SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SENA
NOMBRE DEL FORMATO
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

REGIONAL: QUINDIO CENTRO: COMERCIO Y TURISMO

1. LISTA DE CHEQUEO (o Lista de verificación, o de observación) LCH **Acertijos.**

Programa de Formación: Tecnólogo en Comunicación Comercial.

Código: 524113 No. De Ficha: 2184248

- Competencia Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:

  ➢ Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

Nombre Aprendiz:
TANIA ANDREA TERAN HIDALGO Nis Sofia:

Nombre Instructor: Luis Fernando Leal Ríos Nis Sofiia

2. CUERPO DEL INSTRUMENTO:
De acuerdo a lo realizado en la contextualización, la actividad a realizar es la siguiente:

INSTRUCCIONES PARA EL DILIGENCIAMIENTO:

Solucionar los siguientes acertijos y proponer con la solución cinco acertijos más.

1. ¿Cuántos animales caben dentro de una ballena?
R/ ninguno porque va llena

2. ¿Qué tiene que romperse antes de poder usarlo?
R/ El huevo

3. El padre de Mary tiene cinco hijas: Nana, Nene, Nini, Nono. ¿Cuál es el nombre de la quinta hija?
R/ Maria

4. ¿Qué tiene una cabeza, un pie y cuatro patas?
R/ La cama

5. Si un tren eléctrico va de Norte a Sur, ¿Hacia qué lado echará el humo?
   R/ Los trenes eléctricos no echan humo

6. ¿Cuál es la mujer que siempre sabe dónde está su marido?
   R/ La viuda

7. En la calle de la P, me encontré con la A y la Z que son amigas de todos ¿Qué es?
   R/ La paz

8. Si un pastor tiene 15 ovejas y se le mueren todas menos nueve, ¿cuántas le quedan?
   R/ 9 ovejas quedan vivas

9. ¿Cuántos animales tengo en casa sabiendo que todos son perros menos dos, todos son gatos menos dos, y que todos son loros menos dos?
   R/ 1 perro – 1 gato – 1 loro en total tengo 3 animales

10. Somos 12 hermanos, yo nací el segundo y soy el menor. ¿Por qué?
    R/ porque nació en año bisiesto

11. Algunos meses tienen 31 días, otros solo 30. ¿Cuantos tienen 28 días?
    R/ todos tienen 28 días

12. Somos muchos hermanitos, en una sola casa vivimos, si nos rascan la cabeza al instante morimos.
    R/ Los fósforos

13. Se viste el cielo de luces en cascada de colores, para alegrar en la noche a los que están más tristones
    R/ Los juegos pirotécnicos

14. Todos me pisan a mí, pero yo no piso a nadie; todos preguntan por mí, yo no pregunto por nadie.
    R/ La calle

15. Un hombre camina por el desierto Llega a un puesto de bebidas y pide un vaso de agua. El camarero, en lugar de dárselo, le apunta con una pistola. El viajero dice ¡Gracias! y sigue su camino
    R/ El hombre no tiene sed si no hipo, entonces con el susto de la pistola se le quita el hipo y por eso da las gracias.

Agrega las cinco tuyas.

1. Hay un número que muy valiente se creía, pero al quitarle su cinturón todo su valor perdía.
   R/ El ocho

2. Saltando, saltando se visten de blanco
   R/ Las palomitas de maíz

3. Sin ser ángel tengo alas
   Sin ser auto tengo motor
   Viajo sobre las aguas sin ser buque ni vapor
   R/ El avión

4. ¿Qué es lo que el agua lo ablanda y el sol lo endurece?
   R/ La arcilla

5. En el campo me crie, mis hermanos son los ajos, y aquel que llora por mí me está partiendo en pedazos.
   R/ La cebolla

¡AGRADEZCO SU VALIOSA PARTICIPACIÓN!

LISTA DE CHEQUEO EVIDENCIAS

CONOCIMIENTO ⬭ PRODUCTO ● DESEMPEÑO ⬭

No.	INDICADORES/FACTORES A EVALUAR	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
1	Reconoce su capacidad para tareas del pensamiento y manuales.	●		
2	Identifica la diferencia entre juegos de pensamiento y juegos de desarrollo de capacidades físicas.	●		
3	Desarrolla sus capacidades cognitivas con propiedad.	●		
4	Clasifica los juegos mentales a los motrices.	●		

4. RESULTADOS: Aprobado [ ] Deficiente [ ]

5. OBSERVACIONES-RECOMENDACIONES

Ciudad y fecha de aplicación del instrumento: Armenia, Febrero 2021

TANIA ANDREA TERAN HIDALGO _____

Firma del Aprendiz Firma Instructor

SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SENA
NOMBRE DEL FORMATO
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

REGIONAL: QUINDIO CENTRO: COMERCIO Y TURISMO

1. LISTA DE CHEQUEO (o Lista de verificación, o de observación) LCH **IMC**

Programa de Formación: Técnico en Servicios de Restaurante y Bar.

