PROCESO GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO

FORMATO INFORME MENSUAL EJECUCIÓN CONTRACTUAL

Bogotá, 18 de Octubre de 2020

Señora
NURY PATRICIA MALDONADO ZÀRATE
SUPERVISORA CONTRATO No. **CO1.PCCNTR.1340852**
Coordinadora Académica
Coordinación Académica de Gestión del Talento Humano
Bogotá

Asunto: Informe mensual de ejecución contractual Mes Octubre del año 2020

Referencia: No CO1.PCCNTR.1340852 del año 2020

YESID ANDRES CARDENAS GARZON, identificado con la cédula de ciudadanía No. 80125452 de Fó Bogota en mi calidad de Contratista del SENA, en Gestion Del Talento Humano, 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:

Valor y Forma de Pago: El valor total del presente contrato asciende a la suma de TREINTA Y NUEVE MILLONES QUINIENTOS CUARENTA Y TRES MIL OCHOCIENTOS NOVENTA Y OCHO PESOS ($39.543.898) COP, incluido IVA (de conformidad con el régimen tributario a que pertenezca el contratista). Esta suma será pagada por el SENA al contratista de la siguiente manera: a.) UN (1) pago correspondiente al mes de FEBRERO de 2020, por valor de TRES MILLONES CUATROCIENTOS ONCE MIL CIENTO TREINTA Y CINCO PESOS ($3.411.135) COP., b.) NUEVE (9) pagos iguales correspondientes a los meses de MARZO a NOVIEMBRE de 2020, por valor de TRES MILLONES SETECIENTOS NOVENTA MIL CIENTO CINCUENTA PESOS ($3.790.150) COP., cada uno. c.) UN (1) pago final correspondiente al mes de DICIEMBRE de 2020, por valor de DOS MILLONES VEINTIUN MIL CUATROCIENTOS TRECE PESOS ($2.021.413) COP.

Plazo: Será hasta el 16 de Diciembre de 2020.

OBJETO:
Prestar los servicios personales de carácter temporal, para impartir Formación Profesional Integral, mediante la modalidad de periodos fijos de instructores, para la ejecución de acciones de Formación Titulada y/o Complementaria, presencial y virtual, en las Áreas de Gestión del Talento Humano, Asistencia y Gestión Administrativa y Gestión Documental y de la Información, del Centro de Gestión Administrativa, Subsede y Organizaciones, así como las actividades de capacitación o de auditoria en el sistema integrado de gestión de calidad, para Orientar, Participar, Formular, Ejecutar, Seguir, Controlar, Planes, Programas y Proyectos desarrollando Competencias de la Formación Profesional Integral para dar respuesta a la política Institucional entre otros el Proceso de Calidad y Mejoramiento Continuo y

demanda de la población; en las jornadas diurna, nocturna, madrugada y fines de semana.

CLÁUSULA CUARTA – A) OBLIGACIONES ESPECÍFICAS

No	Obligaciones	Acciones realizadas	Evidencias
1	Orientar Formación Profesional Integral a los aprendices según programación de fichas.	Guías, talleres, estrategias didácticas activas.	Portafolio virtual (Drive coordinación)
2	Acompañamiento a los aprendices en el desarrollo de procesos formativos y/o productivos.	Guías, talleres, estrategias didácticas activas.	Portafolio virtual (Drive coordinación)
3	Actualizar contenidos y tecnologías en las diversas competencias del programa de formación.	Guías, talleres, estrategias didácticas activas.	Portafolio virtual (Drive coordinación)
4	Elaboración y entrega de formatos y documentos requeridos en el proceso académico administrativo.	Guías, talleres, estrategias didácticas activas.	Portafolio virtual (Drive coordinación)

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 enunciados como evidencias del cumplimiento de las obligaciones contractuales y los desplazamientos realizados y el No 1032331524 PAGO SIMPLE correspondiente al mes de Septiembre de 2020. (Decreto Ley 2106 de 2019 – " *Decreto Ley Antitrámites"*)

Evidencias en (2) folios

Cordialmente,

YESID ANDRES CARDENAS GARZON
Contratista
C.C. No. 80125452 de Bogota

Recibí a satisfacción:

NURY PATRICIA MALDONADO ZÁRATE
Supervisor(a) Contrato CO1.PCCNTR.1340852 de 2020
Coordinadora Académica Gestion del Talento Humano.

Centro de Gestión Administrativa

INFORME DE GESTIÓN DIARIO

Trabajo Virtual

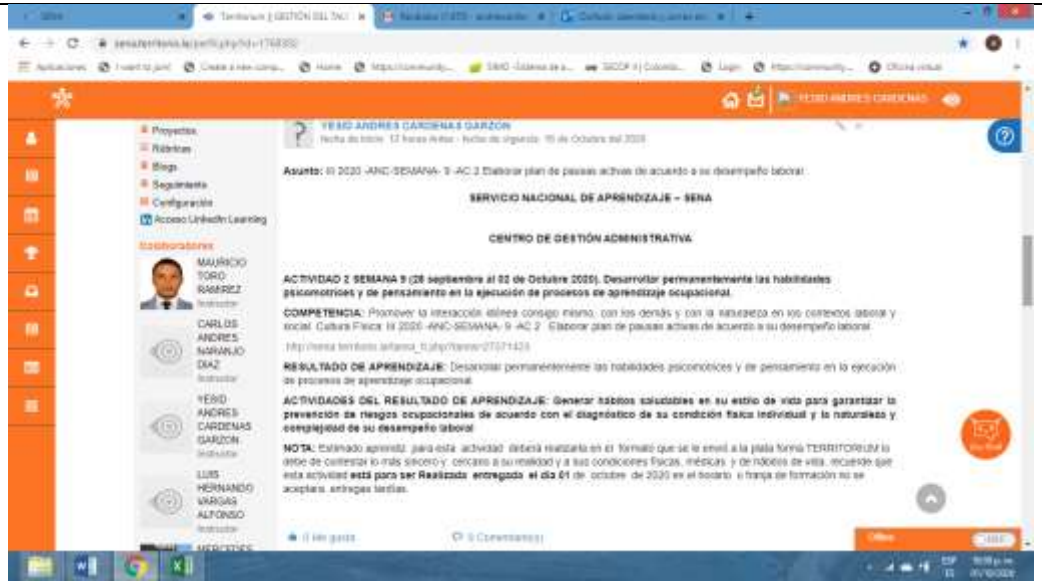
Fecha: 01 DE OCTUBRE de 2020 AL 30 OCTUBRE DE 2020

Instructor: YESID ANDRES CARDENAS GARZON

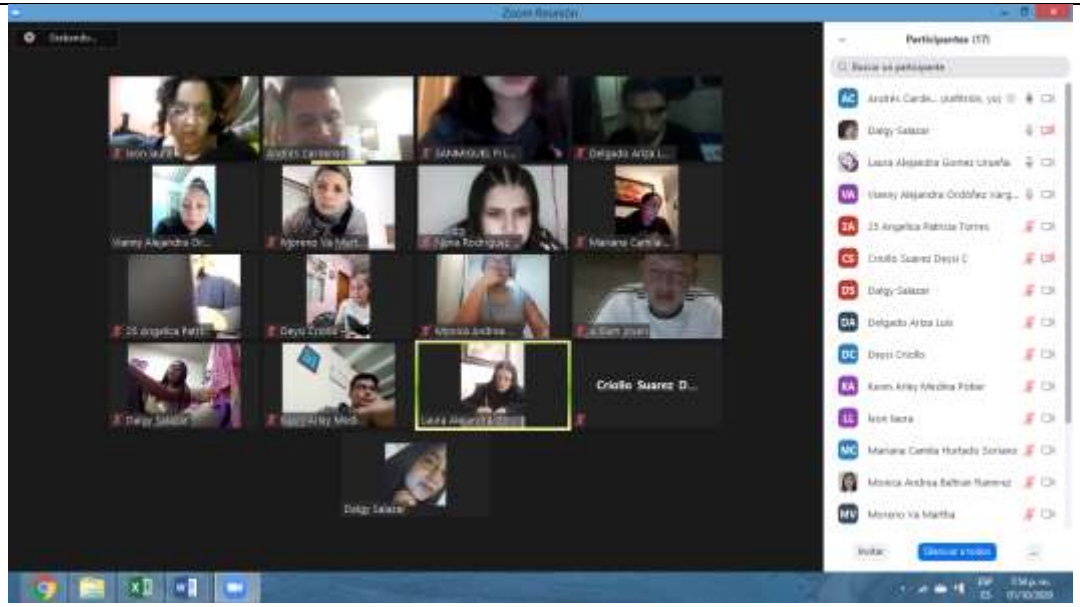
Ficha de caracterización TRIMESTRE III 1966504 – 1966476 – 1966491- 2065119 -1966515 – 2183417 – 2193020 - 2065117

Competencia: PROMOVER LA INTERACCIÓN IDONEA CONSIGO MISMO, CON LOS DEMAS Y CON LA NATURALEZA EN LOS CONTEXTOS LABORAL Y SOCIAL- CULTURA FISICA.

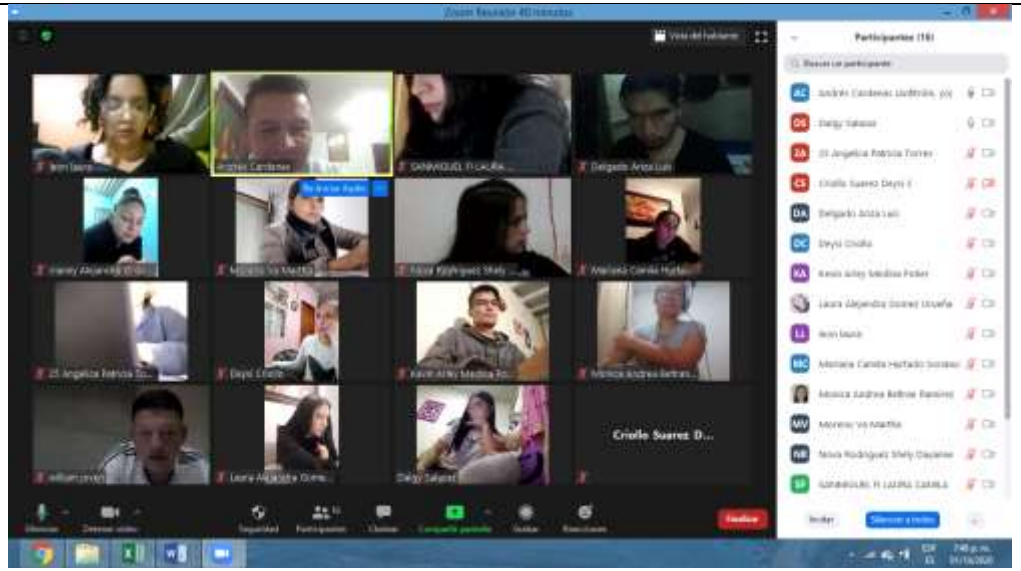
Ítem	Relación de Evidencias (Link de Drive, pantallazo, correos relevantes, otros)	¿Cuáles herramientas está utilizando? (teléfonos fijos, celulares, Whastapp, correo, Teams, etc.)
ACTIVIDAES	Consolidación información mes OCTUBRE. 2020 Formación 01 AL 09de OCTUBRE actividades realizadas con las fichas asignadas. **01 DE OCTUBRE DE 2020** : Se realizó la clase en ZOOM. En donde se realizó la sesión de actividades propuestas para el día de hoy trabajo explicación de la **CLASE TALLER Elaborar plan de pausas activas de acuerdo a su desempeño laboral** donde se trabajó en la franja de formación se les envió el anuncio a través Territorio a los aprendices de esta ficha. PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**.** Clase plataforma ZOOM cultura física:	CORREO,WHATSAPP Y DRIVE

	 https://sena.territorio.la/perfil.php?id=1768302	

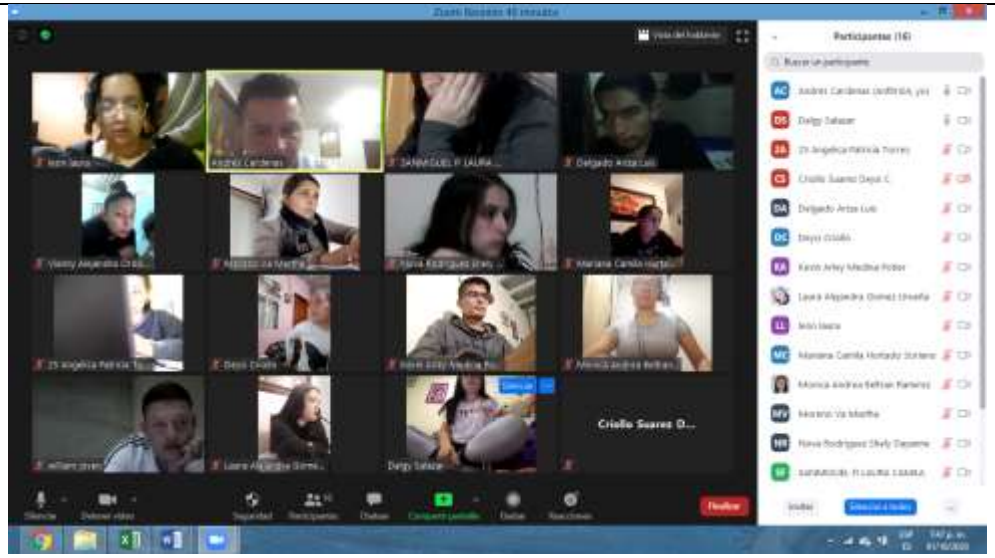
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

