

# GOBERNACIÓN DEL QUINDÍO



## INDEPORTES

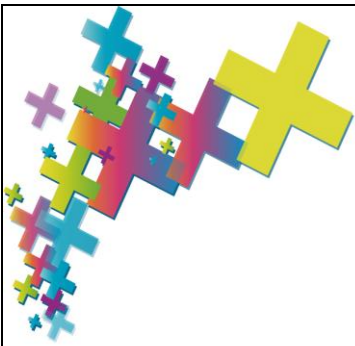
## QUINDÍO

Gobierno *firme* por un Quindío más humano



Carrera 20 N° 13-22 Edificio Centro Administrativo Departamental C.A.D. Piso 12. Teléfonos: 744 17 68  
744 17 75 Telefax: 744 17 87 - [indeportesquindio2009@hotmail.com](mailto:indeportesquindio2009@hotmail.com) / [firmesconeldeporte@hotmail.com](mailto:firmesconeldeporte@hotmail.com)  
[www.indeportesquindio.gov.co](http://www.indeportesquindio.gov.co) - Facebook: INDEPORTES FIRME CON EL QUINDIO Twitter: @indeportesq





# PLAN DE ACCIÓN 2013



DEPORTE, RECREACIÓN, ACTIVIDAD  
FÍSICA Y EDUCACIÓN FÍSICA

QUINDIO

ARMENIA, QUINDIO ENERO DE 2013





## POLÍTICA DE CALIDAD

Nuestro compromiso con la calidad como Ente rector del deporte, la recreación, la educación física, la actividad física y el adecuado uso del tiempo libre, en sus procesos de planificación, capacitación, fomento y masificación, es satisfacer la necesidad de nuestros clientes, a través del manejo eficaz, eficiente y efectivo de los recursos, contribuyendo al mejoramiento continuo institucional y al desarrollo humano sostenible por la calidad de vida de la comunidad Quindiana, **"POR UN QUINDIO FIRME"**.



### MISIÓN

El Instituto Departamental de Deporte y Recreación del Quindío **"INDEPORTES QUINDÍO"**, tiene como Misión servir a las organizaciones deportivas, las comunidades e instituciones públicas y privadas de cualquier orden, en todo el territorio departamental, en su deseo de organizar, financiar, investigar, capacitar, asesorar, fomentar, promover y divulgar o publicar la educación física, el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, a través de nuestros recursos humanos altamente calificados y de los recursos tecnológicos, físicos y financieros de los cuales dispone.

### VISIÓN

Ser una Institución altamente eficiente y eficaz en cuanto a la organización, planificación, asesoría y fomento de la educación física, el deporte y la recreación en el Departamento del Quindío, para contribuir con el desarrollo deportivo y el mejoramiento de la calidad de vida de las comunidades.



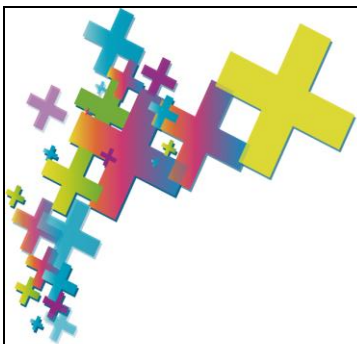




## INDICADORES DE GESTION 2.013

1. Aumentar el número de escuelas de formación deportiva apoyadas por Indeportes Quindío, propiciando, procesos de masificación dirigidos hacia el aumento de la reserva deportiva en los deportes de proyección en el departamento del Quindío.
2. Realizar festivales municipales y uno departamental de las escuelas de formación deportiva de Indeportes Quindío.
3. Trabajar conjuntamente con las Ligas en la búsqueda de un mejor desarrollo de los procesos deportivos que conlleven a aumentar el número de medallas para el departamento con base en los eventos del calendario federativo.
4. Asesorar y acompañar los procesos administrativos y jurídicos de las Ligas Deportivas con el objetivo de que alcancen todos y cada uno de los requisitos legales para que puedan cumplir cabalmente con el objeto social para el cual fueron creadas.
5. Gestionar la capacitación de los dirigentes deportivos, personal administrativo de las Ligas y demás actores del deporte en el Departamento con el fin de actualizar los conocimientos legales y normativos que deben ser puestos en la práctica administrativa diaria de los Organismos Deportivos de orden departamental.
6. Apoyar el trabajo de las Ligas con Capacidades Especiales legalmente constituidas en el Departamento con el objetivo de aumentar la cobertura de deportistas y encaminarlas hacia el deporte competitivo.
7. Aumentar el número de participación de deportistas del Departamento de los Juegos Intercolegiados, en las fases Intramural, Municipal y Departamental.
8. Desarrollar los Juegos del programa "SUPERATE CON EL DEPORTE" en todas sus fases.
9. Desarrollar programas lúdicos y recreodeportivos para la ocupación del tiempo libre dirigido los diferentes segmentos poblacionales de los 12 municipios del departamento.
10. Desarrollar un (1) programa integral para la promoción de hábitos y estilos de vida saludables, espacios 100% libres de humo de tabaco por medio de la actividad física dirigida a los diferentes segmentos poblacionales en los 12 municipios del departamento.





