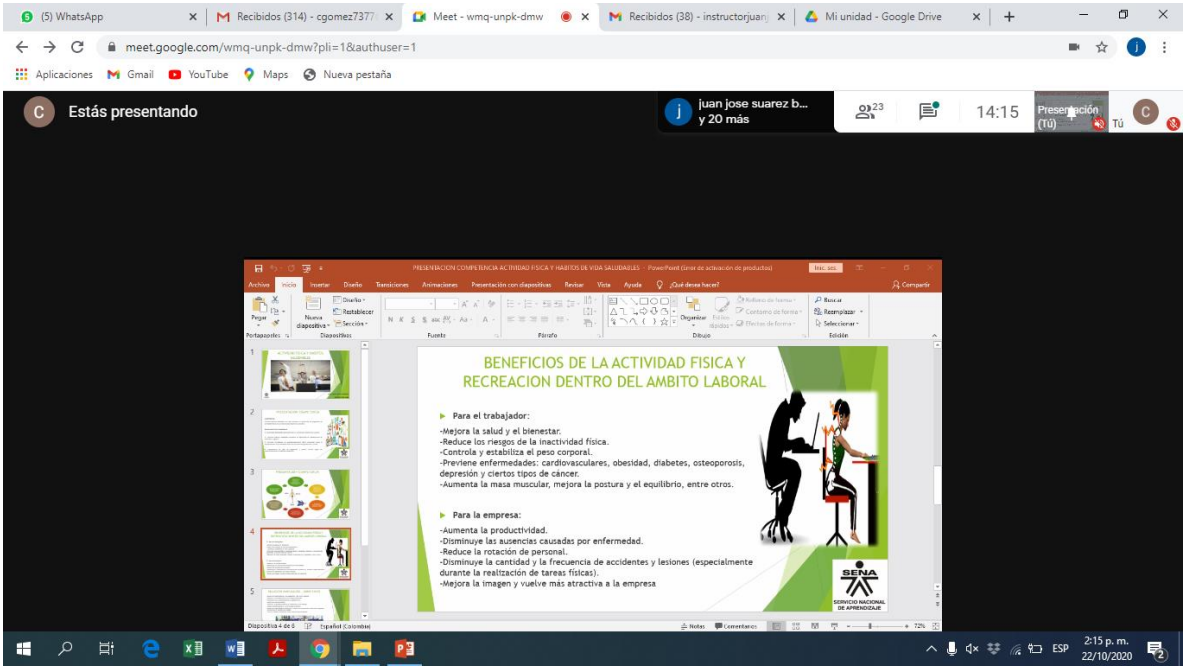
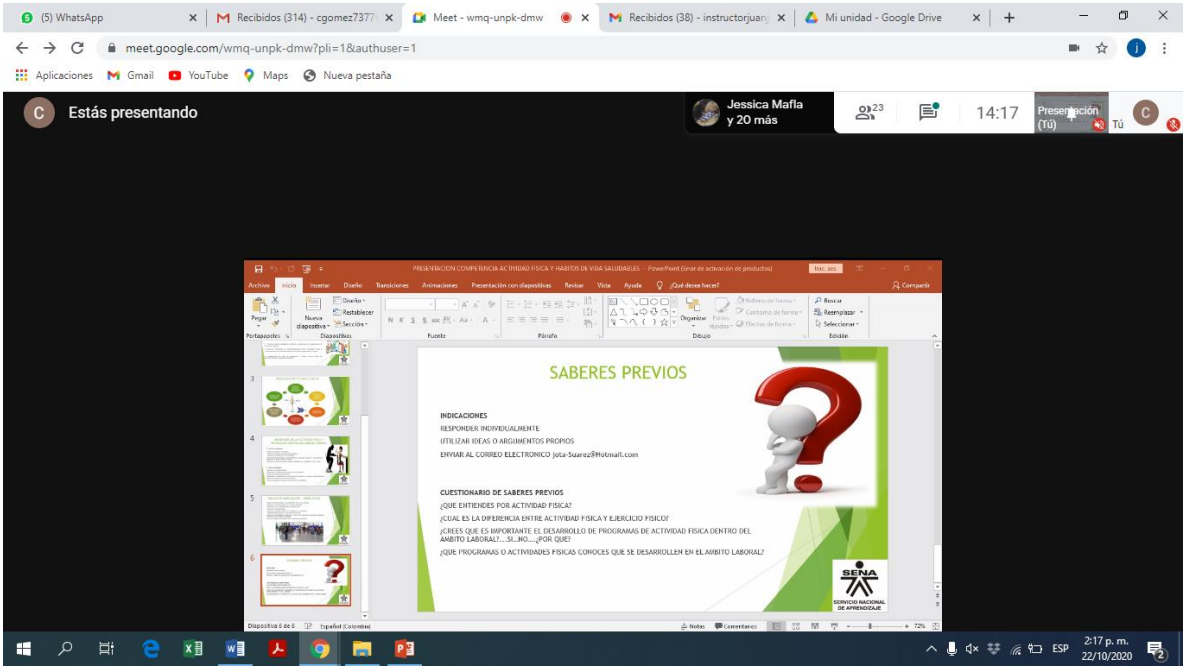
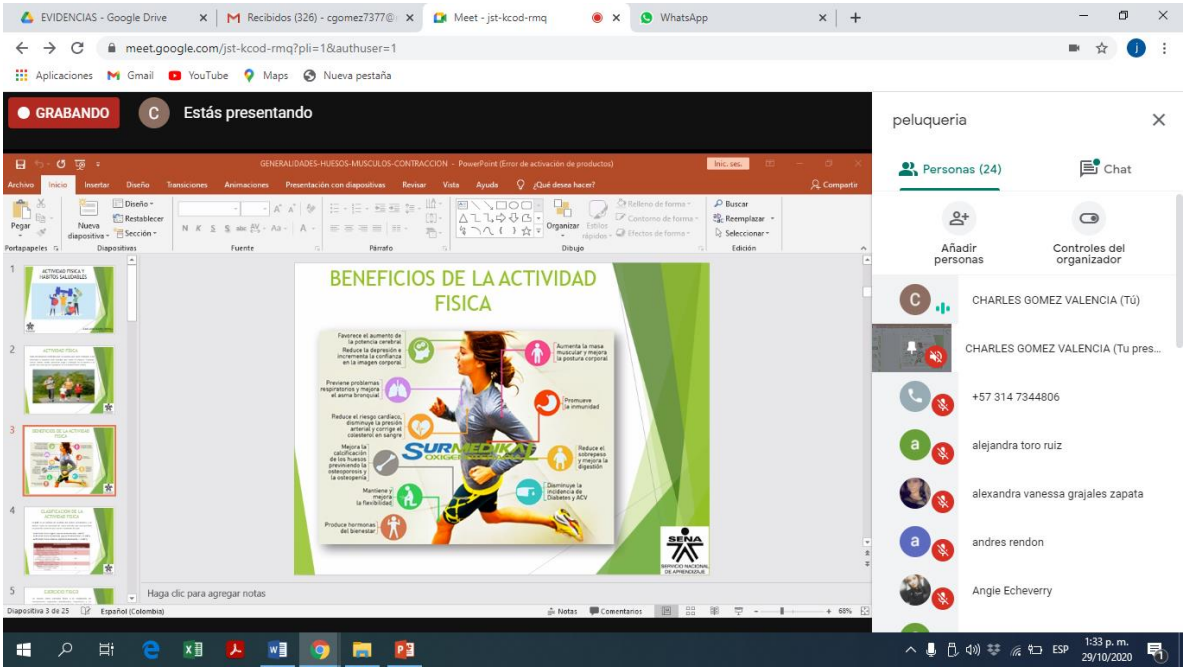
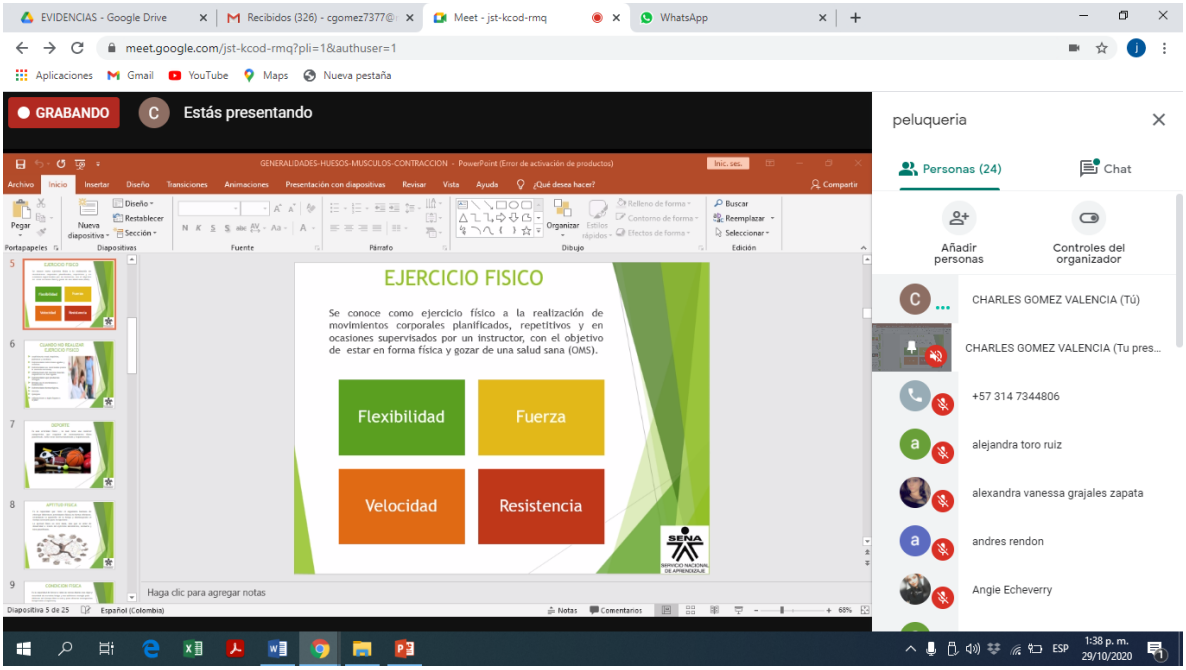