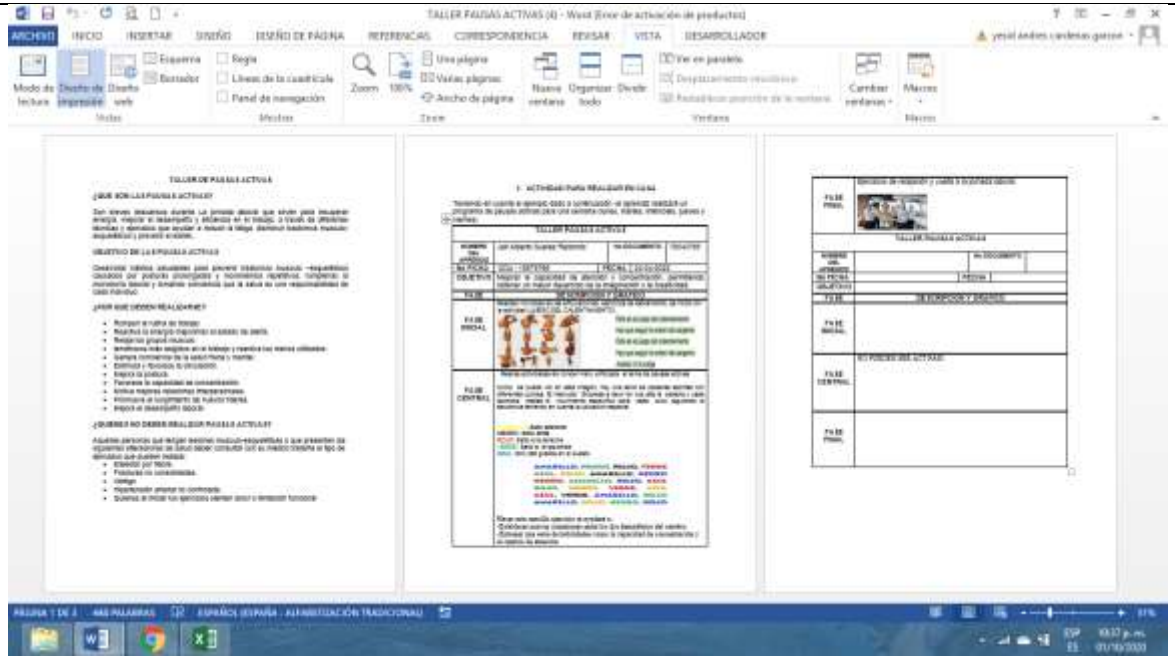
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy:	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



02 DE OCTUBRE DE 2020:

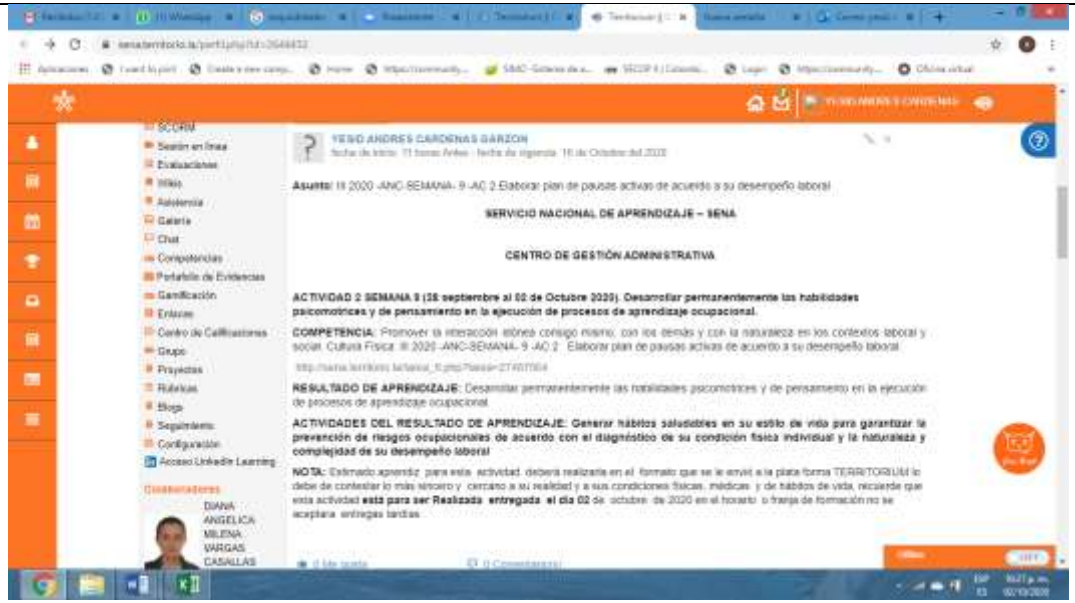
Se realizó la clase en ZOOM.

En donde se realizó la sesión de cultura física **Elaborar plan de pausas activas de acuerdo a su desempeño laboral** en la franja de formación se desarrolla la actividad bajo las indicaciones del instructor.

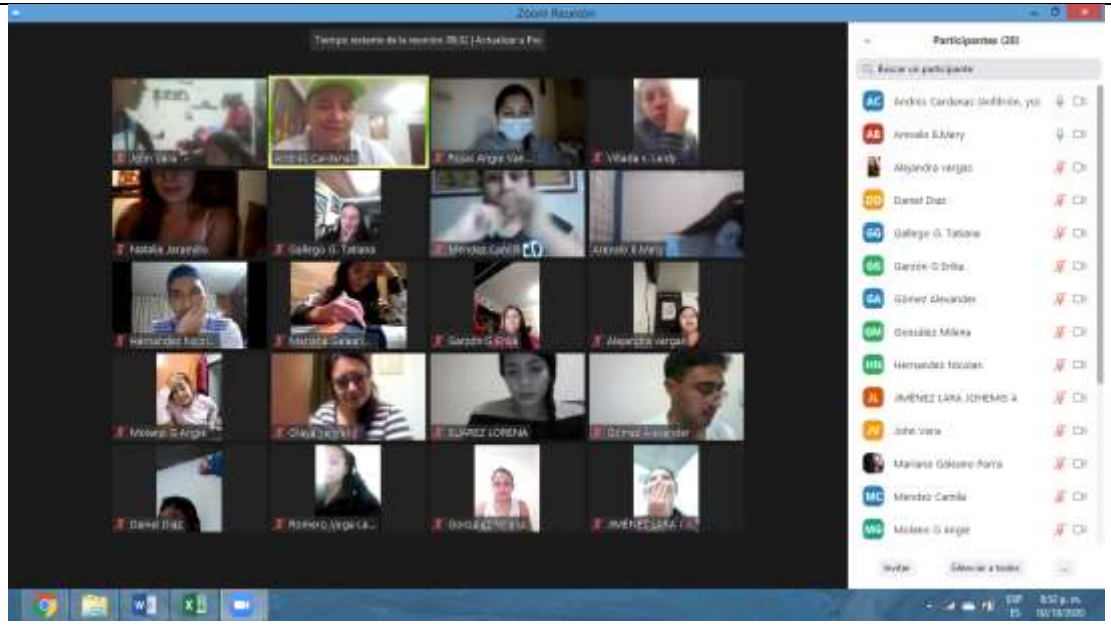
se desarrollan las actividades de esta franja de formación a través de la plataforma través de la plataforma ZOOM

PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**.**

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 https://sena.territorio.la/perfil.php?id=2644432	

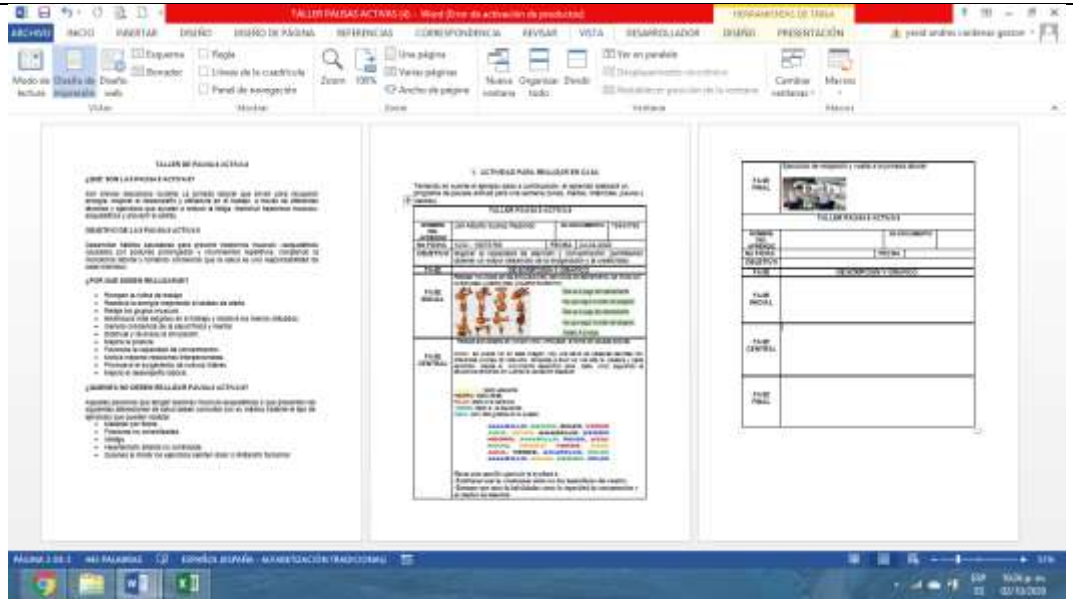
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Se realiza la clase en donde se hace la Clase a través de ZOOM en donde se realiza clase cargando las evidencias para la próxima clase. Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy:	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



05 DE OCTUBRE DE 2020:

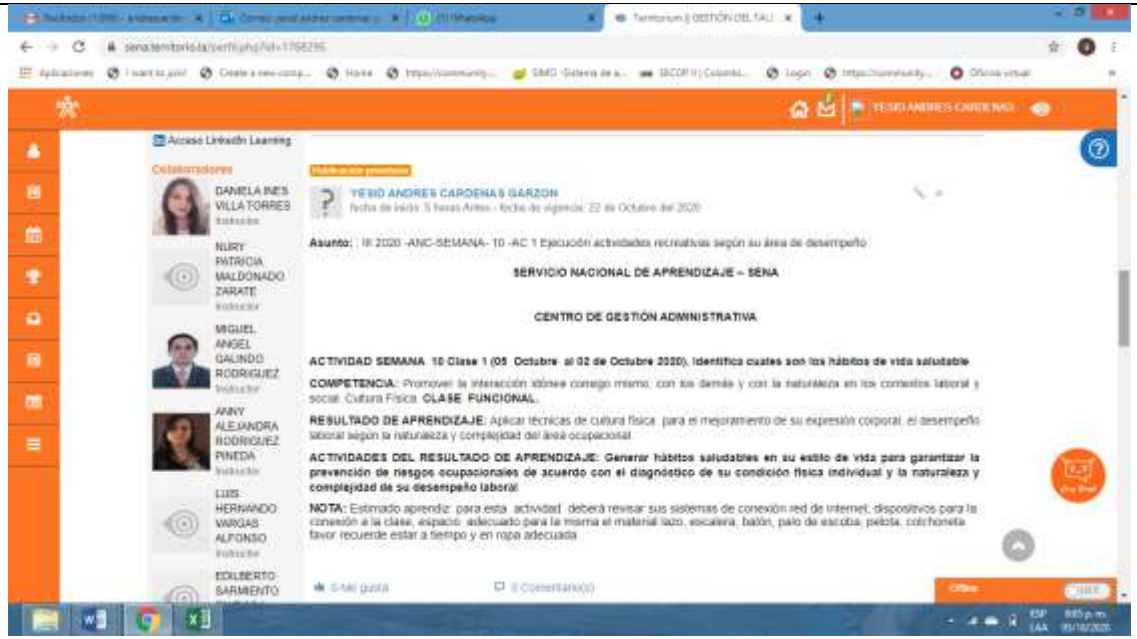
Se realizó la clase en ZOOM.

En donde se realizó la sesión de cultura física CLASE FUNCIONAL en donde se trabajó el todo lo compilado durante las 9 semanas trascurridas de este trimestre notificados los aprendices a través de TERRITORIUM para que estuvieran listo a la hora de la clase.

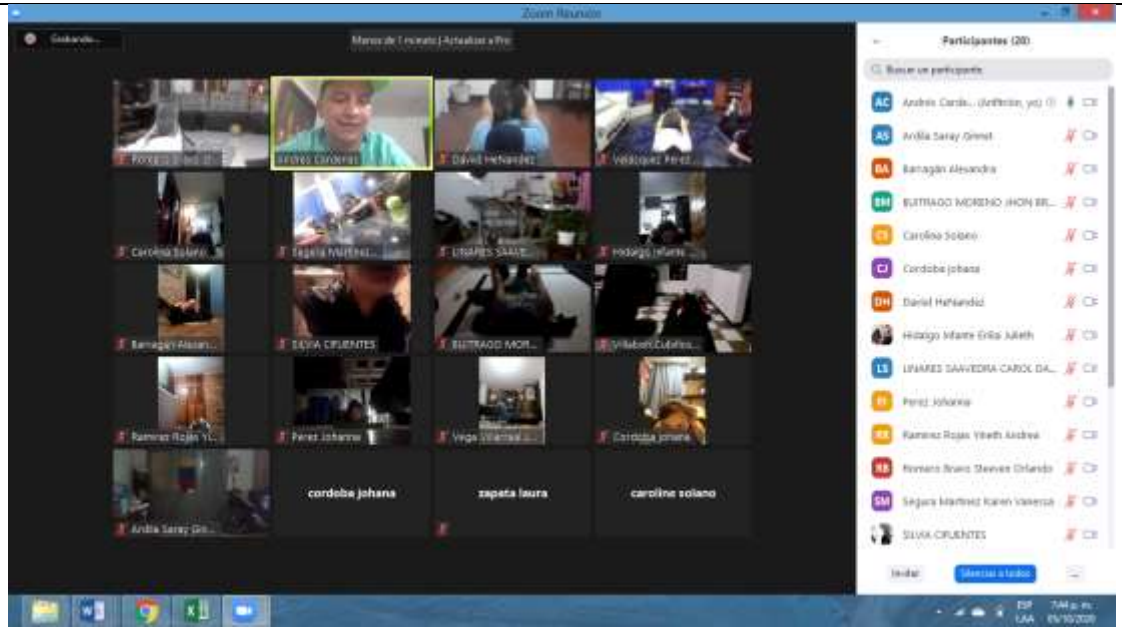
PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**.**

Clase plataforma TERRITORIUM cultura física.