# DEPORTE ASOCIADO

## INDEPORTES

### QUINDIO



Carrera 20 N° 13-22 Edificio Centro Administrativo Departamental C.A.D. Piso 12. Teléfonos: 744 17 68  
744 17 75 Telefax: 744 17 87 - [indeportesquindio2009@hotmail.com](mailto:indeportesquindio2009@hotmail.com) / [firmesconeldeporte@hotmail.com](mailto:firmesconeldeporte@hotmail.com)  
[www.indeportesquindio.gov.co](http://www.indeportesquindio.gov.co) - Facebook: INDEPORTES FIRME CON EL QUINDIO Twitter: @indeportesq





## LINEAMIENTOS DE POLÍTICA DEPARTAMENTAL

Con el propósito de articular las políticas deportivas en las tres instancias (Municipal, Departamental y Nacional) y atendiendo a una única orientación en el Departamento del Quindío, los 12 municipios del Departamento atenderán a las siguientes líneas:

Programa **-RESCATE DEL DEPORTE ASOCIADO ORIENTADO A ALTOS LOGROS.**

### OBJETIVO PROGRAMÁTICO.

Garantizar el desarrollo del deporte asociado, con miras a mejorar los resultados en las competencias de ciclo olímpico y juegos nacionales de 2015.

PROGRAMA			
RESCATE DEL DEPORTE ASOCIADO ORIENTADO A ALTOS LOGROS			
METAS RESULTADO	Indicador de resultado	LINEA BASE	Meta 2015
Mejorar los resultados deportivos del departamento a nivel nacional.	Porcentaje de deportistas con medalla en eventos del calendario único federativo.	25	35

### DESCRIPCIÓN:

Entendido el deporte como un concepto global que va desde la primeras formas jugadas a través de los centros de iniciación y formación deportiva hasta su más alta expresión de rendimiento y disciplina como bien lo reza el deporte de alto rendimiento, el Instituto ha planteado un programa esquematizado con el objetivo de cohesionar cada uno de los procesos que se adelantan desde edades tempranas y que incluyan las diferentes etapas de desarrollo psicomotor en las que se debe desenvolver el individuo con el objetivo claro de propiciar espacios educativos que contribuyan al desarrollo armónico de los





niños y jóvenes Quindianos con miras a mejorar las condiciones físicas, psicológicas, sociales y deportivas en su entorno.

Es importante definir que este programa deberá incluir a las diferentes instancias responsables de dirigir los destinos del deporte en nuestro Departamento; los Municipios a través de proyectos que incluyan la población descrita y orientados a la construcción de una cultura física, deportiva y social permitiendo obtener como resultado la masificación del deporte en edades tempranas, la creación y fomento de las Escuelas de Formación Deportiva, promoción de los Clubes Deportivos y Promotores, conllevando al aumento y fortalecimiento de la reserva deportiva que hacen parte de las Ligas Deportivas. Desde estos niveles comenzaremos a orientar el deporte asociado con miras a la competencia y alcance de metas unificando los criterios técnicos, tácticos, metodológicos, científicos y didácticos para que exista una identidad deportiva en la formación de los participantes que a futuro serán nuestros deportistas más destacados.

El asocio con monitores, entrenadores y dirigentes deportivos, el soporte en las áreas médicas (medicina deportiva, fisioterapia, nutrición, psicología, etc) y los deportistas tanto convencionales y los que actualmente se encuentran en situación de discapacidad darán garantía especial a este proceso que deberá contar desde sus inicios con personal idóneo, capacitado y con gran vocación de servicio en función de la comunidad perteneciente al sector.

A través del Rescate del Deporte Asociado orientado a Altos Logros se planificará, controlará, acompañará y evaluará el desempeño de cada una de las instancias que a bien tengan aliarse con esta propuesta administrativa y deportiva de Indeportes Quindío, quien a su vez ofrecerá los recursos técnicos, económicos y operativos acordes a su capacidad en el momento de su requerimiento, mediante un seguimiento y control minucioso de los procesos y actividades tanto internas como externas inherentes a nuestros quehacer institucional.







## ACTIVIDADES:

- Asesoría, acompañamiento y seguimiento a los procesos, desde lo formativo hasta los Alta Competencia.
- Capacitación sobre la normativa que rige nuestro deporte en Colombia a nivel directivo, técnico, administrativo y operativo a los diferentes actores del deporte pertenecientes a los diferentes Municipios.
- Consolidación de los Organismos Deportivos que adelantan procesos confiables, responsables y de proyección de acuerdo con las necesidades que se deriven de los mismos.
- Construcción de una base de datos confiable y orientada a la normativa desde lo administrativo y jurídico.
- Control, seguimiento y evaluación.
- Cruce de información entre los diferentes Institutos Municipales de Deporte, Secretarías de Deporte y Coordinaciones Deportivas de los Municipios.
- Elaboración del cronograma de actividades.
- Implementación y ejecución del programa desde las diferentes esferas del desarrollo humano.
- Reordenamiento del sector por medio de un análisis categórico que permita evaluar la viabilidad de las diferentes disciplinas deportivas en nuestro Departamento.



# INDEPORTES

## QUINDIO





**SUBPROGRAMA 1**  
**ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA**

METAS PRODUCTO	Indicadores de producto	LINEA BASE	Meta 2015
Fomentar y apoyar las escuelas de formación deportiva en los municipios de cobertura con proyección para el aumento de la reserva deportiva del departamento.	Número de escuelas deportivas apoyadas.	30	48

**NOMBRE DEL PROGRAMA:** ESCUELAS DE FORMACIÓN DEPORTIVA (E.F.D)

**PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:**

En el departamento del Quindío no hay una solida estructura deportiva desde la base solidificando los procesos deportivos desde allí hasta los altos logros deportivos.

