

 Gobernación del Valle del Cauca	MUNICIPIO DE CALIMA EL DARIÉN-VALLE INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR Resolución de Aprobación 2243 29 de Octubre de 2002 0574 10 de Febrero de 2015 00641 14 de Marzo de 2016 NIT. 805000081-7	CÓDIGO	GAC-01	
		VERSIÓN	2	
	ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES ACTIVIDADES SENA FICHA ANTROPOMÉTRICA 2020	PÁGINA	1	

Tabla 1: Actividades de articulación con el SENA	
ACTIVIDADES SENA 2020	
COMPETENCIA	240201500 Promover la interacción idónea consigo mismo con los demás y con la naturaleza en los contextos laboral y social.
RESULTADO DE APRENDIZAJE	Aplicar técnicas de cultura física para el mejoramiento de su expresión corporal, desempeño laboral según la naturaleza y complejidad del área ocupacional.
ACTIVIDAD DE APRENDIZAJE	Diligenciar una ficha antropométrica según las técnicas de valoración.

Nombre estudiante: _____ Grupo: _____. Fecha Nac: dd / mm /aaaa.
 Lugar de Nacimiento: _____. Dirección actual: _____. Barrio/Vereda: _____
 Tel: _____. Grupo Sanguíneo: _____. EPS: _____.

Tabla 2: Hobbies.

HOBBIES (actividades que realiza en su tiempo de ocio o libre)				
ACTIVIDAD	FRECUENCIA SEMANAL	HORAS DÍA	HORAS SEMANA	HORAS MES
Ejemplo: entrenar futbol	3 (lunes, miércoles y viernes)	2	6	24

Fuente: Creación propia.

Tabla 3: Historial de permanencia.

LUGARES DONDE HA VIVIDO					
EDAD	LUGAR				
	PAIS	DEPARTAMENTO	CIUDAD	VEREDA	PERMANENCIA
De los 0 a los 10 años	Colombia	valle	Yotoco	El caney	10 Años
10 a los 18	Colombia	valle	Calima		8 años

Fuente: Creación propia.

Tabla 4: Desplazamiento a la institución educativa.

TRASLADO A LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA (tiempo que utiliza para llegar a la institución)				
TRASLADO	CAMINANDO	BICICLETA	MOTOCICLETA	AUTOMOVIL
IDA	10 minutos			20 minutos
VUELTA	10 minutos			20 minutos
TOTAL				

Fuente: Creación propia.

 Gobernación del Valle del Cauca	MUNICIPIO DE CALIMA EL DARIÉN-VALLE INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR Resolución de Aprobación 2243 29 de Octubre de 2002 0574 10 de Febrero de 2015 00641 14 de Marzo de 2016 NIT. 805000081-7	CÓDIGO	GAC-01	 INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR
		VERSIÓN	2	
	ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES ACTIVIDADES SENA FICHA ANTROPOMÉTRICA 2020	PÁGINA	2	

Información familiar:

Tabla 5: Seguimiento de salud familiar.

ANTROPOMETRÍA BÁSICA MADRE								
TIPO DE VALORACIÓN	FECHA	EDAD (Años)	PESO (Kg)	TALLA (Cm)	IMC		PESO IDEAL	
					RESUL	CLASIFICA	RANGO	DIFERENCIA
1 ^{RA}	/ /							
2 ^{DA}	/ /							
3 ^{RA}	/ /							

Fuente: Creación propia.

Tabla 6: Seguimiento de salud familiar.

ANTROPOMETRÍA BÁSICA PADRE								
TIPO DE VALORACIÓN	FECHA	EDAD (Años)	PESO (Kg)	TALLA (Cm)	IMC		PESO IDEAL	
					RESUL	CLASIFICA	RANGO	DIFERENCIA
1 ^{RA}	/ /							
2 ^{DA}	/ /							
3 ^{RA}	/ /							

Fuente: Creación propia.

Información estudiante:

Tabla 7: seguimiento de salud estudiante.

ANTROPOMETRÍA BÁSICA ESTUDIANTE								
TIPO DE VALORACIÓN	FECHA	EDAD (Años)	PESO (Kg)	TALLA (Cm)	IMC		PESO IDEAL	
					RESUL	CLASIFICA	RANGO	DIFERENCIA
Diagnóstico	/ /							
Control	/ /							
Evaluación final	/ /							

Fuente: Creación propia.

Tabla 8: seguimiento de salud estudiante.

ANTROPOMETRÍA BÁSICA ESTUDIANTE								
TIPO DE VALORACIÓN	FECHA	EDAD (Años)	PESO (Kg)	TALLA (Cm)	IMC		PESO IDEAL	
					RESUL	CLASIFICA	RANGO	DIFERENCIA
Diagnóstico	/ /							
Control	/ /							
Evaluación final	/ /							

Fuente: Creación propia.

Los siguientes son los test motores o de capacidades físicas, cuyos resultados son obtenidos en clase y usted los debe diligenciar en las tablas, según las fechas estipuladas.