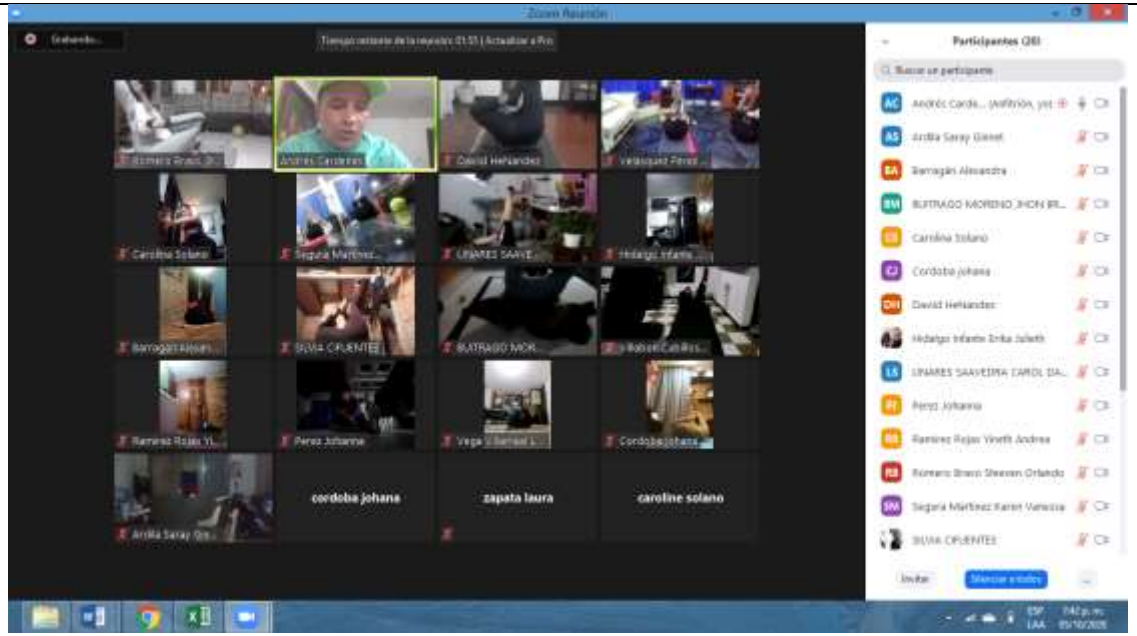
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 https://sena.territorio.la/perfil.php?id=1768295	

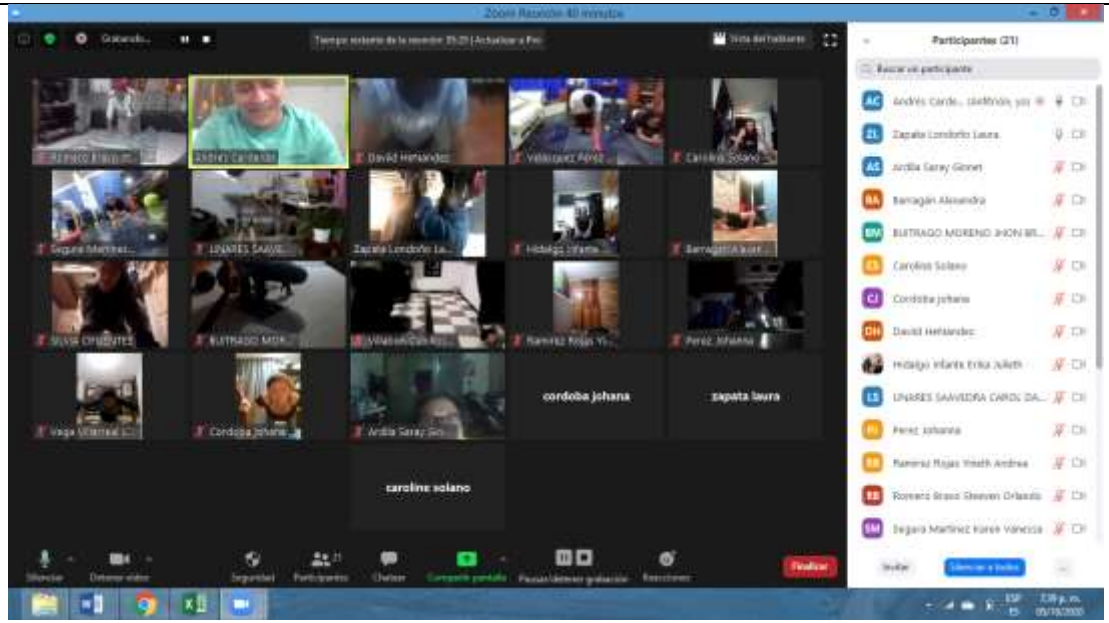
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

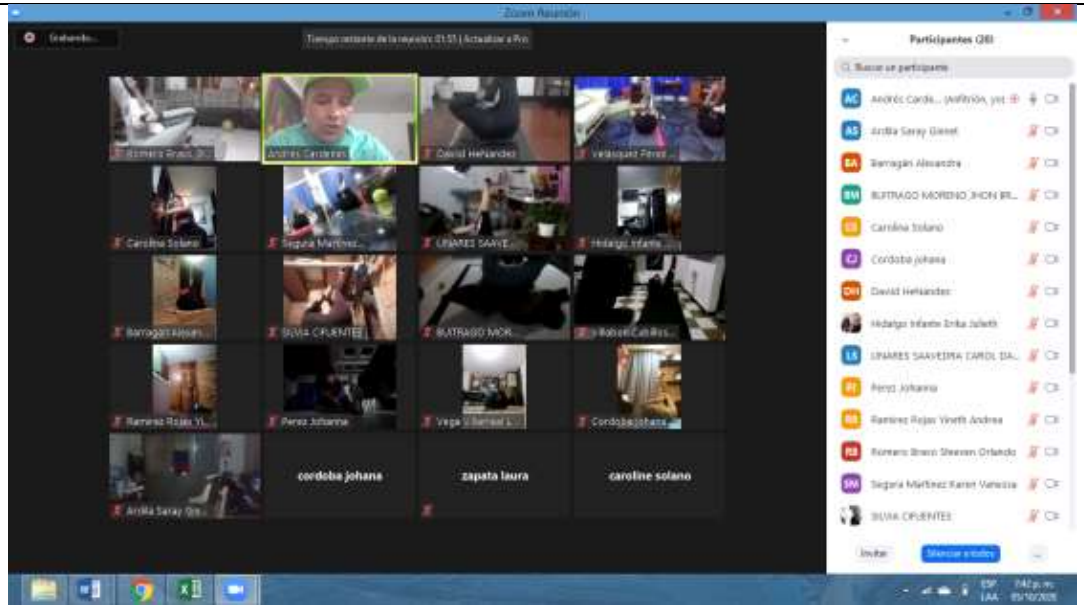
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy.	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



Semana 10 Clase 1 CLASE FUNCIONAL y envió de material en la Plataforma TERRITORIUM para la siguiente clase ejecución crono grama de trabajo para las fichas asociadas a este trimestre.

06 DE OCTUBRE DE 2020:

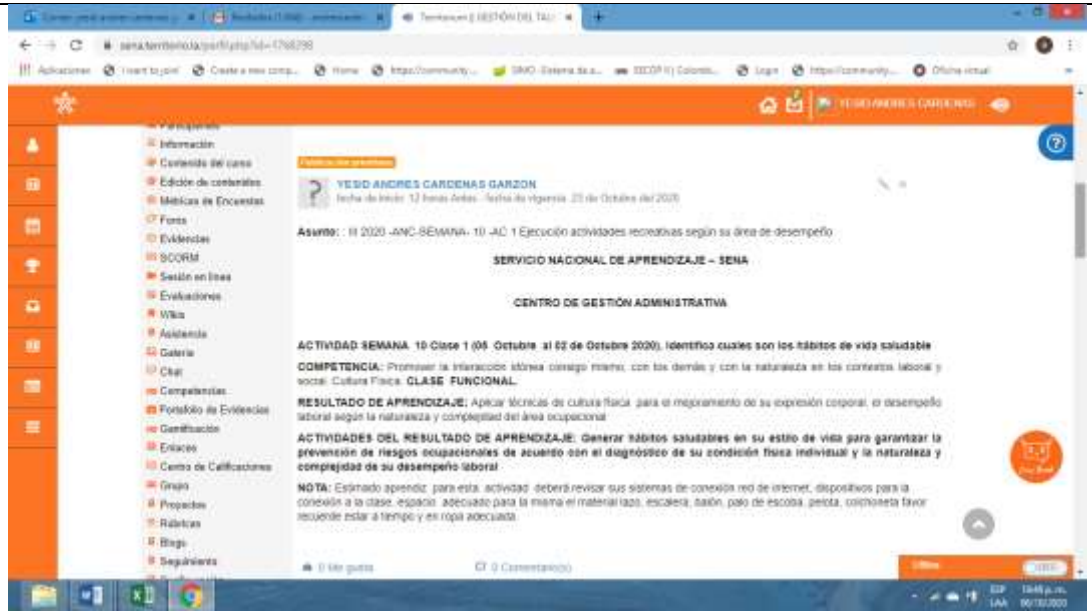
Se realizó la clase en ZOOM.

En donde se realizó la sesión de actividades propuestas para el día de hoy trabajo explicación de la **CLASE FUNCIONAL** donde se trabajó en la franja de formación se les envió el anuncio a través Territorioum a los aprendices de esta ficha.

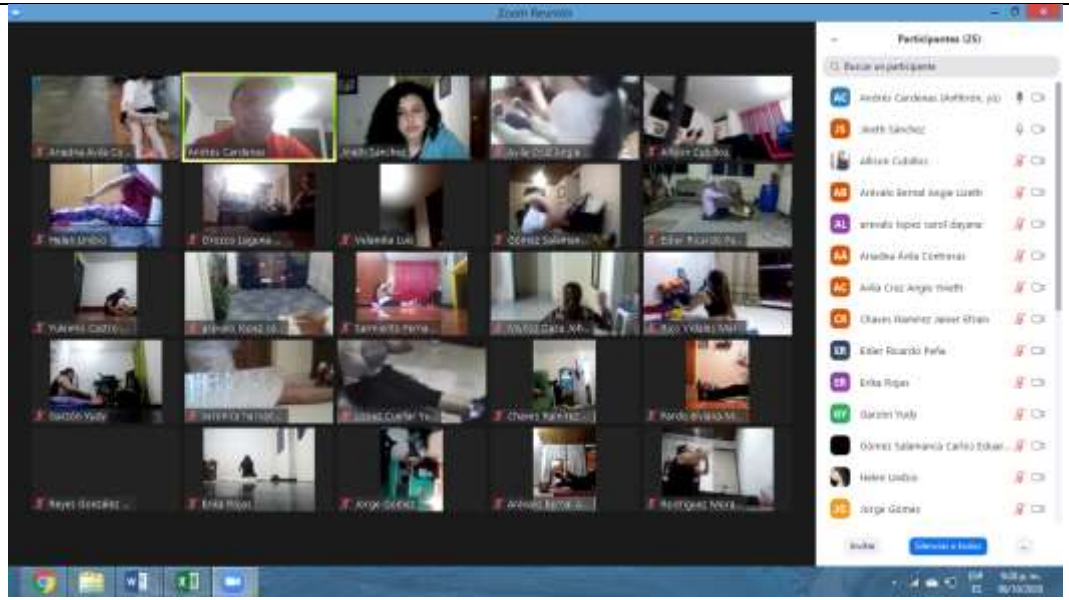
PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**.**

Clase plataforma ZOOM cultura física:

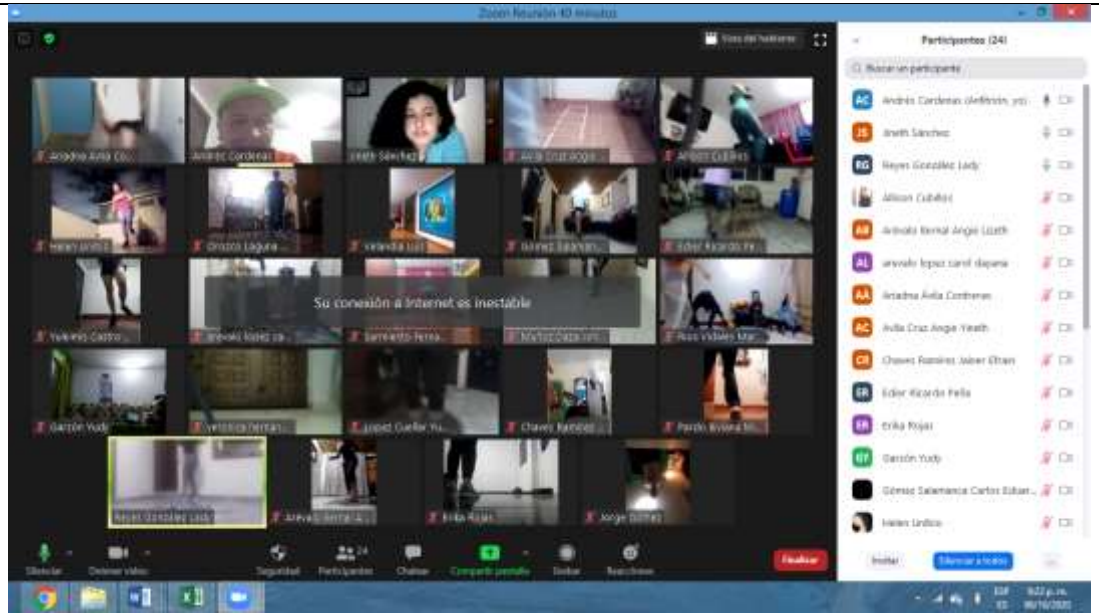
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 https://sena.territorio.la/perfil.php?id=1768298	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy:	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



Semana 10 Clase 1 control de asistencia a la clase funcional clase funcional a través de Zoom según crono grama de trabajo para las fichas asociadas a este trimestre.