**DESCRIPCIÓN:**

Este proceso que pudiera llamarse fundamental para el desarrollo funcional del Programa se convierte en un vehículo esencial para la participación, ocupación y aprovechamiento del tiempo libre de la población perteneciente a edades tempranas, es un escenario propicio para la irradiación, iniciación y posterior fundamentación deportiva que conduce al encuentro de un posible potencial deportivo en la comunidad Quindiana.

Este proceso permitirá identificar, analizar y ubicar los perfiles propios de los niñ@s y jóvenes participantes, quienes se proyectarán de manera lógica y secuencial sobre la tendencia deportiva que cada uno escoge, es a través de él donde se forma y se ubica el talento deportivo proyectado a ser un deportista con grandes condiciones y capacidades para alcanzar el alto rendimiento, razón por la cual el proceso debe orientarse desde lo pedagógico y cultural iniciando con el refuerzo de los principios y valores para la convivencia social, el compromiso y la responsabilidad frente a la disciplina deportiva que le permitan al participante empoderarse de su rol como individuo en desarrollo.

La importancia de orientar claramente un proceso formativo de carácter integral dará la oportunidad de alcanzar un desarrollo continuo de la





personalidad, un afianzamiento de valores éticos y morales, al igual que un mejoramiento de la convivencia social conduciendo al mejoramiento de la calidad de vida y la formación integral de los niños y jóvenes participantes.

La planificación, el análisis y la aplicación de los trabajos a desarrollar se deben de realizar bajo parámetros profesionales, técnicos, humanos y administrativos que garanticen no solo la idoneidad sino también la evolución positiva de los actores principales del proceso (niños y jóvenes), por otra parte debe darse una relación estrecha y sostenible con los padres de familia o acudientes con el objetivo de fortalecer las relaciones interpersonales entre cada uno de los involucrados. La responsabilidad en la implementación de este proceso debe asumirse con un alto grado de compromiso, seriedad y seguridad, con conocimiento y vocación, ya que una inadecuada orientación puede conllevar al error y posteriormente al fracaso recibiendo una negativa o legación absoluta hacia el deporte de parte de los niños y jóvenes participantes.

Las Escuelas de formación Deportiva apoyadas por Indeportes Quindío deberán contar con todos los requerimientos de Ley, y estar sujetas a las diferentes directrices técnicas, metodológicas y didácticas establecidas por la coordinación del proyecto, por tanto recibirán el acompañamiento y asesoría permanente, apoyo con los servicios biomédicos de acuerdo con la necesidad y la implementación deportiva requerida, además de una complementación permanente a nivel técnico y humano para los monitores y/o profesores que hacen parte y desarrollan el proceso.

#### **ACTIVIDADES A DESARROLLAR:**

Las escuelas contarán con una estructura temática acorde a los siguientes rangos de edad:

- Irradiación e iniciación deportiva, niños entre 6 y 8 años.
- Formación deportiva y fundamentación técnica, niños entre 9 y 11 años.
- Técnicas deportivas y fundamentación específica, niños entre los 12 y 14 años.
- Perfeccionamiento y proyección hacia el rendimiento deportivo, niños de los 15 años en adelante.





Este proceso deberá aportar a la sociedad individuos sanos física y mentalmente, capaces de interactuar con sus congéneres y en los diferentes estamentos de la sociedad, al igual que deberá desencadenar el encuentro de talentos deportivos que hagan parte de la estructura deportiva del deporte asociado del Departamento como es el caso de las Ligas Deportivas y por ende lleguen a un rendimiento deportivo estable y con proyección.

### **ACTIVIDADES A DESARROLLAR:**

- Diagnóstico general sobre tendencias deportivas en los Municipios.
- Inventario de EFD en los Municipios debidamente organizadas según información de las Ligas deportivas y de los Coordinadores deportivos de cada localidad.
- Cronograma de actividades.
- Elaboración de un proyecto único sobre EFD.
- Selección del Talento Humano que estará a cargo de la ejecución del programa.
- Desarrollo del programa
- Entrega de implementación deportiva de base.
- Control, seguimiento y evaluación.
- Realización de dos (2) Festivales deportivos entre las EFD, a nivel municipal y uno (1) departamental.

### **METAS:**

Aumentar el número de escuelas de formación deportiva en 6 para el año 2013 a partir del número base que es de 30.

### **OBJETIVOS:**

- Masificar y crear reserva deportiva en las diferentes disciplinas para el fortalecimiento de las ligas deportivas del departamento del Quindío.
- Desarrollar procesos deportivos en las diferentes escuelas de formación del departamento del Quindío.





## **POBLACIÓN OBJETIVO**

Este programa está dirigido a niños (as) entre los 6 y 16 años de edad pertenecientes a los distintos segmentos poblacionales de los doce municipios del departamento del Quindío.

## **POBLACIÓN A BENEFICIAR**

La población a beneficiar en el programa de escuelas de formación deportiva es de 700 niños(as) de los doce municipios del departamento del Quindío.

