR...
CLAUDIA MARCELA SANCHEZ...
DANIELA SANCHEZ GALVIS
KATHERINE USMA RENGIFO
ESP
3:17 p. m.
4/05/2020

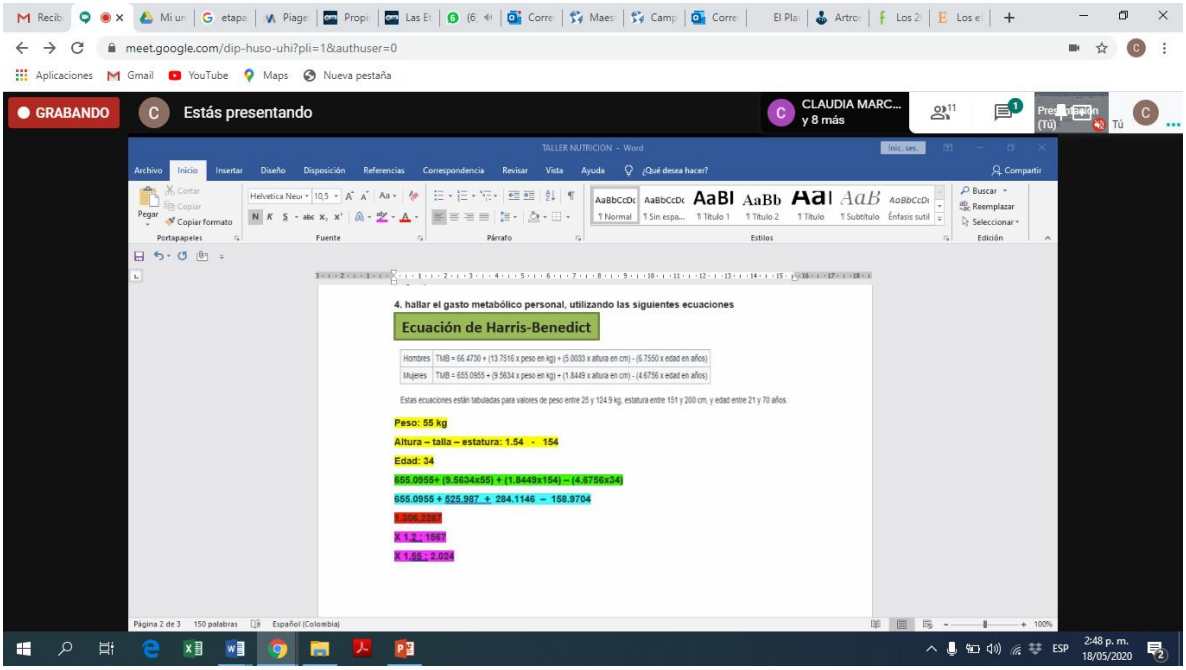

meet.google.com/rrn-wcav-aex?authuser=0
GRABANDO
Estás presentando
Personas (15)
Chat (1)
CHARLES GOMEZ VALENCIA (...
ANGY LORENA RAMOS RODRI...
BORDA GUERRERO KAREN ST...
camila bedoya
CARLOS DAVID ALZATE SEPUL...
CATHERINE OSORIO OSPINA
CESAR AUGUSTO PALACIO GR...
CLAUDIA MARCELA SANCHEZ...
DANIELA SANCHEZ GALVIS
KATHERINE USMA RENGIFO
COMPETENCIA ACTIVIDAD FISICA Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES
TALLER / MOTRICIDAD Y MOVIMIENTO
INDICACIONES
1. REALIZAR INDIVIDUALMENTE
2. NO SE ACEPTA COPIAR Y PEGAR, LAS RESPUESTAS DEBEN PARTIR DESDE LOS ARGUMENTOS DE CADA APRENDIZ.
3. EL TALLER DEBERA ADJUNTARSE AL DRIVE CORRESPODIENTE AL INSTRUCTOR JUAN JOSE SUAREZ BERNAL – CARPETA EVIDENCIAS.
TALLER
1- ¿Cual es la diferencia entre movimiento y motricidad?
2- Realice un cuadro en el cual mencione 5 ejemplos de motricidad fina y motricidad gruesa.
3- ¿Cuál es la diferencia entre motricidad fina y motricidad gruesa?
4- Realice un ejemplo, en el cual ponga en práctica la motricidad fina (especifique nombre de la actividad, que implementos tener en cuenta para desarrollarla, secuencia de fotos de la realización de manualidad).
5- Anexe una imagen la cual relacione con la motricidad gruesa.
3:36 p. m.
4/05/2020