07 DE OCTUBRE DE 2020:

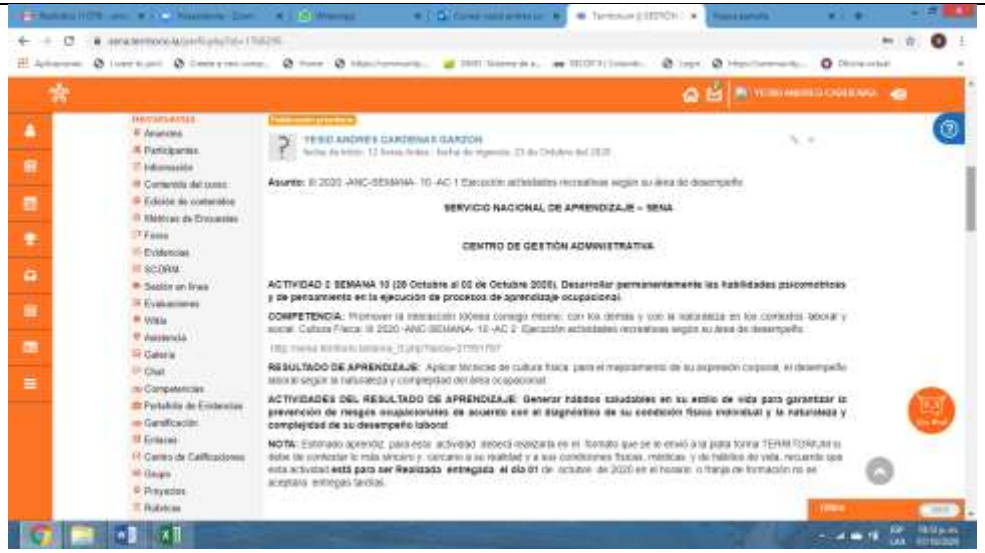
Se realizó la clase en ZOOM.

En donde se realizó la sesión de cultura física TALLER Ejecución actividades recreativas según su área de desempeño fueron notificados los aprendices a través de TERRITORIUM para que estuvieran listo a la hora de la clase.

PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**.**

Clase plataforma TERRITORIUM cultura física.

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



Asunto: El 2020 -ANC-SEMANA- 10 -AC 1 Ejecución actividades recreativas según su área de desempeño

SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE – SENA

CENTRO DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA

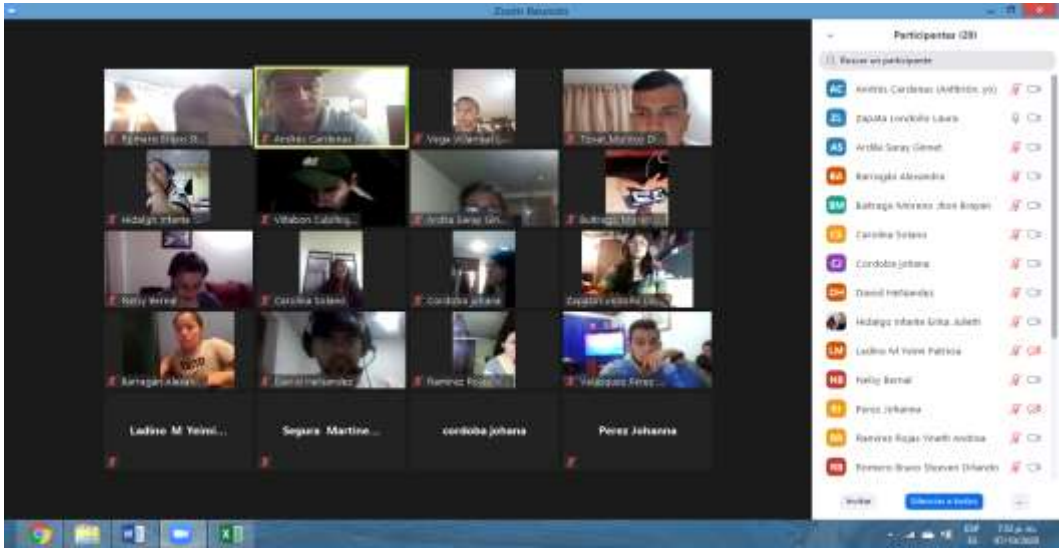
ACTIVIDAD 1 SEMANA 10 (26 Octubre al 30 de Octubre 2020). Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de procesos de aprendizaje ocupacional.

COMPETENCIA: Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social. Cultura Física: El 2020 -ANC-SEMANA- 10 -AC 2 Ejecución actividades recreativas según su área de desempeño

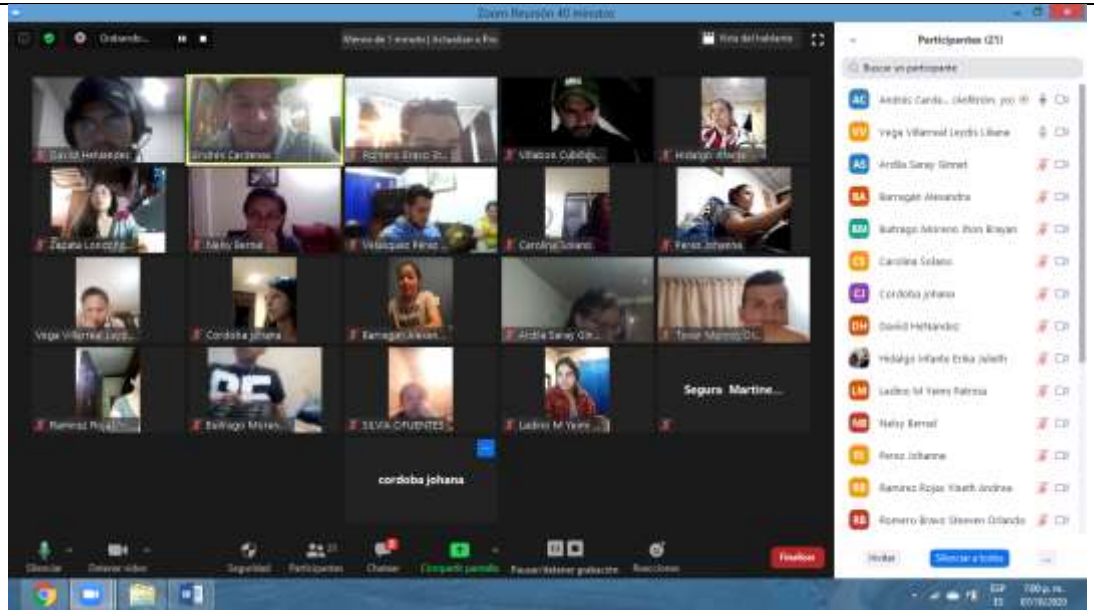
RESULTADO DE APRENDIZAJE: Aplicar técnicas de cultura física para el mejoramiento de su expresión corporal, el desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional.

ACTIVIDADES DEL RESULTADO DE APRENDIZAJE: Generar hábitos saludables en su estilo de vida para garantizar la prevención de riesgos ocupacionales de acuerdo con el diagnóstico de su condición física individual y la naturaleza y complejidad de su desempeño laboral

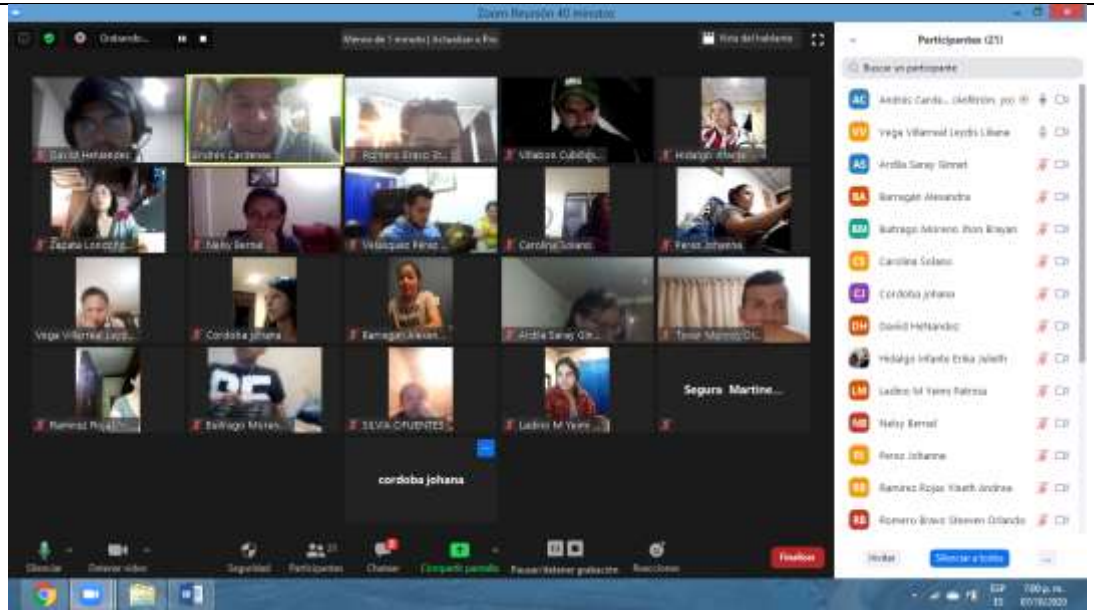
NOTA: Estimado aprendiz, para esta actividad deberá realizarla en el formato que se le envió a la pata forma TERMITORIUM tu debe de contestar lo más sincero y cercano a su realidad y a sus condiciones físicas, médicas y de hábitos de vida, recuerda que esta actividad **está para ser Realizada entregada el día 01** de octubre de 2020 en el horario o franja de formación no se aceptara entregas tardías.



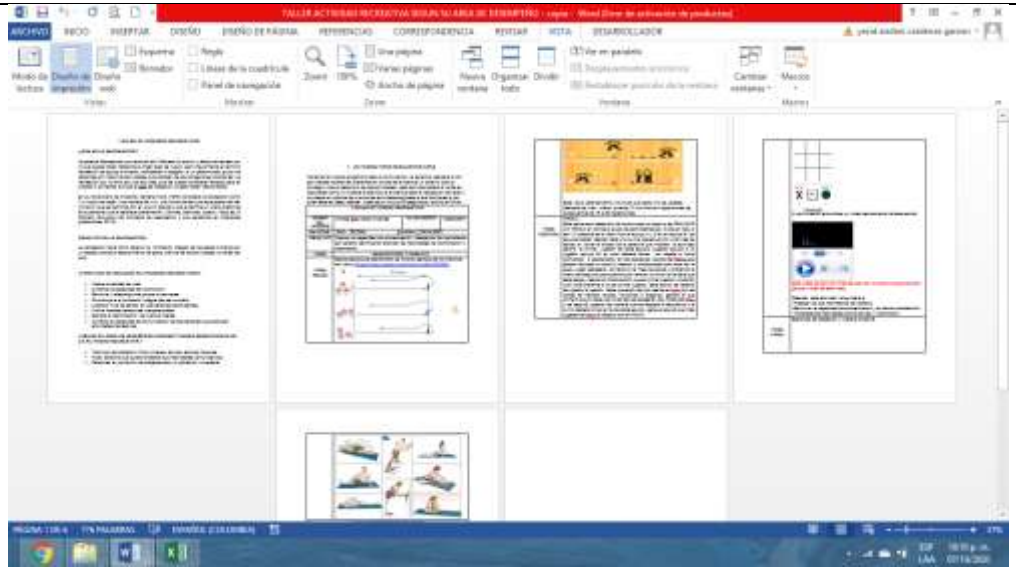
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



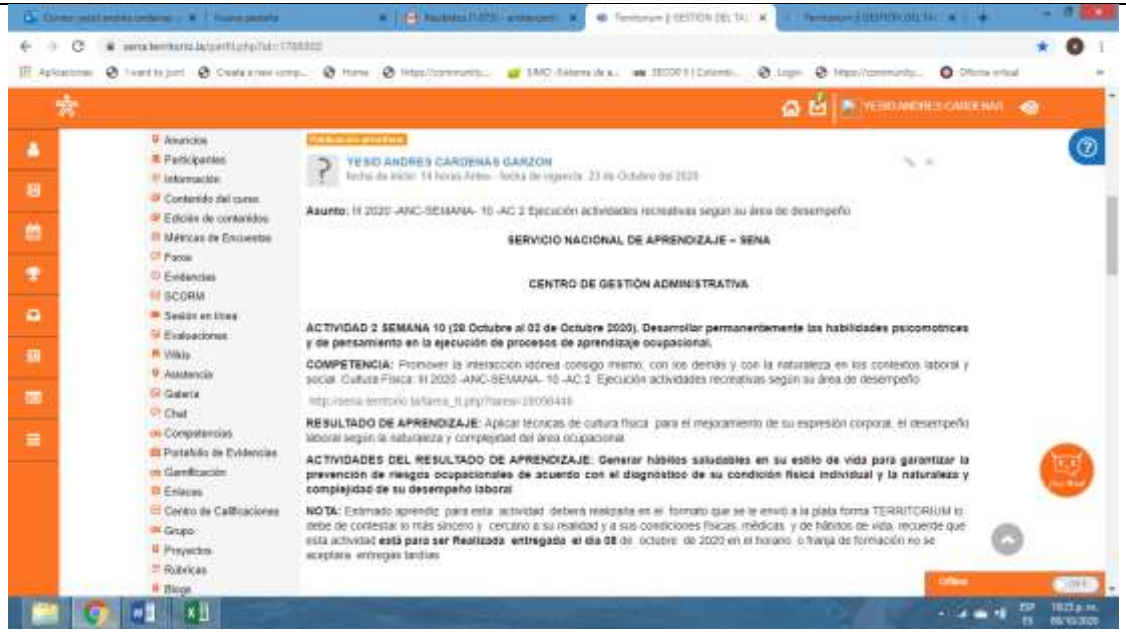
08 DE OCTUBRE DE 2020:

Se realizó la clase en ZOOM.

