ACTIVIDAD DEL PROYECTO	DURACIÓN ACTIVIDAD DE PROYECTO (HORAS)	COMPETENCIA
ADAPTAR METODOLOGÍAS CONCEPTUALES Y PROCEDIMENTALES DE LA CULTURA FÍSICA, PARA EL MEJORAMIENTO DE LAS CONDICIONES FÍSICAS CON BASE EN SU AREA OCUPACIONAL.	44 HORAS	**Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social**

RESULTADOS DE APRENDIZAJE	ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE	DURACIÓN ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE (HORAS)
24020150008 - APLICAR TECNICAS DE CULTURA FISICA PARA EL MEJORAMIENTO DE SU EXPRESIÓN CORPORAL SEGÚN LA NATURALEZA Y COMPLEJIDAD DEL AREA OCUPACIONAL. **24020150009 - DESARROLLAR PERMANENTEMENTE LAS HABILIDADES PSICOMOTRICES Y DE PENSAMIENTO EN LA EJECUCIÓN DE LOS PROCESOS DE APRENDIZAJE**	REALIZAR EL DIAGNOSTICO DE LA CONDICIÓN FISICA INICIAL MEDIANTE LA APLICACIÓN DE TEST FUNCIONALES.	10
	FORTALECIMIENTO DE LA CONDICION FÍSICA INDIVIDUAL A PARTIR DE TECNICAS DE ENTRENAMIENTO FÍSICO.	20
	APLICAR CONCEPTOS BÁSICOS DE BIOMECANICA DE ACUERDO CON SU ACTIVIDAD LABORAL.	14

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS ACTIVAS	AMBIENTES DE APRENDIZAJE TIPIFICADOS ESCENARIO (Aula, Laboratorio, taller, unidad productiva) y elementos y condiciones de seguridad industrial, salud ocupacional y medio ambiente	MATERIALES D DEVOLUTIVO (Herramienta - equipo)
PHILLIG 66, PLENARIAS, DEBATES, JUEGO DE ROLES, ACTIVIDADES PRACTICAS, MANTEL DE IDEAS.	CANCHAS DEPORTIVAS SENA DE SALOMIA; CANCHA DE FUTBOL, CANCHA MULTIPLE, PISTA ATLETICA. ILUMINACIÓN EN LAS CANCHAS PARA TRABAJAR EN HORAS DE LA NOCHE.	BALONES DE FUTBOL, BALONES DE BALONCESTO, BALONES DE VOLEIBOL, AROS PLASTICOS, CONOS PLASTICOS, LAZOS

E FORMACIÓN CONSUMIBLE (unidades empleadas durante el programa)	INSTRUCTORES RESPONSABLES	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
PLIEGOS DE PAPEL BOND, MARCADORES BORRABLES, HOJAS DE PAPEL BOND.	CESAR ARCE, GUSTAVO ADOLFO DOMINGUEZ, FERNANDO QUINTERO.	Valora el impacto de la cultura física en el mejoramiento de la calidad de vida y su efecto en el entorno familiar social y productivo. Elabora el plan de acondicionamiento físico, según sistemas de entrenamiento físico
		Selecciona las técnicas de cultura física para prevenir riesgos ergonomicos y psicosociales
		Elabora el plan de acondicionamiento físico, según sistemas de entrenamiento físico

DESCRIPCIÓN DE LA EVIDENCIA DE APRENDIZAJE	OBSERVACIONES
DE CONOCIMIENTO los aprendices deberan responder un cuestionario escrito.	
DE PRODUCTO Y DESEMPEÑO. El aprendiz entregara un escrito y una sustentación práctica.	
DE DESEMPEÑO El aprendiz realizara su plan de actividad fisica mensual y lo expondra	