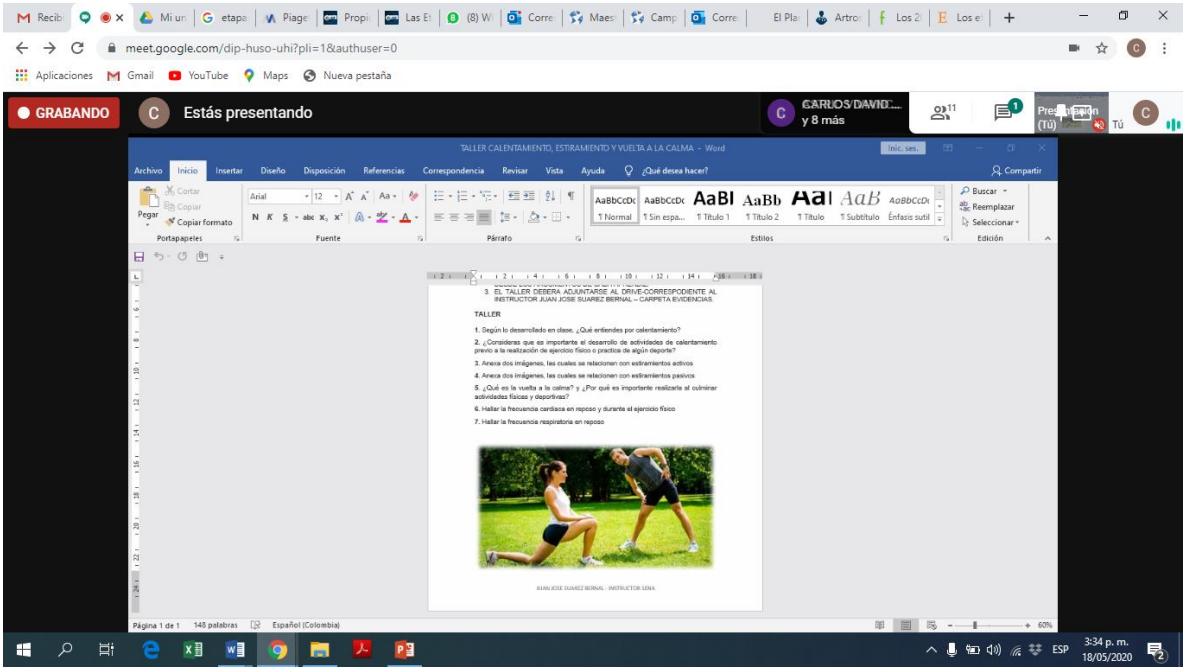

meet.google.com/rrn-wcav-aex?authuser=0
GRABANDO
Estás presentando
CESAR AUGUST...
y 12 más
HIGIENE - PowerPoint
HIGIENE
JUAN JOSE SUAREZ BERNAL
INSTRUCTOR SENA
Haga clic para agregar notas
3:51 p. m.
4/05/2020


meet.google.com/rrn-wcav-aex?authuser=0
GRABANDO
Estás presentando
BORDA GUERRE... y 11 más
TALLER HIGIENE - Word
COMPETENCIA ACTIVIDAD FISICA Y HABITOS DE VIDA SALUDABLES
TALLER : HIGIENE
INDICACIONES
1. REALIZAR INDIVIDUALMENTE
2. NO SE ACEPTA COPIAR Y PEGAR, LAS RESPUESTAS DEBEN PARTIR DESDE LOS ARGUMENTOS DE CADA APRENDIZ.
3. EL TALLER DEBERA ENVIARSE AL CORREO CORRESPODIENTE AL INSTRUCTOR JUAN JOSE SUAREZ MOLINA – CARPETA EVIDENCIAS.
TALLER
1. ¿Qué estrategias de higiene utilizas en tu casa?
2. ¿consideras que es importante el utilizar estrategias de higiene dentro de sus hogares?
3. ¿Qué acciones relacionadas con higiene deportiva, creos que debes de tener en cuenta para desarrollar prácticas más saludables?
4. mencione 4 ejemplos (imágenes), las cuales se relacionen con higiene postural
5. relacionado al covid-19, realizar una estrategia en casa de higiene personal, la cual pueda ser visible y comunicada a los miembros de tu familia, para que ellos también puedan aplicarla. Tenga en un virus hace parte de los riesgos biológicos.
higiene
Estás presentando
ESP
4:35 p. m.
4/05/2020