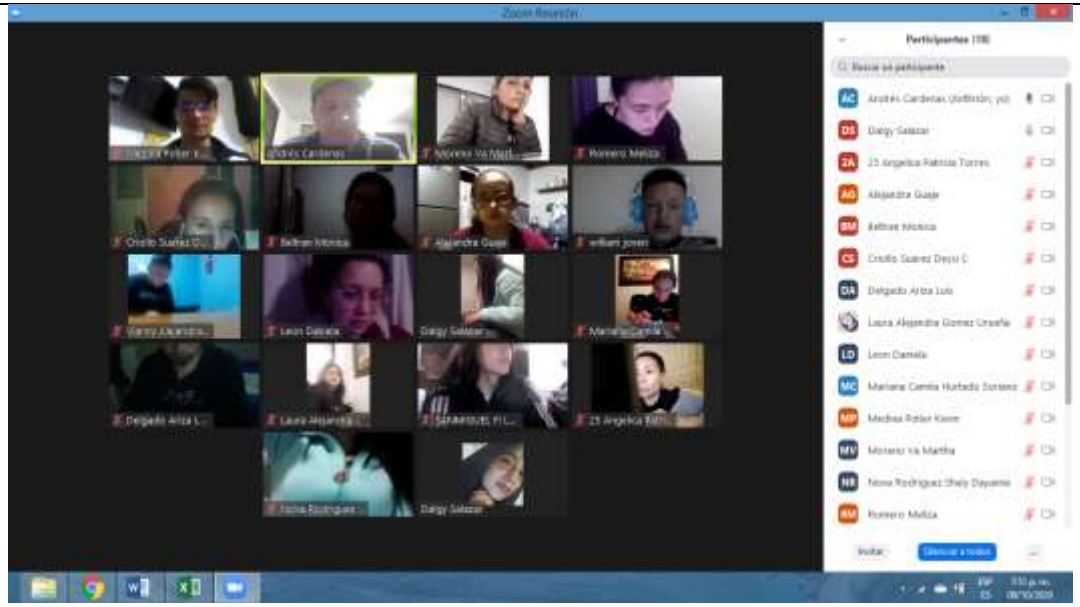
En donde se realizó la sesión de cultura física TALLER Ejecución actividades recreativas según su área de desempeño fueron notificados los aprendices a través de TERRITORIUM para que estuvieran listo a la hora de la clase.

PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**:**

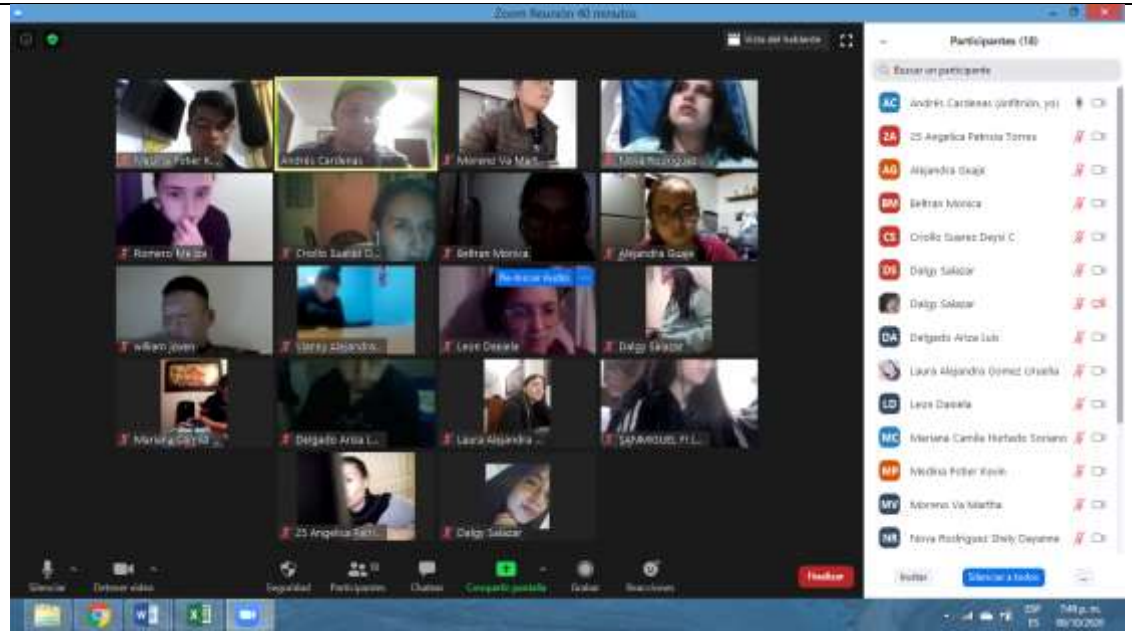
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 https://sena.territorio.la/perfil.php?id=1768302	

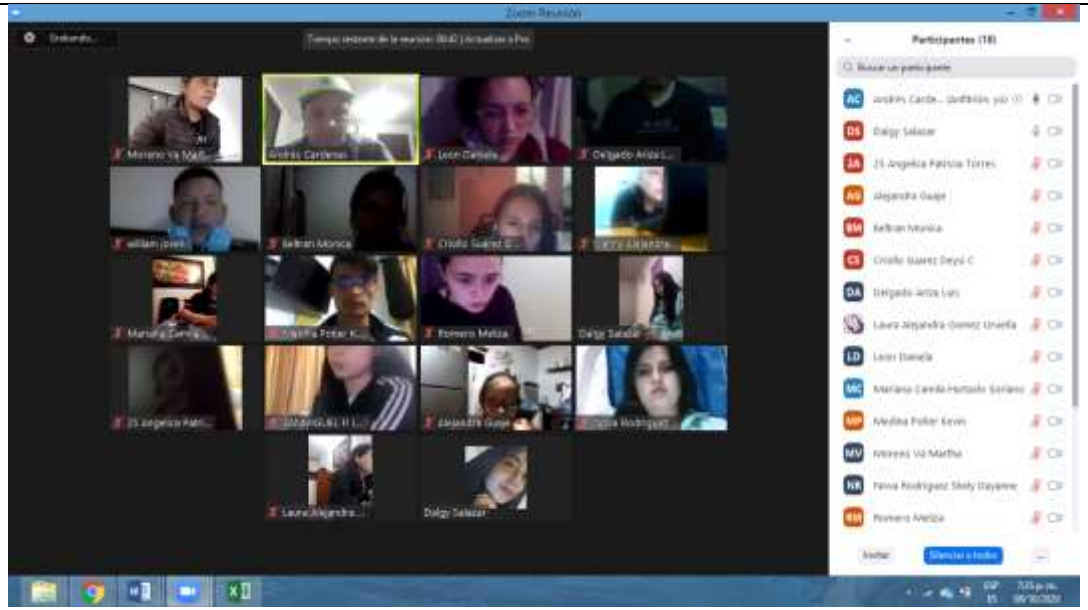
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy:

Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy:

09 DE SEPTIEMBRE DE 2020:

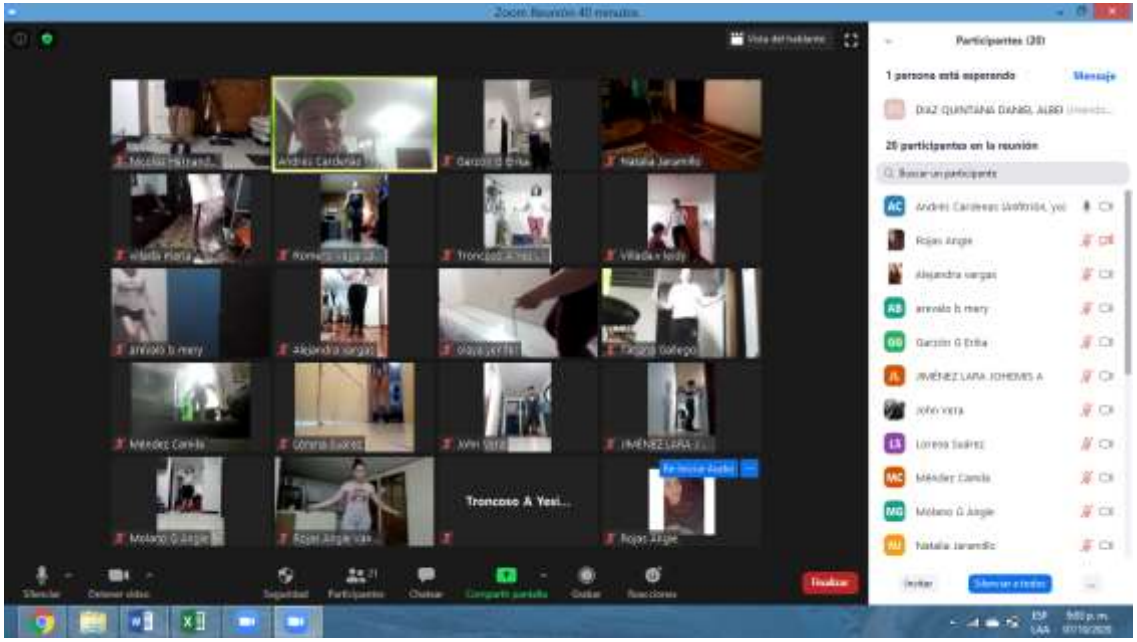
Se realizó la clase en ZOOM.

En donde se realizó la sesión de cultura física **CLASE FUNCIONAL** en la franja de formación se desarrolla la actividad bajo las indicaciones del instructor.

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	se desarrollan las actividades de esta franja de formación a través de la plataforma través de la plataforma ZOOM  https://sena.territorio.la/perfil.php?id=2644432 Se realizó la clase en ZOOM. En donde se realizó la sesión de cultura física **CLASE FUNCIONAL** en la franja de formación se desarrolla la actividad bajo las indicaciones del instructor. se desarrollan las actividades de esta franja de formación a través de la plataforma través de la plataforma ZOOM .	

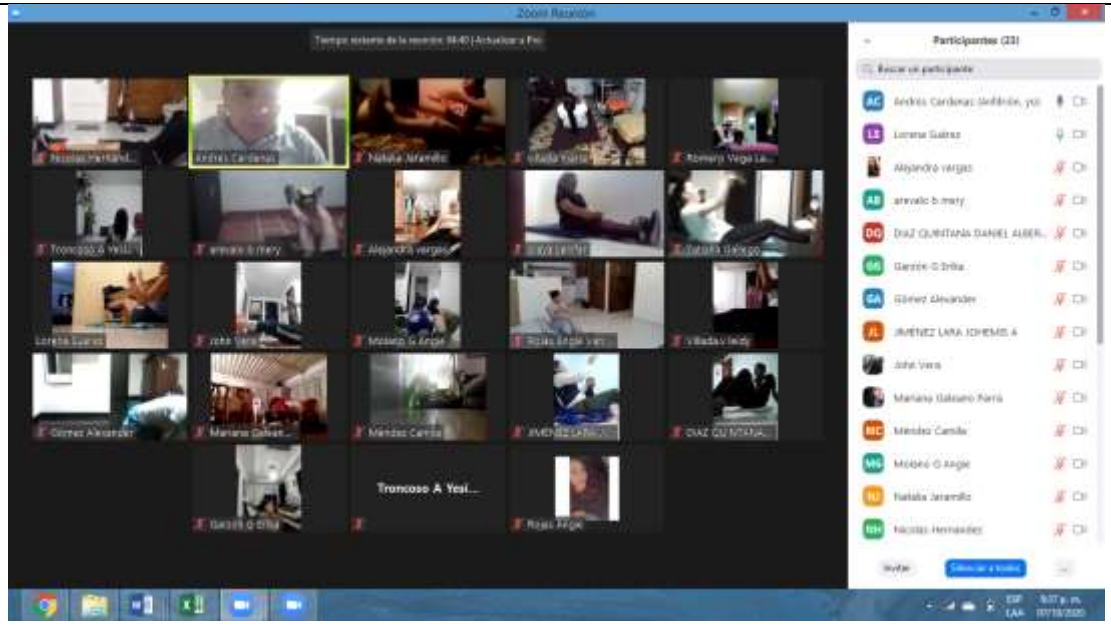
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA.  	