## **PRESUPUESTO:**

El presupuesto para el año 2013 es de \$192.737.731

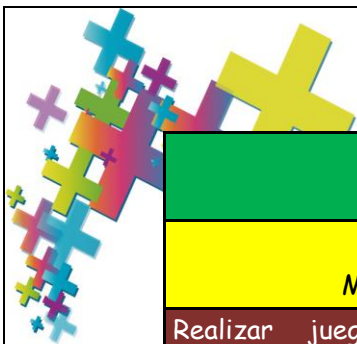


# INDEPORTES

## QUINDIO







SUBPROGRAMA 2			
JUEGOS INTERCOLEGIADOS Y EVENTOS DEPORTIVOS			
METAS PRODUCTO	Indicadores de producto	LINEA BASE	Meta 2015
Realizar juegos inter-colegiados en sus diferentes fases y/o apoyar eventos deportivos.	Número de juegos inter-colegiados realizados y/o eventos.	8	8

**NOMBRE DEL PROGRAMA:**

JUEGOS INTERCOLEGIADOS Y EVENTOS DEPORTIVOS

**PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:**

Carencia de programas deportivos para la ocupación del tiempo libre de los estudiantes.

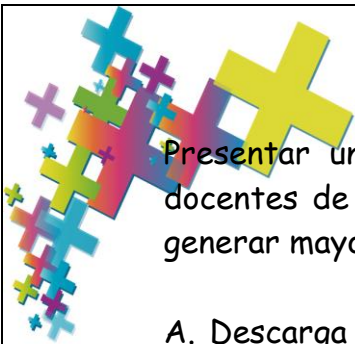
**DESCRIPCIÓN:**

Los Juegos Intercolegiados son el medio por el cual la comunidad estudiantil, recibe los beneficios de los programas que el estado ha diseñado a través de las organizaciones deportivas y de recreación como INDEPORTES QUINDIO, quienes se encargan de dar difusión ejecución y desarrollo a los proyectos mismos, por medio de actividades que tienen como fin promover y fortalecer el deporte, fomentar los hábitos de la sana competencia, afianzar los valores sociales y contribuir en general al proceso de formación integral de sus participantes y suscitar los procesos que impulsen a la práctica y masificación del deporte en las instituciones educativas, de acuerdo a los lineamientos y prioridades de las prácticas deportivas que están enmarcados en el Plan Nacional y Departamental del Deporte, con el propósito de contribuir a la formación integral de los estudiantes, facilitándole condiciones de integración para el desarrollo de la práctica deportiva y fomento sociocultural del niño, niña y joven Colombiano, creándole la cultura de que la actividad física es salud.

**ACTIVIDADES A DESARROLLAR:**

Reunión con la Gobernación y la secretaría de Educación Departamental, para presentar el proyecto designar responsabilidades y definir presupuestos.





Presentar una propuesta ante secretaria de educación relacionada con los docentes de Educación Física, lo cual busca garantizar el éxito del proyecto, generar mayor compromiso la cual tiene que ver con:

- A. Descarga de dirección de grupo para los docentes de Educación Física, y que esas horas sean empleadas en actividades extra clases para entrenamientos de seleccionados y conformación de escuelas deportivas.
- B. Calendario único anual en las instituciones educativas, que permita utilizar una sola jornada de entrenamiento a selectivos y escuelas de formación.
- C. Establecer pagos de horas extras que le permita a los docentes de Educación Física comprometidos con el deporte escolar, cumplir con el mínimo de intensidad de entrenamiento con las escuelas de formación y selectivos para obtener un mejor nivel deportivo y por ende mejorar los logros de la institución y del departamento en los diferentes eventos donde participen.
- D. Que las instituciones garanticen la dotación anual de implementación deportiva necesaria para la preparación de selectivos en las diferentes disciplinas, así como los uniformes de competencia lo cual le da un mayor sentido de pertenencia e institucionalidad a los equipos participantes en las fases intramural, municipal y departamental.
- E. Realizar reuniones en los diferentes municipios con el apoyo y presencia de la secretaria de educación departamental, con los Alcaldes, coordinadores de los Institutos municipales y rectores de las Instituciones educativas, para presentar el proyecto y promover la importancia de la realización de las diferentes fases de los juegos intercolegiados como son la fase intramural, fase municipal, y por ende de la importancia de la participación de los Colegios que clasifican en la fase Departamental, zonal y final nacional.
- F. Reunión inicial de INDEPORTES con el instituto Municipal del Deporte IMDERA, y las coordinaciones y/o secretarías deportivas de los diferentes municipios del Departamento, para socializar los respectivos cronogramas de los juegos intercolegiados, y tratar temas inherentes a la carta fundamental y compromisos de cada uno de los entes deportivos en pro de una buena organización, planificación y ejecución de los juegos en todas sus fases.
- G. Realizar propuestas que involucren las diferentes Ligas del Departamento en el programa de juegos intercolegiados. (Posibilidad de que sean ellas quienes ejecuten los campeonatos en las diferentes disciplinas), deben estar comprometidas con su presencia en los juegos como organismos deportivos del departamento, lo cual les permita hacer una evaluación directa para la detección de los posibles talentos deportivos que harán parte del proceso que





los llevara al rendimiento y al alto rendimiento deportivo, lo cual redundara en el fortalecimiento institucional de las ligas.

