Actividad de aprendizaje.

- La presente actividad se debe desarrollar de manera individual.

- Se debe presentar siempre con su respectiva portada, donde contenga datos de el estudiante, ficha, institución e instructor.

- Recordar las fechas de tutoría **(18 de JUNIO de 2020).**

- La fecha de entrega de la presente evidencia es el **18 de JUNIO de 2020 a las 11:30 pm.**

- La evidencia deberá reposar (subida) en la plataforma **territorium** a tiempo, de lo contrario se procederá con plan de mejoramiento, por incumplimiento de los plazos estipulados.

Actividad.

- Como se realizo en clase anteriormente, se debe aplicar una **sesión** de trabajo cardiopulmonar y físico en una persona sana.
- Esta sesión debe ser persiguiendo el objetivo que se tenga para el sujeto-cliente o paciente.
- La sesión debe continuar con los parámetros vistos en clase, con un orden lógico, consecuente y apto para las capacidades del sujeto.
- La presente sesión debe ser aplicando trabajos de tipo cardiopulmonar, de mantenimiento de la fuerza y finalmente de estabilidad.
- Todos los trabajos que sean programados deben ser aptos para realizar en casa y que vayan en relación a el primer sondeo realizado en la evidencia pasada.
- La sesión debe ir compuesta por sus elementos básicos pero además debe durar 45 minutos mínimo y máximo 1 hora y 30 minutos.
- Se debe anexar Volúmenes, Cargas, descansos, repeticiones, series e intensidades de los trabajos.

Éxitos!!.

Instructor Jhonatan Arboleda Botero.