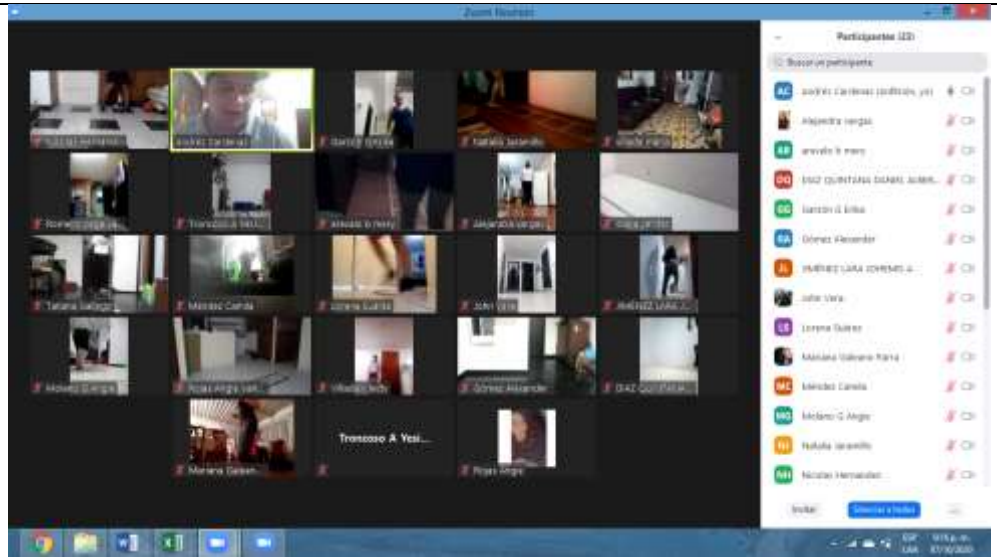
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

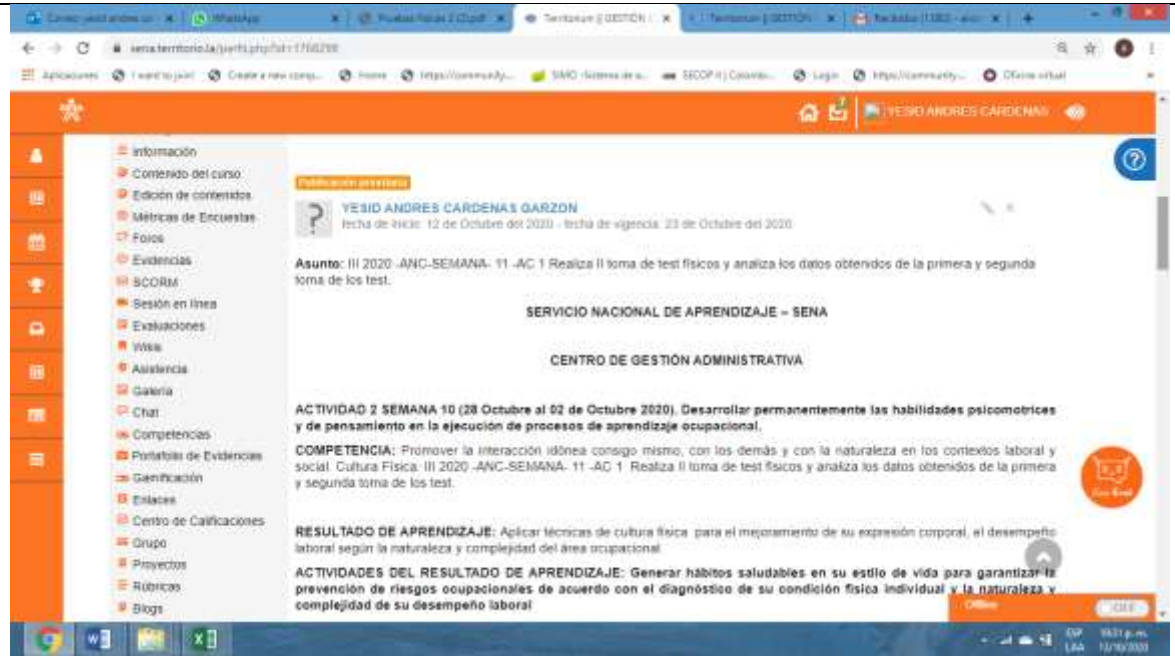
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Semana 10 Clase 1 CLASE FUNCIONAL donde se trabajó mano pedía viso pedía y coordinación envió de material en la Plataforma TERRITORIUM para la siguiente clase ejecución crono grama de trabajo para las fichas asociadas a este trimestre.	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 **13 DE OCTUBRE DE 2020:** Se realizó la clase en ZOOM. En donde se realizó la sesión de cultura física TALLER III 2020 -ANC-SEMANA- 11 -AC 1 Realiza II toma de test físicos y analiza los datos obtenidos de la primera y segunda toma de los test. fueron notificados los aprendices a través de TERRITORIUM para que estuvieran listo a la hora de la clase. PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**:**	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

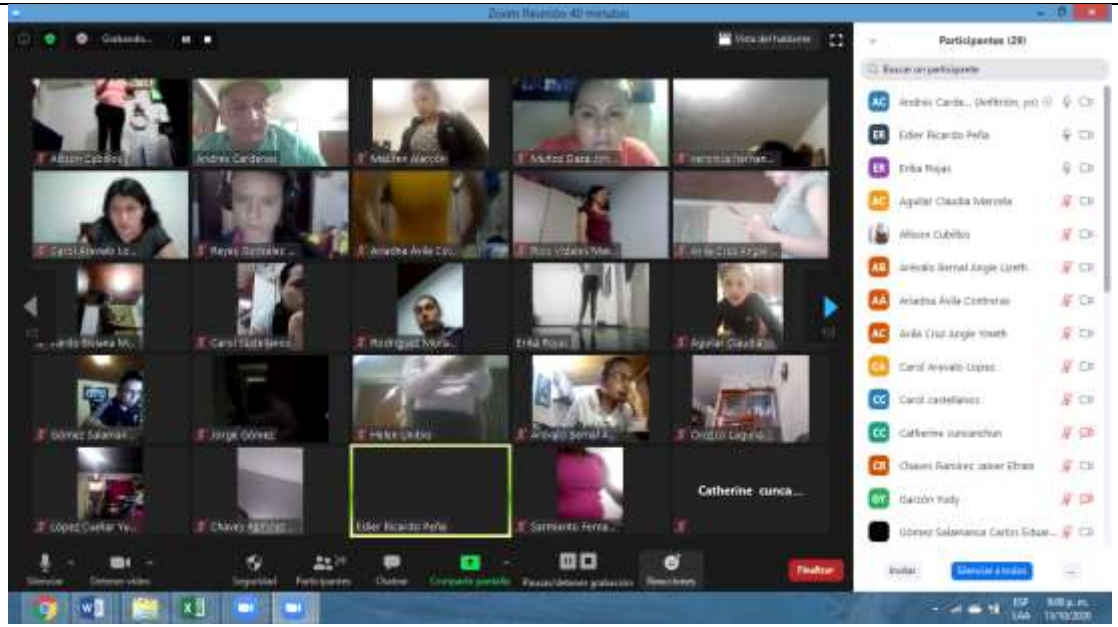


https://sena.territorio.la/perfil.php?id=1768298

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Se realiza la clase en donde se hace la case TALLER III 2020 -ANC-SEMANA- 11 -AC 1 Realiza II toma de test físicos y analiza los datos obtenidos de la primera y segunda toma de los test. a través de la plataforma ZOOM en donde se realiza clase cargando las evidencias para el día de hoy. Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy:	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



14 DE OCTUBRE DE 2020

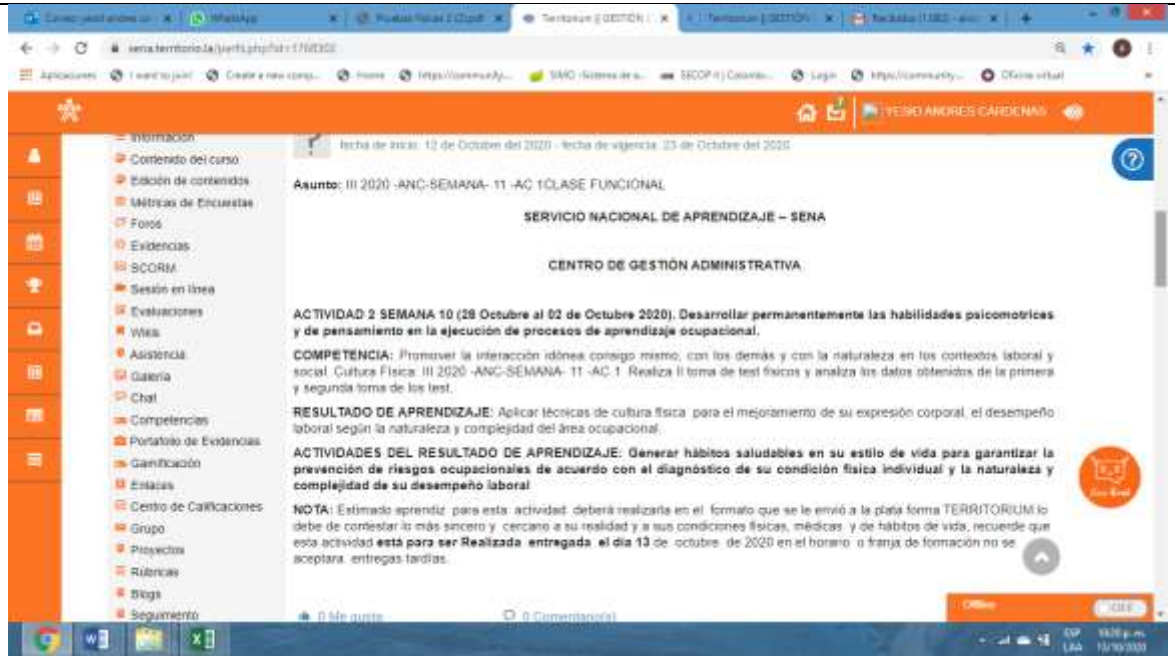
Se realizó la clase en ZOOM.

En donde se realizó la sesión de cultura física TALLER III 2020 -ANC-SEMANA- 11 -AC 1 Realiza II toma de test físicos y analiza los datos obtenidos de la primera y segunda toma de los test.

fueron notificados los aprendices a través de TERRITORIUM para que estuvieran listo a la hora de la clase.

PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**:**

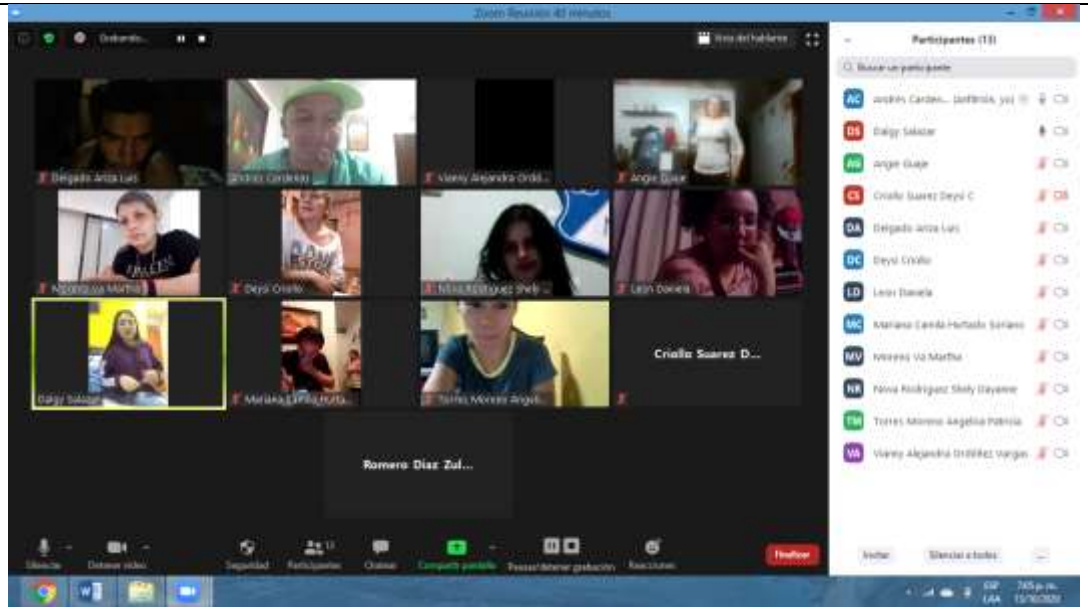
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 https://sena.territorio.la/perfil.php?id=1768302	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy:	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



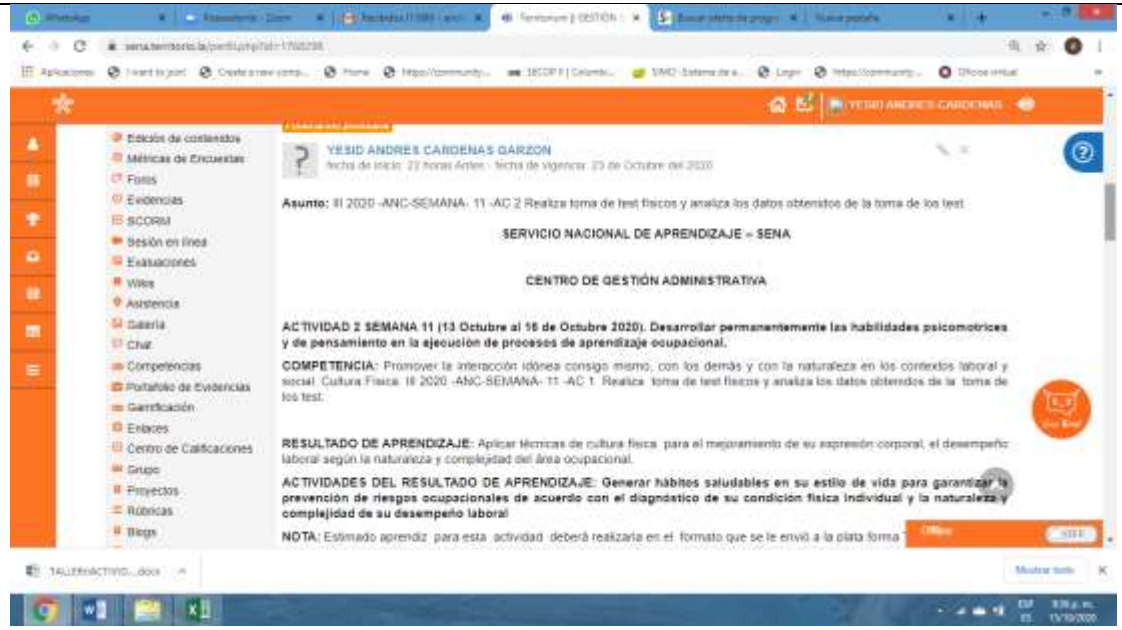
15 DE OCTUBRE DE 2020

Se realizó la clase en ZOOM.

En donde se realizó la sesión de cultura física TALLER III 2020 -ANC-SEMANA- 11 -AC 2 CIERRE DE TRIMESTRE ELABORACION DEL ACTA DE CIERRE ENTREGA DE LA NOTA FINAL los aprendices fueron notificados los aprendices a través de TERRITORIUM para que estuvieran listo a la hora de la clase.