H. Realizar convenios con el programa de educación física de la universidad del Quindío, para que los estudiantes que realizan sus prácticas pedagógicas, se vinculen a los programas de las escuelas de formación deportiva de las instituciones educativas del departamento, y apoyen a estas en la organización, planificación y ejecución de la fase intramural de los juegos intercolegiados y así mismo participen como auxiliares de apoyo en el componente 6 de este proyecto, que hace referencia a **LA EVALUACION MÉDICA, ANTROPOMETRICA Y FISICA DE LOS TALENTOS DEPORTIVOS DETECTADOS EN LAS INSTITUCIONES.**

I. Realización de los congresos técnicos o reuniones informativas en la fecha establecida, con asistencia obligatoria de docentes o delegados de cada institución en las diferentes disciplinas deportivas.

J. Las instituciones educativas que participaran en representación del departamento en las fases zonales y nacionales deberán tener una asesoría y acompañamiento directo de los técnicos departamentales de cada disciplina en el periodo de preparación técnica a estos eventos.

K. Iniciar actividades a comienzos de marzo y finalizar en noviembre, los cronogramas deben ser respetados, garantizando así el éxito de los juegos intercolegiados en todas sus fases.

#### **METAS:**

- Aumento del número de Instituciones Educativas del departamento participantes de los festivales y juegos intercolegiados.
- Excelente planificación, organización y ejecución de los juegos deportivos intercolegiados, garantizando la fase intramural, municipal y departamental. Así como la excelente representación del departamento en la fase final.
- Mejorar la calidad en el proceso de exploración motriz, iniciación, formación y especialización deportiva en las diferentes etapas del desarrollo motor en cada uno de los ciclos de escolaridad.
- Selección, detección y preparación de talentos que conlleve al aumento de la reserva deportiva del departamento del Quindío.
- Alto nivel competitivo en el Departamento del Quindío.







## OBJETIVOS:

- Desarrollar unos Juegos Intercolegiados muy bien planificados, con cobertura a los 12 municipios del Departamento, con el ánimo de concientizar a rectores, profesores y estudiantes de la importancia de la práctica deportiva extraescolar y sus injerencias en el deporte de nuestro Departamento.
- Ejecutar un programa en el Departamento del Quindío que ayude a planificar y organizar adecuadamente el proceso formativo, físico, deportivo, social, ético y cultural de la comunidad educativa en todas sus etapas de formación, para mejorar los resultados en la participación en los eventos deportivos internos y externos y ayudar en la detección de talentos deportivos.

## POBLACIÓN OBJETIVO:

Población estudiantil del Departamento del Quindío de colegios públicos y privados.

## POBLACIÓN A BENEFICIAR:

5.119 Niños, jóvenes, deportistas, estudiantes escolarizados en edades entre 12 a 17 años de las instituciones educativas oficiales y privadas del Departamento del Quindío en todos los estratos.

## PRESUPUESTO ESTIMADO CON NECESIDADES:

El presupuesto asignado para el año 2.013 de los juegos Intercolegiados Departamentales es de \$84.336.332.000.







## **NOMBRE DEL PROGRAMA: SUPÉRATE CON EL DEPORTE**

### **PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:**

Poca oferta de actividades deportivas como medio de socialización y aprovechamiento del tiempo libre de la población escolarizada y no escolarizada del departamento.

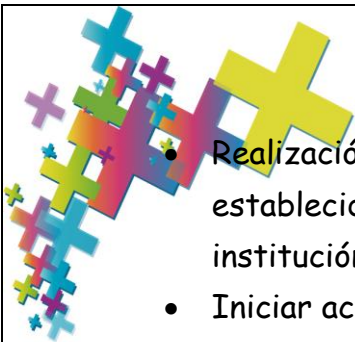
### **DESCRIPCIÓN:**

Programa de desarrollo social integral que busca vincular a los niños, niñas, adolescentes y jóvenes escolarizados y no escolarizados, de 7 a 18 años, a las diferentes actividades deportivas y académicas, priorizando a la población en situación de vulnerabilidad rural y urbana, el cual se propone llegar a los municipios, colegios y familias que más lo necesitan, para hacerlos partícipes de un proceso incluyente de formación, encuentro e intercambio de experiencias en lo deportivo y lo académico. Este programa busca fomentar a través del deporte, la recreación y la actividad física el uso adecuado del tiempo libre, mejorar la calidad y la permanencia educativa de los y las participantes y desarrollar las competencias ciudadanas en los niños, niñas, adolescentes y jóvenes de nuestro país.

### **ACTIVIDADES A DESARROLLAR:**

- Reunión con los coordinadores de deporte de los Municipios elegidos para este programa para la realización de la fase Municipal.
- Reunión con los docentes y rectores de las instituciones Educativas para exponer el programa y hacerle entrega de los respectivos cronogramas.
- Realizar propuestas ante Coldeportes Nacional para que los Municipios se involucren más con este programa y sean ellos los que realicen la fase Municipal





- Realización de los congresos técnicos o reuniones informativas en la fecha establecida, con asistencia obligatoria de docentes o delegados de cada institución en las diferentes disciplinas deportivas.
- Iniciar actividades en marzo y terminar en noviembre.

#### **METAS:**

- Aumento de participación de los Municipios del departamento participantes de los del programa Supérate con el Deporte.
- Optima organización y ejecución del programa Supérate con el Deporte en todos los Municipios, garantizando una excelente participación de los deportistas de las Instituciones Educativas en todas sus fases.
- Capacitar a los rectores, docentes, presidentes de Juntas de Acción Comunal y cabildos indígenas para la inscripción de los deportistas en la página web de Coldeportes Nacional.