 Gobernación del Valle del Cauca	MUNICIPIO DE CALIMA EL DARIÉN-VALLE INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR Resolución de Aprobación 2243 29 de Octubre de 2002 0574 10 de Febrero de 2015 00641 14 de Marzo de 2016 NIT. 805000081-7	CÓDIGO	GAC-01	 INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR
		VERSION	2	
	ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES ACTIVIDADES SENA FICHA ANTROPOMÉTRICA 2020	PÁGINA	3	

Tabla 9: Test motores.

TEST MOTORES O DE CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES								
TIPO DE VALORACIÓN	FECHA	TEST DE RESISTENCIA AERÓBICA						
		K. COOPER				TEST DE LEGER		
		METROS	CLASIFI	VO2-MAX	CLASIFI	ESCALA	VO2-MAX	CLASIFICA
Diagnóstico	/ /							
Control 1	/ /							
Evaluación final	/ /							

Fuente: Creación propia.

Tabla 10: Test motores.

TEST MOTORES O DE CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES								
TIPO DE VALORACIÓN	FECHA	TEST DE RESISTENCIA AERÓBICA						
		K. COOPER				TEST DE LEGER		
		METROS	CLASIFI	VO2-MAX	CLASIFI	ESCALA	VO2-MAX	CLASIFICA
Diagnóstico	/ /							
Control 1	/ /							
Evaluación final	/ /							

Fuente: Creación propia.

Tabla 11: Test motores.

TEST MOTORES O DE CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES												
TIPO DE VALORACIÓN	FECHA	TEST DE FUERZA RESISTENTE				TEST DE VELOCIDAD				TEST DE FLEXIBILIDAD		
		ABDOMINA		FLEXO-EXT		30 METROS		100 METROS		INTE 1	INTE 2	CLASIF
		Nº	CLASIFI	Nº	CLASIFI	TIME	CLASIFI	TIME	CLASIFI			
Diagnóstico	/ /											
Control 1	/ /											
Evaluación final	/ /											

Fuente: Creación propia.

Tabla 12: Test motores.

TEST MOTORES O DE CAPACIDADES FÍSICAS CONDICIONALES												
TIPO DE VALORACIÓN	FECHA	TEST DE FUERZA RESISTENTE				TEST DE VELOCIDAD				TEST DE FLEXIBILIDAD		
		ABDOMINA		FLEXO-EXT		30 METROS		100 METROS		INTE 1	INTE 2	CLASIF
		Nº	CLASIFI	Nº	CLASIFI	TIME	CLASIFI	TIME	CLASIFI			
Diagnóstico	/ /											
Control 1	/ /											
Evaluación final	/ /											

Fuente: Creación propia.

 Gobernación del Valle del Cauca	MUNICIPIO DE CALIMA EL DARIÉN-VALLE INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR Resolución de Aprobación 2243 29 de Octubre de 2002 0574 10 de Febrero de 2015 00641 14 de Marzo de 2016 NIT. 805000081-7	CÓDIGO	GAC-01	 INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR
	ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES ACTIVIDADES SENA FICHA ANTROPOMÉTRICA 2020	VERSIÓN	2	
		PÁGINA	4	

OBSERVACIONES:

DOCENTE:

Los siguientes son los niveles de actividad física que usted realiza durante el año, en la siguiente tabla debe colocar una equis (X) en el tipo de actividad que usted realizó durante el transcurso de cada periodo fuera de la institución.

Tabla 13: Nivel de actividad física.

PERIODO	ACTIVIDAD FÍSICA PRACTICADA			
	LIGERA	MODERADA	PESADA	MUY PESADA
	Cuando solo efectúa actividades cotidianas y no realiza actividad física. Ejemplo: ir y volver del colegio y hacer tareas.	Cuando efectúa actividades cotidianas y realiza actividad física y/o deporte una vez a la semana (2 horas). Ejemplo: Montar bicicleta, patinar, nadar, jugar, gimnasio, etc. Una vez/sema.	Realizar actividad física y/o deporte hasta 2 veces por semana. Ejemplo: Montar bicicleta, patinar, nadar, jugar, gimnasio, etc. Hasta 2 veces semana.	Realizar actividad física y/o deporte 3 o más veces por semana. Ejemplo: entrenar algún deporte o asistir al gimnasio más de 3 veces semana.

Fuente: Creación propia.

Tabla 13: Antecedentes de enfermedades.

ANTECEDENTES PATOLÓGICOS O DE ENFERMEDADES		
FECHA	TIPO	DESCRIPCIÓN
02 de abril de 2003	Varicela	Presenté varicela durante 2 semanas.

Fuente: Creación propia.

 Gobernación del Valle del Cauca	MUNICIPIO DE CALIMA EL DARIÉN-VALLE INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR Resolución de Aprobación 2243 29 de Octubre de 2002 0574 10 de Febrero de 2015 00641 14 de Marzo de 2016 NIT. 805000081-7	CÓDIGO	GAC-01	 INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR
		VERSIÓN	2	
	ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES ACTIVIDADES SENA FICHA ANTROPOMÉTRICA 2020	PÁGINA	5	

Tabla 14: Historial académico (Instituciones Educativas donde estudió cada grado)

0°	1°	2°	3°	4°	5°
Ejemplo: I.E. Simón Bolívar. Año 2000					
6°	7°	8°	9°	10°	11°

Fuente: Creación propia.

OBSERVACIONES:

DOCENTE: _____