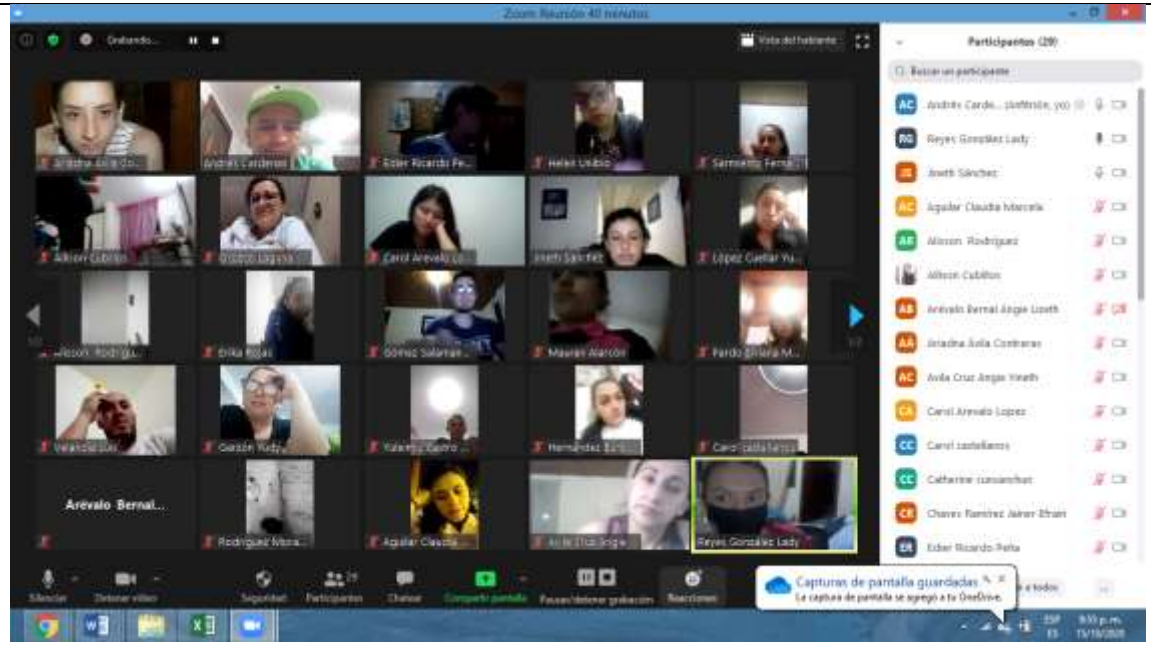
PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA**:**

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



https://sena.territorio.la/perfil.php?id=1768298

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



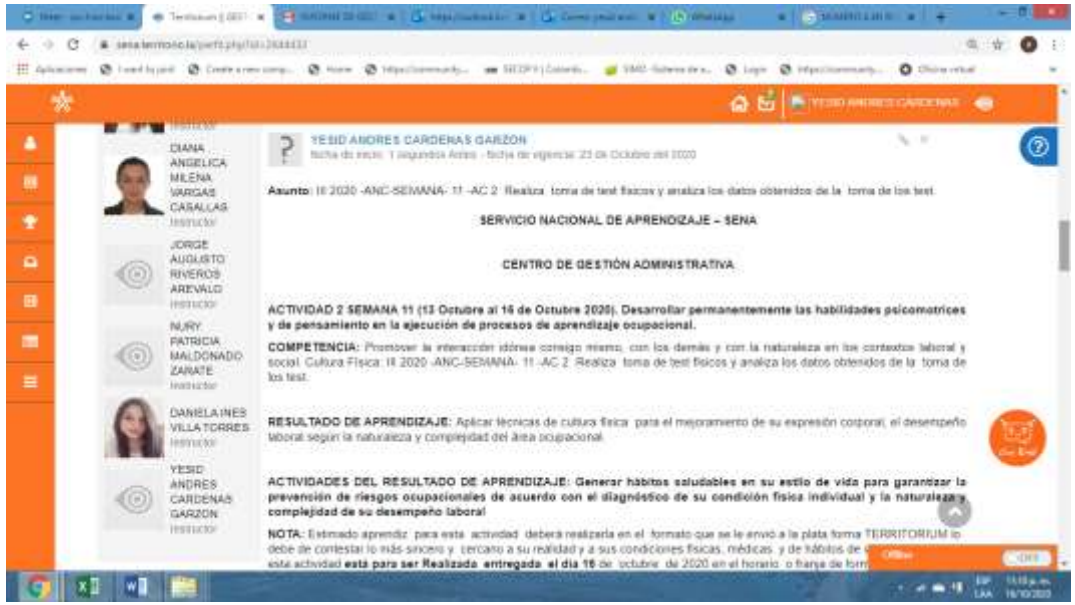
Se realiza la clase en donde se hace la case TALLER CIERRE DE TRIMESTRE ELABORACION DEL ACTA DE CIERRE ENTREGA DE LA NOTA FINAL de la plataforma ZOOM en donde se realiza clase cargando las evidencias para el día de hoy.

16 DE OCTUBRE DE 2020

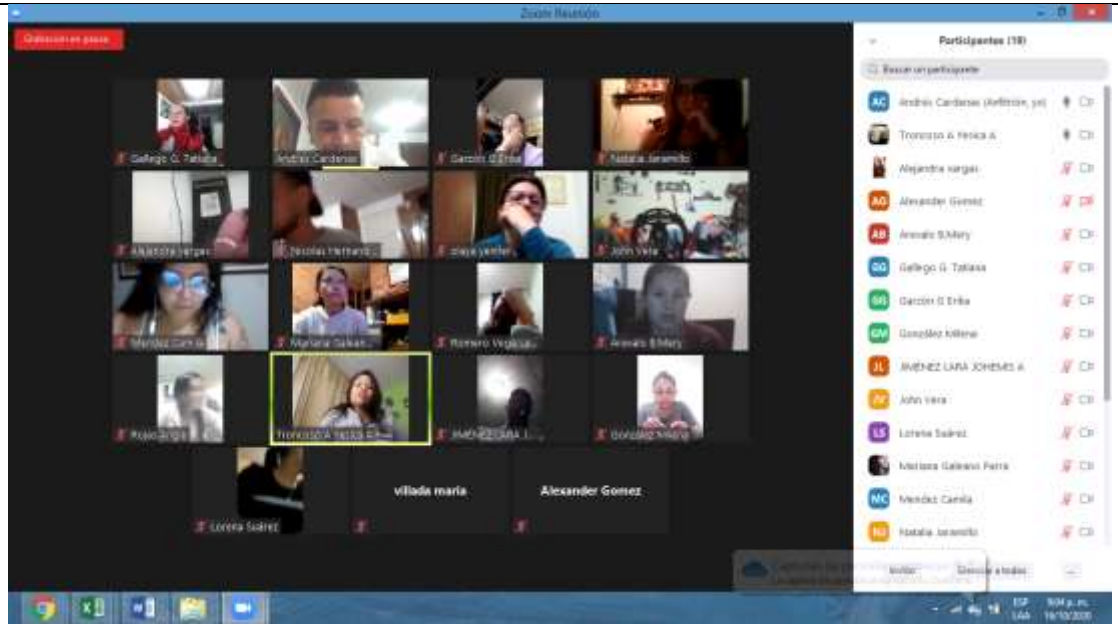
Se realizó la clase en ZOOM.

En donde se realizó la sesión de cultura física III 2020 -ANC-SEMANA- 11 -AC 1 CIERRE DE TRIMESTRE ELABORACION DEL ACTA Y ENTREGA DE NOTAS en la franja de formación se desarrolla la actividad bajo las indicaciones del instructor.

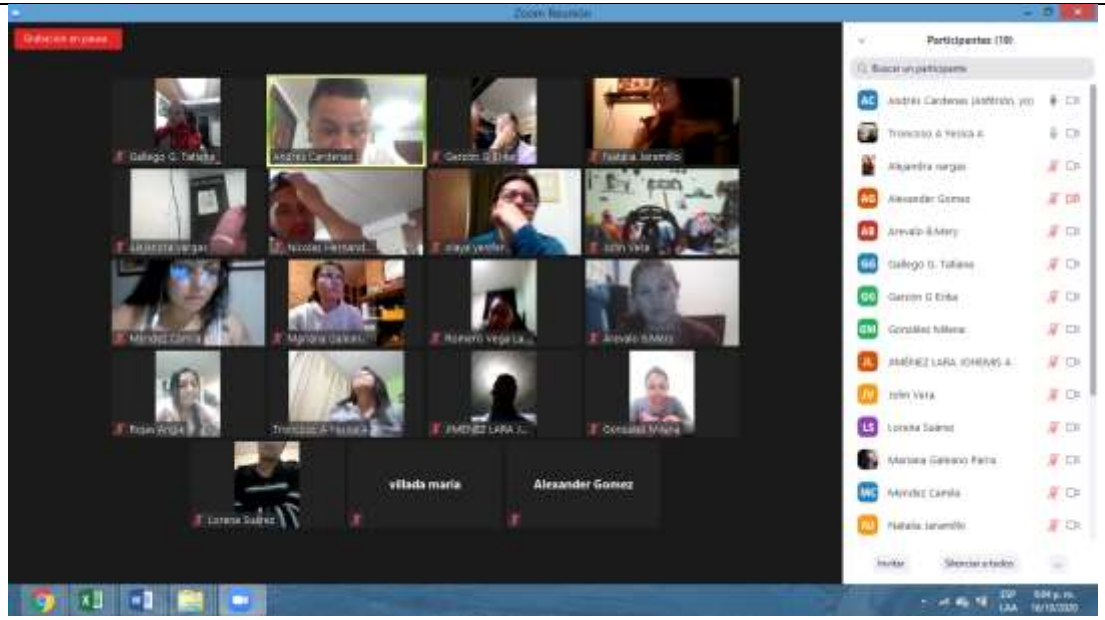
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	se desarrollan las actividades de esta franja de formación a través de la plataforma través de la plataforma ZOOM PROMOVER LA INTERACCION IDONEA CONSIGO MISMO CON LOS DEMAS CULTURA FISCA.  https://sena.territorio.la/perfil.php?id=2644432	

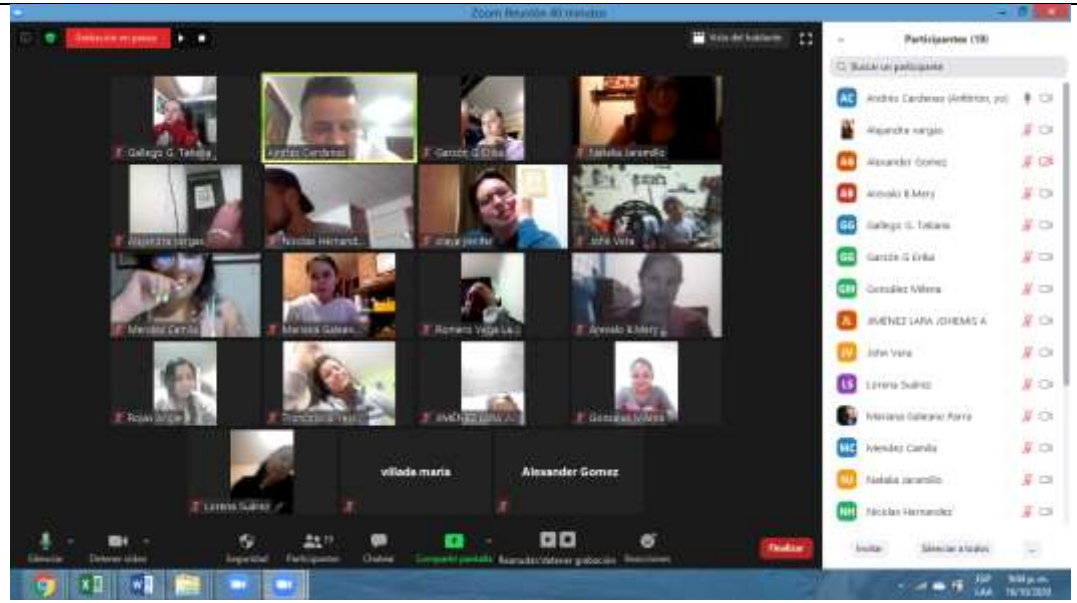
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

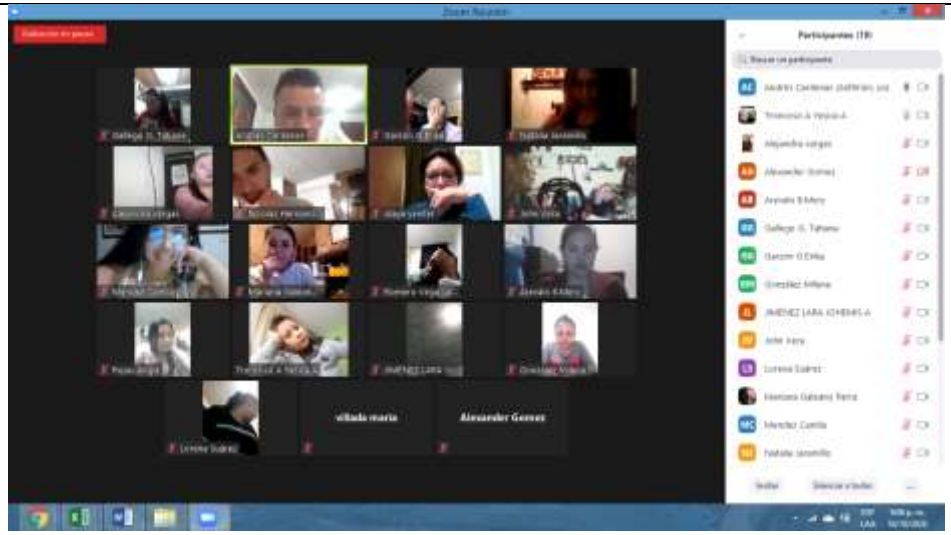
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