#### **OBJETIVO GENERAL:**

- Propiciar la participación de niños, niñas, adolescentes y jóvenes entre 7 y 18 años escolarizados y no escolarizados, en las competencias deportivas, con énfasis en la población en situación de vulnerabilidad desde la fase Municipal.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Crear espacios que permitan descubrir talentos para ir aumentando la capacidad del deporte y la educación en el Departamento.
- Desarrollar unos Juegos bien planificados, con el ánimo de concientizar a rectores, profesores, estudiantes deportistas, juntas de acción Comunal y cabildos de la importancia de la práctica deportiva extraescolar y sus injerencias en el deporte de nuestro Departamento.





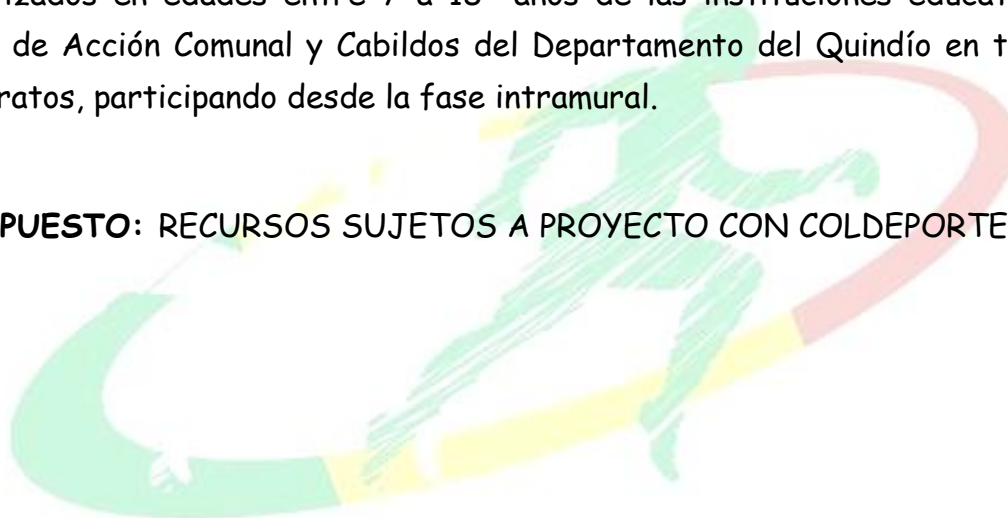
### **POBLACIÓN OBJETIVO:**

Deportistas escolarizados y no escolarizados, población vulnerable, Juntas de Acción Comunal y Cabildos indígenas en edades de 7 a 18 años de los doce municipios del Departamento del Quindío

### **POBLACIÓN A BENEFICIAR (COBERTURA):**

15.000 Niños, jóvenes, deportistas, estudiantes escolarizados y no escolarizados en edades entre 7 a 18 años de las instituciones educativas, Juntas de Acción Comunal y Cabildos del Departamento del Quindío en todos los estratos, participando desde la fase intramural.

**PRESUPUESTO: RECURSOS SUJETOS A PROYECTO CON COLDEPORTES.**



# INDEPORTES

## QUINDIO



**SUBPROGRAMA 3  
APOYO A LIGAS DEPORTIVAS**

METAS PRODUCTO	Indicadores de producto	LINEA BASE	Meta 2015
Apoyo a ligas deportivas que cumplan parámetros de cobertura y resultados federativos hacia los altos logros.	Numero de ligas apoyadas.	0	15

**NOMBRE DEL PROYECTO:**  
APOYO A LIGAS DEPORTIVAS

**PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:**

Falta de conocimiento general frente a las normas vigentes de legislación deportiva de los dirigentes deportivos y/o a las personas que se encuentran al frente ligas y/o clubes deportivos.

**DESCRIPCIÓN:**

El deporte asociado se clasifica en diferentes categorías contemplando tanto los deportes individuales como los de conjunto, señalando los siguientes:

- Deportes de pelota.
- Deportes de tiempo y marca.
- Deportes de contacto.
- Deportes de arte y precisión.

Así mismo en el Departamento del Quindío se han identificado algunas disciplinas y modalidades deportivas a través del tiempo, sumando la experiencia, el conocimiento y la posición alcanzada en las competencias de orden nacional denominándolas como **Deportes Estratégicos**, aquellos que por sus características técnicas para su aprendizaje y práctica han alcanzado figuración Nacional demostrando fortaleza y consecución de medallería importante para el Quindío. Estos deportes se orientarán de manera prioritaria y contarán con las diferentes acciones técnicas y administrativas que desde el Instituto se adelantan en beneficio del Deporte Asociado, claro está sin







descuidar las demás disciplinas que vienen trabajando con proyección y que adicionalmente cuenten con procesos serios y contundentes.

Indeportes Quindío trabajará desde una metodología práctica concerniente en la sustentación y sostenibilidad de los procesos, manteniendo la revisión, el seguimiento, el control y la asesoría permanente a las Ligas y entrenadores, orientado siempre desde la óptica administrativa, técnica y operativa, manteniendo estrecho vínculo con los planes de acción y entrenamiento deportivo presentados por las Ligas, se visitarán frecuentemente los espacios con la intención de fortalecer procesos mediante la verificación de los datos y demás información pertinente que se requiera. Estos controles y seguimientos permitirán establecer los criterios técnicos y económicos para dar viabilidad a los posibles apoyos de cofinanciación para la preparación, participación y fomento de los deportistas en los distintos eventos competitivos locales, regionales, nacionales e internacionales.