meet.google.com/vir-pccj-qcw?authuser=0
GRABANDO
Estás presentando
Hilda Rodriguez y 11 más
NUTRICIÓN - PowerPoint
AMINOACIDOS ESCENCIALES Y NO ESCENCIALES
ESENCIALES
Isoleucina (Ile)
Leucina (Leu)
Lisina (Lys)
Metionina (Met)
Fenilalanina (Phe)
Treonina (Thr)
Triptófano (Trp)
Valina (Val)
Histidina (His)
NO ESENCIALES
Alanina (Ala)
Tirosina (Tyr)
Aspartato (Asp)
Cisteína (Cys)
Glutamato (Glu)
Glutamina (Gln)
Glicina (Gly)
Prolina (Pro)
Serina (Ser)
Asparagina (Asn)
Arginina (Arg)
Un aminoácido esencial es aquel que el organismo no es capaz de sintetizar por sí mismo y, por esto, debe tomarlo necesariamente desde el exterior a través de la dieta. Además, son aminoácidos necesarios para el correcto desarrollo de algunas funciones en el organismo.
recursos
Estás presentando
ESP
2:53 p. m.
13/05/2020


meet.google.com/vir-pccj-qcw?authuser=0
GRABANDO
Estás presentando
NUTRICIÓN - PowerPoint
CALCULO DEL GASTO METABOLICO
Ecuación de Harris-Benedict
Ecuación de Mifflin y St Jeor
Tabla de Gasto metabólico en relación a actividad física realizada
Haga clic para agregar notas
Personas (14)
Chat
Añadir personas
CHARLES GOMEZ VALENCIA (...
CHARLES GOMEZ VALENCIA (...
ANGELA MARIA FRANCO OSO...
ASTRID VIVIANCYS GOMEZ
CARLOS DAVID ALZATE SEPUL...
CATHERINE OSORIO OSPINA
CESAR AUGUSTO PALACIO GR...
DANIELA SANCHEZ GALVIS
Hilda Rodriguez
ESP
3:14 p. m.
13/05/2020


meet.google.com/dip-huso-uhi?pli=1&authuser=0
GRABANDO
Estás presentando
CLAUDIA MARC... y 8 más
TALLER NUTRICION - Word
4. hallar el gasto metabólico personal, utilizando las siguientes ecuaciones
Ecuación de Harris-Benedict
Hombres TMB = 66.4730 + (13.7516 x peso en kg) + (5.0033 x altura en cm) - (6.7550 x edad en años)
Mujeres TMB = 655.0955 + (9.5634 x peso en kg) + (1.8449 x altura en cm) - (4.6756 x edad en años)
Estas ecuaciones están tabuladas para valores de peso entre 25 y 124.9 kg, estatura entre 151 y 200 cm, y edad entre 21 y 70 años.
Peso: 55 kg
Altura – talla – estatura: 1.54 - 154
Edad: 34
655.0955+ (9.5634x55) + (1.8449x154) – (4.6756x34)
655.0955 + 525.987 + 284.1146 – 158.9704
1.606.2267
X 1.2 = 1667
X 1.55= 2.024
Página 2 de 3
150 palabras
Español (Colombia)
ESP
2:48 p. m.
18/05/2020


meet.google.com/dip-huso-uhi?pli=1&authuser=0
GRABANDO
Estás presentando
CARLOS DAVID... y 8 más
TALLER CALENTAMIENTO, ESTIRAMIENTO Y VUELTA A LA CALMA - Word
3. EL TALLER DEBERA ADJUNTARSE AL DRIVE-CORRESPODIENTE AL INSTRUCTOR JUAN JOSE SUAREZ BERNAL – CARPETA EVIDENCIAS
TALLER
1. Según lo desarrollado en clase, ¿Qué entiendes por calentamiento?
2. ¿Consideras que es importante el desarrollo de actividades de calentamiento previo a la realización de ejercicio físico o practica de algún deporte?
3. Anexa dos imágenes, las cuales se relacionen con estiramientos activos
4. Anexa dos imágenes, las cuales se relacionen con estiramientos pasivos
5. ¿Qué es la vuelta a la calma? y ¿Por qué es importante realizarla al culminar actividades físicas y deportivas?
6. Hallar la frecuencia cardiaca en reposo y durante el ejercicio físico
7. Hallar la frecuencia respiratoria en reposo
JUAN JOSE SUAREZ BERNAL - INSTRUCTOR SENA
Página 1 de 1
143 palabras
Español (Colombia)
ESP
3:34 p. m.
18/05/2020