Código: 635301 No. De Ficha: 2235241

Competencia: 230101507 Generar hábitos saludables de vida mediante la aplicación de programas de actividad física en los contextos productivos y sociales.

Resultados de Aprendizaje Alcanzar:

- Desarrollar habilidades psicomotrices en el contexto productivo y social.
- Practicar hábitos saludables mediante la aplicación de fundamentos de nutrición e higiene.
- Ejecutar actividades de acondicionamiento físico orientadas hacia el mejoramiento de la condición física en los contextos productivo y social.
- Implementar un plan de ergonomía y pausas activas según las características de la función productiva.

Nombre Aprendiz: Gisell Mariella Nis Sofia:

Nombre Instructor: Luis Fernando Leal Ríos Nis Sofiia

2. CUERPO DEL INSTRUMENTO:
De acuerdo a lo realizado en la contextualización, la actividad a realizar es la siguiente:

INSTRUCCIONES PARA EL DILIGENCIAMIENTO:

Indice de Masa corporal: IMC

Es una medida de asociación entre el peso y altura de un individuo que se relaciona estrechamente con la adiposidad total. Se halla dividiendo el peso del individuo en kilogramos sobre la altura al cuadrado en metros

Ejemplo: una mujer de 20 años que pese 58 kilos y mida 1,65 cm tendría:
Formula: IMC: P/TxT
Que en este caso estaría clasificado dentro del grupo de peso normal según la Organización Mundial de la Salud (WHO, 2011).

Índice de masa corporal (IMC) establecido por la Organización Mundial de la Salud

IMC Clasificación
<16 Delgadez severa

16 -16,9 Delgadez moderada
17 -18,4 Delgadez leve
18,5 -24,9 Normal
25 -29,9 Pre-obesidad
30 -34,9 Obesidad grado I
35 -39,9 Obesidad grado II
>40 Obesidad grado III

Cada uno realiza sus medidas y las registra con la clasificación. Formula del Imc: peso/talla x talla

Nombre y Apellidos	Resultado	Clasificación
Gisell Mariella Rincon Granda	23,6	Normal

¡AGRADEZCO SU VALIOSA PARTICIPACIÓN!

LISTA DE CHEQUEO EVIDENCIAS

CONOCIMIENTO ◯ PRODUCTO ◯ DESEMPEÑO

No.	INDICADORES/FACTORES A EVALUAR	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
1	Cumple con las normas de presentación establecidas según el reglamento del aprendiz.			
2	Socializa la temática en forma fluida retroalimentando a los aprendices en los momentos requeridos			
3	**Realiza los ejercicios cuidando la postura**			
4				
5	Socializa la temática en forma fluida retroalimentando a los aprendices en los momentos requeridos			
6	Cuida y controla los equipos y materiales utilizados en formación.			
7	Identifica la **temática** para la **realización** de las pruebas.			
8	Clasifica los test cardiovasculares.			
9	Organiza los protocolos para la **realización** de los test.			
10	**Evalúa** la **condición física de acuerdo a las actividades.**			
11	Presenta **las evidencias creadas en el gimnasio**			

4. RESULTADOS: Aprobado ☐ eficiente ☐

5. OBSERVACIONES-RECOMENDACIONES

Ciudad y fecha de aplicación del instrumento: Armenia, Febrero 2021

_____ _____ Firma

del Aprendiz Firma Instructor

	**SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SENA** **NOMBRE DEL FORMATO**

	**SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SENA** **NOMBRE DEL FORMATO**

	SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SENA **NOMBRE DEL FORMATO**

SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE SENA
NOMBRE DEL FORMATO
INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN

REGIONAL: QUINDIO CENTRO: COMERCIO Y TURISMO

1. LISTA DE CHEQUEO (o Lista de verificación, o de observación) LCH **Acertijos.**

Programa de Formación: Tecnólogo en Comunicación Comercial.