Igualmente el departamento biomédico (Médico Deportólogo, Nutricionista, Psicólogo y Fisioterapeuta) deberá complementar el trabajo involucrándose de manera directa y concreta frente al desarrollo y aplicación de los trabajos, estando sujeto a las directrices que desde el Área Misional del Instituto se impartan para la debida asistencia y acompañamiento a los procesos con los técnicos y deportistas de acuerdo con Liga y la disciplina correspondiente.

La implementación deportiva se determinará de acuerdo a la capacidad presupuestal de Indeportes Quindío, así como a la capacidad de respuesta de los Organismos Deportivos del sector privado mediante comunicación continúa con cada una de ellas, manteniendo igualmente el control requerido para su óptima utilización y perdurabilidad.

El apoyo permanente y decisivo a los deportistas adscritos a las diferentes Ligas pertenecientes a los Clubes debidamente conformados que se van destacando por su rendimiento deportivo y comportamiento socio cultural, será otro factor predominante de esta línea de acción con el objetivo estimular y destacar esas capacidades y habilidades que los hacen poseedores de los triunfos y logros deportivos en las diferentes competencias, aquellos que mantienen un rendimiento superior y relevante en su proceso que demuestran entereza, disciplina y altruismo sin dejar de lado la humildad y el respeto por los individuos e instituciones.





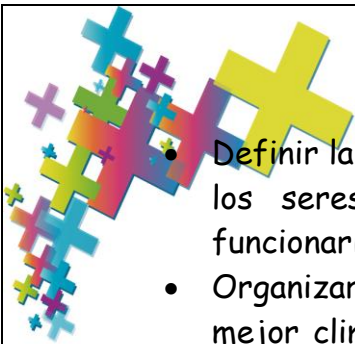
El Instituto analizará cada uno de estos componentes que debe ostentar un verdadero deportista y a través de un incentivo económico coadyuvará para que pueda de manera oportuna intervenir y competir en eventos que le permitan continuar superando obstáculos y barreras en pos de la consecución de triunfos elevando el status del deporte Quindiano en cada uno de los rincones que participe generando admiración y aceptación ante la comunidad que lo acoge.

#### **ACTIVIDADES A DESARROLLAR:**

- Acompañamiento, asesoría y apoyo permanente a las Ligas Deportivas frente a los procesos administrativos, jurídicos, metodológicos, biomédicos y técnicos.
- Apoyo con incentivos económicos a deportistas destacados en las diferentes disciplinas deportivas, especialmente aquellas que están dentro del ciclo olímpico.
- Apoyo económico por medio de co financiación en salidas y competencias federativas.
- Capacitación en las diferentes áreas que intervienen en los procesos deportivos.
- Control, seguimiento y evaluación.
- Desarrollo del programa.
- Elaboración del cronograma de actividades.
- Evaluación del deporte asociado en el Departamento.
- Fortalecimiento y funcionalidad de las Ligas Deportivas de deportes convencionales en todos los niveles de operatividad.
- Gestión y proyección deportiva sustentada en los resultados competitivos alcanzados por los deportistas en los diferentes eventos del calendario federativo, del ciclo olímpico y en representación de nuestro departamento.

#### **METAS:**

- Poseer un sistema de información organizado y funcional en favor del deporte Quindiano.
- Mejorar los canales de difusión y contar con un número muy significativo de deportistas en las diferentes disciplinas deportivas que aporten a mejorar los resultados del deporte Quindiano.



- Definir la comunicación como el medio de mayor eficacia y entendimiento de los seres humanos y en especial de los dirigentes, deportistas y funcionarios del deporte a nivel departamental.
- Organizar los procedimientos administrativos con el objetivo de lograr un mejor clima laboral, mejor desempeño, solidez y responsabilidad entre los funcionarios y contratistas del Instituto.
- Tener un plan de acción claro, definido y serio que sea incluyente y permita impulsar con mayor fuerza y decisión los diferentes procesos deportivos en el Departamento.

### OBJETIVOS:

- Propender para que los dirigentes deportivos y demás actores deportivos de nuestro Departamento alcancen el nivel de conocimiento adecuado para su óptimo desarrollo y funcionalidad frente a estos organismos deportivos.
- Mejorar el acompañamiento y asesoramiento de parte del Instituto con relación a la practicidad y alcance de los objetivos deportivos propuestos para la vigencia.
- Ser veedores de cada uno de los procesos deportivos registrados por las Ligas Deportivas de nuestro Departamento, cumpliendo y haciendo cumplir con la normatividad vigente y los requerimientos propios del Instituto frente al desarrollo deportivo esperado.
- Alcanzar un desempeño acorde con nuestros planteamientos administrativos y financieros que correspondan a las necesidades y a los esfuerzos que desde el Instituto se aplicarán para estabilizar y mejorar los resultados deportivos a nivel nacional.

### POBLACIÓN OBJETIVO:

- Organismos Deportivos
- Deportistas
- Dirigentes Deportivos
- Líderes Deportivos
- Demás actores deportivos del Departamento





**POBLACIÓN A BENEFICIAR:**

LA población estimada a beneficiar de las ligas que cumplan los requisitos técnicos y administrativos es de 870 deportistas de las diferentes categorías.