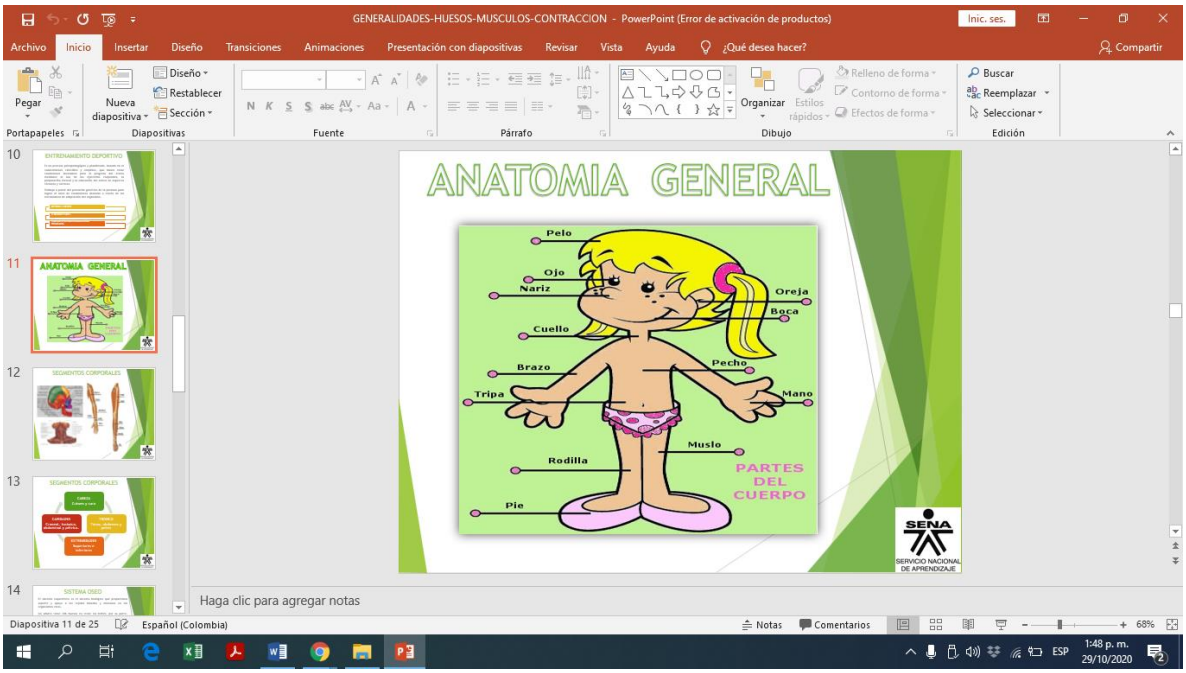

Estás presentando
juan jose suarez b...
y 20 más
14:15
Presentación (Tú)
Tú
BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FISICA Y RECREACION DENTRO DEL AMBITO LABORAL
Para el trabajador:
-Mejora la salud y el bienestar.