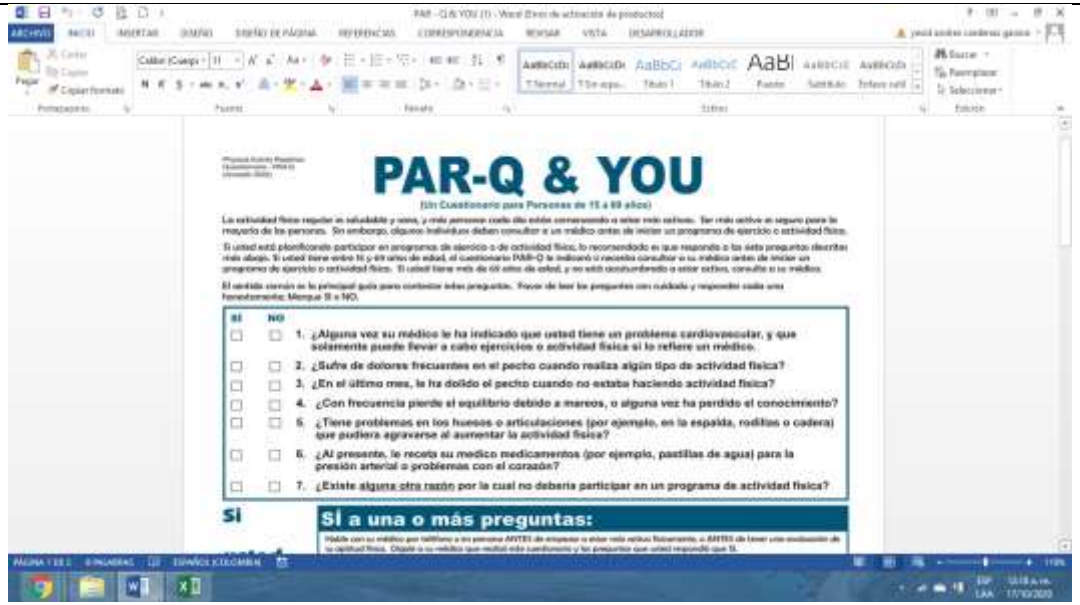
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Se realiza la clase en donde se hace la clase III 2020 -ANC-SEMANA- 11 -AC CIERRE DE TRIMESTRE ELABORACION DEL ACTA Y ENTREGA DE NOTAS a través de ZOOM en donde se realiza clase cargando las evidencias para la próxima clase. Se adjunta en este formato los diferentes pantallazos tomados evidenciando la asistencia para la clase del día de hoy:	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

	 Semana 11 Clase 2 envió de material en la Plataforma TERRITORIUM para la siguiente clase ejecución crono grama de trabajo para las fichas asociadas a este trimestre. **SEMANA DEL 19 AL 23 DE OCTUBRE DE 2020:** SE trabajara según cronograma establecido para este trimestre, se realiza ejecución del cronograma establecido: Inducción al programa de formación Cultura Física, Taller Taller 1. Identifica cuales son los hábitos de vida saludable.	

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co



PAR-Q & YOU

(Un Cuestionario para Personas de 15 a 69 años)

SI	NO	
☐	☐	1. ¿Alguna vez su médico le ha indicado que usted tiene un problema cardiovascular, y que solamente puede llevar a cabo ejercicios o actividad física si lo refiere un médico.
☐	☐	2. ¿Sufre de dolores frecuentes en el pecho cuando realiza algún tipo de actividad física?
☐	☐	3. ¿En el último mes, le ha dolido el pecho cuando no estaba haciendo actividad física?
☐	☐	4. ¿Con frecuencia pierde el equilibrio debido a mareos, o alguna vez ha perdido el conocimiento?
☐	☐	5. ¿Tiene problemas en los huesos o articulaciones (por ejemplo, en la espalda, rodillas o cadera) que pudiera agravarse al aumentar la actividad física?
☐	☐	6. ¿Al presente, le receta su medico medicamentos (por ejemplo, pastillas de agua) para la presión arterial o problemas con el corazón?
☐	☐	7. ¿Existe alguna otra razón por la cual no debería participar en un programa de actividad física?

Si

Si a una o más preguntas:

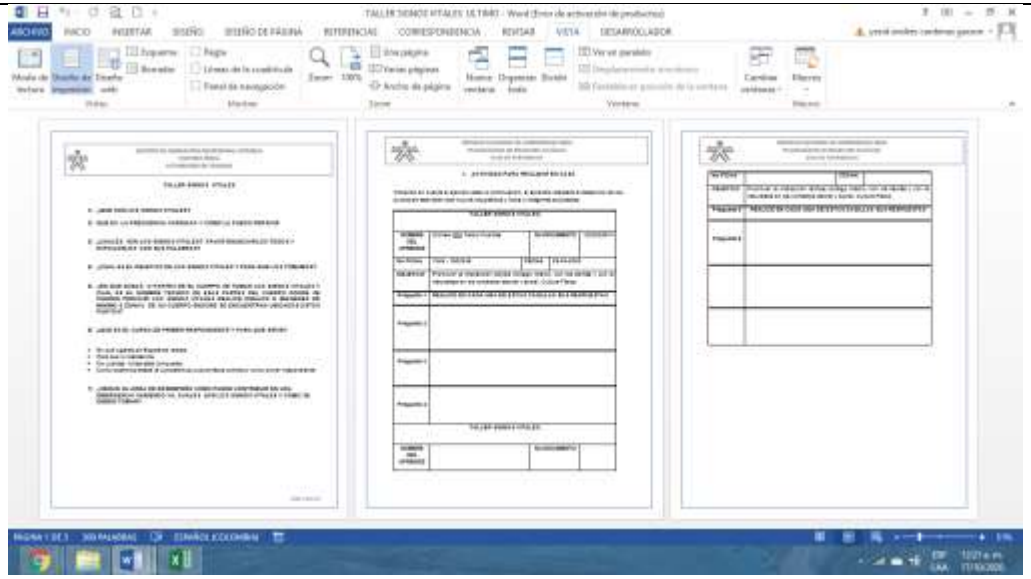
Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

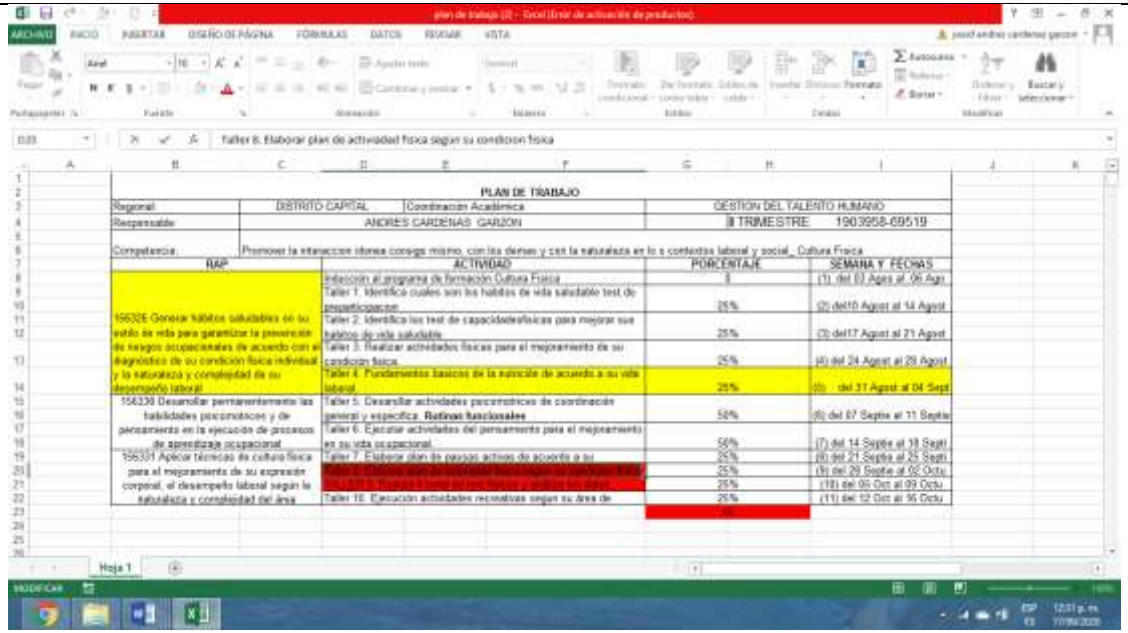


SEMANA DEL 26 AL 30 DE OCTUBRE DE 2020:

SE trabajara según cronograma establecido para este trimestre, se realiza ejecución del cronograma establecido: Taller 7. Elaborar plan de pausas activas de acuerdo a su desempeño laboral, Taller 8. Elaborar plan de actividad física según su condición física.

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

		
Valoración – Retroalimentación	Se realiza la Valoración y retro alimentación con cada una de las fichas relacionadas en este informe en donde franja de formación se realiza las aclaraciones respectivas despejar las dudas, a las que haya lugar clarificando todas las inquietudes de todos los aprendices que ven la competencia CULTURA Física.	CORREO,WHATSAPP Y DRIVE
Material de Apoyo	Se relacionan los informes de gestión diaria enviados a la coordinación académica. Se adjunta en el archivo que se relacionan a continuación en el presente informe.	CORREO Y DRIVE
Plan de Trabajo	Se adjunta archivo	CORREO DRIVE



PLAN DE TRABAJO

Regional:	DISTRITO CAPITAL	Coordinación Académica:	GESTION DEL TALENTO HUMANO
Responsable:	ANDRES CARDENAS GARZON		II TRIMESTRE 1903958-69519
Competencia:	Promover la interacción idónea consigo mismo, con las demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social_ Cultura Física		

RAP	ACTIVIDAD	PORCENTAJE	SEMANA Y FECHAS
156326 Generar hábitos saludables en su estilo de vida para garantizar la prevención de riesgos ocupacionales de acuerdo con el diagnóstico de su condición física individual y la naturaleza y complejidad de su desempeño laboral	Inducción al programa de formación Cultura Física	0	(1) del 03 Agos al 06 Ago
	Taller 1. Identifica cuales son los hábitos de vida saludable test de especificación	25%	(2) del10 Agost al 14 Agost
	Taller 2. Identifica los test de capacidadesfísicas para mejorar sus hábitos de vida saludable	25%	(3) del17 Agost al 21 Agost
	Taller 3. Realizar actividades físicas para el mejoramiento de su condicion física	25%	(4) del 24 Agost al 28 Agost
	Taller 4. Fundamentos basicos de la nutrición de acuerdo a su vida laboral	25%	(5) del 31 Agost al 04 Sept
156330 Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de procesos de aprendizaje ocupacional	Taller 5. Desarrollar actividades psicomotrices de coordinación general y especifica. **Rutinas funcionales**	50%	(6) del 07 Septie al 11 Septie
	Taller 6. Ejecutar actividades del pensamiento para el mejoramiento en su vida ocupacional	50%	(7) del 14 Septie al 18 Septi
156331 Aplicar técnicas de cultura física para el mejoramiento de su expresión corporal, el desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área	Taller 7. Elaborar plan de pausas activas de acuerdo a su	25%	(8) del 21 Septie al 25 Septi
	[redacted]	25%	(9) del 28 Septie al 02 Octu
	[redacted]	25%	(10) del 05 Oct al 09 Octu
	Taller 10. Ejecución actividades recreativas segun su área de	25%	(11) del 12 Oct al 16 Octu
		0%	

Reporte de participación – asistencia de aprendices:	Situaciones presentadas y Acciones que se realizaron para solucionarlas:
Reporte de participación – asistencia de aprendices: TRIMESTRE III 1966504 – 1966476 – 1966491- 2065119 -1966515 – 2183417 – 2193020 - 2065117	Situaciones presentadas y Acciones que se realizaron para solucionarlas: ninguna

Línea de atención al ciudadano: 018000 910270
Línea de atención al empresario: 018000 910682
@SENAcomunica
www.sena.edu.co

PLAN DE TRABAJO

Regional:	DISTRITO CAPITAL	Coordinación Académica:	GESTION DEL TALENTO HUMANO		
Responsable:	ANDRES CARDENAS GARZON			TTIMESTRE:1966504/ 1966476/1966491/1966476/2065119 FICHAS IV TRIMESTRE:2183417/ 2065117/2193020	
Competencia:					

RAP	ACTIVIDAD	%	SEMANA	FECHAS	
156326 Generar hábitos saludables en su estilo de vida para garantizar la prevención de riesgos ocupacionales de acuerdo con el diagnóstico de su condición física individual y la naturaleza y complejidad de su desempeño laboral	Inducción al programa de formación Cultura Fisica	0	1	del 19 Oct 23 Oct	PRIMER SEMANA IV TRIMESTRE2020
	Taller 1. Identifica cuales son los habitos de vida saludable test de preparticipacion	25%	2	del 26 Oct al 30 Octu	
	Taller 2. Identifica los test de capacidadesfisicas para mejorar sus habitos de vida saludable	25%	3	del 02 Nov al 06 Nov	
	Taller 3. Realizar actividades fisicas para el mejoramiento de su condición fisica.	25%	4	del 09 Nov Al 13 Nov	
	Taller 4. Fundamentos basicos de la nutrición de acuerdo a su vida laboral.	25%	5	del 16 Nov al 20 Nov	
156338 Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de procesos de aprendizaje ocupacional	Taller 5. Desarollar actividades psicomotrices de coordinación general y especifica. **Rutinas funcionales**	50%	6	del 23 nov al 27 Nov	
	Taller 6. Ejecutar actividades del pensamiento para el mejoramiento en su vida ocupacional.	50%	7	del 30 Nov al 04 Dici	
156331 Aplicar técnicas de cultura física para el mejoramiento de su expresión corporal, el desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área	Taller 7. Elaborar plan de pausas activas de acuerdo a su	25%	8	del 07 Dic al 11 Dic	
	Taller 8. Elaborar plan de activiadad fisica segun su condicion fisica	25%	9	del 14 Dic al 16 Dic	
	TALLER 9. **Rea**liza II toma de test fisicos y análiza los datos	25%	10	del 05 Oct al 09 Octu	PENULTIMA SEMNA III TRIMESTRE
	Taller 10. Ejecución actividades recreativas segun su área de	25%	11	del 12 Oct al 16 Octu	CIERRE DE III TRIMESTRE