Código: 524113 No. De Ficha: 2184248

- Competencia Promover la interacción idónea consigo mismo, con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social
- Resultados de Aprendizaje Alcanzar:
  - Desarrollar permanentemente las habilidades psicomotrices y de pensamiento en la ejecución de los procesos de aprendizaje

Nombre Aprendiz: Laura Alejandra Bravo Nis Sofia:

Nombre Instructor: Luis Fernando Leal Ríos Nis Sofiia

2. CUERPO DEL INSTRUMENTO:
De acuerdo a lo realizado en la contextualización, la actividad a realizar es la siguiente:

INSTRUCCIONES PARA EL DILIGENCIAMIENTO:

Solucionar los siguientes acertijos y proponer con la solución cinco acertijos más.

1. ¿Cuántos animales caben dentro de una ballena?

Ninguno porque va llena ,

2. ¿Qué tiene que romperse antes de poder usarlo?

El huevo.

3. El padre de Mary tiene cinco hijas: Nana, Nene, Nini, Nono. ¿Cuál es el nombre de la quinta hija?

Mary

4. ¿Qué tiene una cabeza, un pie y cuatro patas?

La cama

5. Si un tren eléctrico va de Norte a Sur, ¿Hacia qué lado echará el humo?

No tiene humo porque es un tren electrico.

6. ¿Cuál es la mujer que siempre sabe dónde está su marido?

La viuda

7. En la calle de la P, me encontré con la A y la Z que son amigas de todos ¿Qué es?

La PAZ.

8. Si un pastor tiene 15 ovejas y se le mueren todas menos nueve, ¿cuántas le quedan?

6 ovejas

9. ¿Cuántos animales tengo en casa sabiendo que todos son perros menos dos, todos son gatos menos dos, y que todos son loros menos dos?

En total tengo 3 animales

10. Somos 12 hermanos, yo nací el segundo y soy el menor. ¿Por qué?

Febrero

11. Algunos meses tienen 31 días, otros solo 30. ¿Cuantos tienen 28 días?

Todos

12. Somos muchos hermanitos, en una sola casa vivimos, si nos rascan la cabeza al instante morimos.

Los fosforos

13. Se viste el cielo de luces en cascada de colores, para alegrar en la noche a los que están más tristones.

Fuegos artificiales

14. Todos me pisan a mí, pero yo no piso a nadie; todos preguntan por mí, yo no pregunto por nadie.

La calle

15. Un hombre camina por el desierto Llega a un puesto de bebidas y pide un vaso de agua. El camarero, en lugar de dárselo, le apunta con una pistola. El viajero dice ¡Gracias! y sigue su camino

El caminante no tiene sed, sino que tiene hipo, por eso el camarero le saca la pistola para asustarlo y quitarle el hipo.

Agrega las cinco tuyas.

1. Un padre tiene 30 años más que su hija, las edades de ambos sumadas da como resultado 36 años. ¿Cuántos años tiene la hija? 36 años totales – los 30 de diferencia entre ambos = 6 dividido entre 2 = 3 años tiene la hija y 30+3 = 33 años tiene el padre.

2. No es un ser vivo, pero tiene cinco dedos ¿Qué es? Un guante
3. Si me das de comer viviré más, pero si me das de beber moriré. ¿Qué soy? El fuego
4. ¿Qué es completamente tuyo, pero solo lo usan los demás? Tu nombre
5. Atraviesa ciudades y campos, pero nunca se mueve de lugar ¿Qué es? El camino

¡AGRADEZCO SU VALIOSA PARTICIPACIÓN!

LISTA DE CHEQUEO EVIDENCIAS

CONOCIMIENTO ◯ PRODUCTO ◯ DESEMPEÑO ◯

No.	INDICADORES/FACTORES A EVALUAR	CUMPLE		OBSERVACIONES
		SI	NO	
1	Reconoce su capacidad para tareas del pensamiento y manuales.			
2	Identifica la diferencia entre juegos de pensamiento y juegos de desarrollo de capacidades físicas.			
3	Desarrolla sus capacidades cognitivas con propiedad.			
4	Clasifica los juegos mentales a los motrices.			

4. RESULTADOS: Aprobado [ ] Deficiente [ ]

5. OBSERVACIONES-RECOMENDACIONES

Ciudad y fecha de aplicación del instrumento: Armenia, Febrero 2021

_____sara fernanda rubio_____ _____

Firma del Aprendiz Firma Instructor