-Reduce los riesgos de la inactividad física.
-Controla y estabiliza el peso corporal.
-Previene enfermedades: cardiovasculares, obesidad, diabetes, osteoporosis, depresión y ciertos tipos de cáncer.
-Aumenta la masa muscular, mejora la postura y el equilibrio, entre otros.
Para la empresa:
-Aumenta la productividad.
-Disminuye las ausencias causadas por enfermedad.
-Reduce la rotación de personal.
-Disminuye la cantidad y la frecuencia de accidentes y lesiones (especialmente durante la realización de tareas físicas).
-Mejora la imagen y vuelve más atractiva a la empresa
SENA
SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE
ESP
2:15 p. m.
22/10/2020


Estás presentando
Jessica Mafla
y 20 más
14:17
Presentación (Tú)
Tú
SABERES PREVIOS
INDICACIONES
RESPONDER INDIVIDUALMENTE
UTILIZAR IDEAS O ARGUMENTOS PROPIOS
ENVIAR AL CORREO ELECTRONICO Jota-Suarez@Hotmail.com
CUESTIONARIO DE SABERES PREVIOS
¿QUE ENTIENDES POR ACTIVIDAD FISICA?
¿CUAL ES LA DIFERENCIA ENTRE ACTIVIDAD FISICA Y EJERCICIO FISICO?
¿CREES QUE ES IMPORTANTE EL DESARROLLO DE PROGRAMAS DE ACTIVIDAD FISICA DENTRO DEL AMBITO LABORAL?...SI...NO...¿POR QUE?
¿QUE PROGRAMAS O ACTIVIDADES FISICAS CONOCES QUE SE DESARROLLEN EN EL AMBITO LABORAL?
SENA
SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE
ESP
2:17 p. m.
22/10/2020


EVIDENCIAS - Google Drive
Recibidos (326) - cgomez7377@
Meet - jst-kcod-rmq
WhatsApp
meet.google.com/jst-kcod-rmq?pli=1&authuser=1
Aplicaciones
Gmail
YouTube
Maps
Nueva pestaña
GRABANDO
Estás presentando
BENEFICIOS DE LA ACTIVIDAD FISICA
Haga clic para agregar notas
peluqueria
Personas (24)
Chat
Añadir personas
Controles del organizador
CHARLES GOMEZ VALENCIA (Tú)
CHARLES GOMEZ VALENCIA (Tu pres...
+57 314 7344806
alejandra toro ruiz
alexandra vanessa grajales zapata
andres rendon
Angie Echeverry
ESP
1:33 p. m.
29/10/2020


EVIDENCIAS - Google Drive
Recibidos (326) - cgomez7377@
Meet - jst-kcod-rmq
WhatsApp
meet.google.com/jst-kcod-rmq?pli=1&authuser=1
Aplicaciones
Gmail
YouTube
Maps
Nueva pestaña
GRABANDO
Estás presentando
EJERCICIO FISICO
Se conoce como ejercicio físico a la realización de movimientos corporales planificados, repetitivos y en ocasiones supervisados por un instructor, con el objetivo de estar en forma física y gozar de una salud sana (OMS).
Flexibilidad
Fuerza
Velocidad
Resistencia
Haga clic para agregar notas
peluqueria
Personas (24)
Chat
Añadir personas
Controles del organizador
CHARLES GOMEZ VALENCIA (Tú)
CHARLES GOMEZ VALENCIA (Tu pres...
+57 314 7344806
alejandra toro ruiz
alexandra vanessa grajales zapata
andres rendon
Angie Echeverry
ESP
1:38 p. m.
29/10/2020


GENERALIDADES-HUESOS-MUSCULOS-CONTRACCION - PowerPoint (Error de activación de productos)
Archivo
Inicio
Insertar
Diseño
Transiciones
Animaciones
Presentación con diapositivas
Revisar
Vista
Ayuda
¿Qué desea hacer?
Compartir
ANATOMIA GENERAL
Pelo
Ojo
Nariz
Oreja
Boca
Cuello
Brazo
Pecho
Tripa
Mano
Muslo
Rodilla
Pie
PARTES DEL CUERPO
SENA
SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE
Haga clic para agregar notas
Diapositiva 11 de 25
Español (Colombia)
Notas
Comentarios
68%
ESP
1:48 p. m.
29/10/2020