**PRESUPUESTO:**

Apoyo a ligas deportivas en el departamento del Quindío \$544.102.622



**INDEPORTES**

**QUINDIO**





**SUBPROGRAMA 4**  
**APOYO A LIGAS CON CAPACIDADES ESPECIALES**

METAS PRODUCTO	Indicadores de producto	LINEA BASE	Meta 2015
Apoyo a ligas deportivas con capacidad especial que cumplan parámetros de cobertura y resultados federativos hacia los altos logros.	Numero de ligas apoyadas.	0	5

**NOMBRE DEL PROYECTO:**

**APOYO A LIGAS DEPORTIVAS CON CAPACIDADES ESPECIALES**

**PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:**

Carencia de procesos y programas deportivos que posibiliten proyectar el deporte con capacidades especiales hacia los altos logros, y la falta de conocimiento general de los dirigentes frente a las normas vigentes de legislación deportiva en lo concerniente al tema de la discapacidad.

**DESCRIPCIÓN:**

El proceso deportivo para personas en situación de discapacidad se clasifica en deporte recreativo, terapéutico y de rendimiento, categorías que de manera paulatina Indeportes Quindío ha venido experimentando; hoy contamos con cinco (5) Ligas de Deportes para Limitados (auditiva, física, visual, cognitiva y de parálisis cerebral), con quienes pretendemos lograr la masificación de las mismas implementando estrategias de motivación e integración para la población con este tipo de limitaciones en el Departamento. La intención primaria es la de lograr una participación activa que permita un acercamiento real de la población a los escenarios destinados para las prácticas deportivas y la actividad física.

Por otra parte se trabajará con cada una de las organizaciones municipales para detectar la población en situación de discapacidad y brindar la atención necesaria, para posteriormente realizar una selección de los posibles practicantes de un deporte específico y en el mejor de los casos detectar





talentos deportivos que nos puedan representar en la Justas regionales y nacionales.

Igualmente posibilitaremos el apoyo técnico y de cofinanciación a los procesos de preparación y participación de las Ligas en eventos locales, regionales y nacionales, siempre y cuando se ciñan a las directrices que se tienen desde Indeportes Quindío para este tipo de apoyos.

Los encuentros deportivos y recreativos departamentales serán otra alternativa puntual que se constituye en el escenario ideal para el intercambio, la socialización y el reconocimiento de los adelantos que en materia deportiva y de integración se gestan en cada uno de los Municipios y para el caso particular en cada uno de los deportistas adscritos a los procesos.

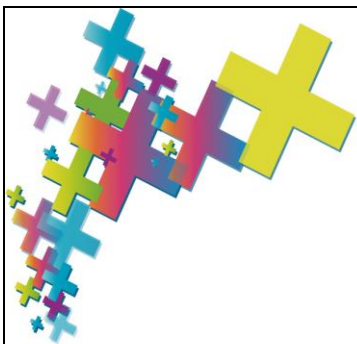
#### **ACTIVIDADES A DESARROLLAR:**

- Acompañamiento, asesoría y apoyo permanente a las Ligas Deportivas frente a los procesos administrativos, jurídicos y técnicos.
- Fortalecimiento y funcionalidad de las Ligas Deportivas de deportes para limitados en todos los niveles de operatividad.
- Construcción conjunta del programa a desarrollar.
- Trabajo cohesionado con las Administraciones Municipales.
- Detección de talentos y trabajo articulado con los entrenadores del deporte convencional.
- Desarrollo de las actividades.
- Control, seguimiento y evaluación de los procesos.
- Salidas y participaciones.

#### **PRESUPUESTO:**

Apoyo a ligas con capacidades especiales \$47.946.500





# RECREACIÓN

INDEPORTES

QUINDIO



Carrera 20 N° 13-22 Edificio Centro Administrativo Departamental C.A.D. Piso 12. Teléfonos: 744 17 68  
744 17 75 Telefax: 744 17 87 - [indeportesquindio2009@hotmail.com](mailto:indeportesquindio2009@hotmail.com) / [firmesconeldeporte@hotmail.com](mailto:firmesconeldeporte@hotmail.com)  
[www.indeportesquindio.gov.co](http://www.indeportesquindio.gov.co) - Facebook: INDEPORTES FIRME CON EL QUINDIO Twitter: @indeportesq





## PROGRAMA - LA RECREACIÓN BASE SOCIAL.

### OBJETIVO PROGRAMÁTICO.

Garantizar el derecho a la recreación, el deporte y la vida sana de la población del Departamento del Quindío.

PROGRAMA LA RECREACIÓN BASE SOCIAL			
METAS RESULTADO	Indicador de resultado	LINEA BASE	Meta 2015
Aumentar el % de la cobertura de los diferentes segmentos poblacionales en el Departamento.	% de personas beneficiadas.	18000	44%

SUBPROGRAMA 1 RECREACIÓN PARA LA INFANCIA, ADOLESCENCIA, JUVENTUD, ADULTOS, PERSONAS MAYORES, DISCAPACITADOS, PENITENCIARIOS, DESMOVILIZADOS, DESPLAZADOS POR LA VIOLENCIA, GRUPOS ÉTNICOS, MADRES CABEZA DE FAMILIA Y DEMÁS POBLACIÓN VULNERABLE.			
METAS PRODUCTO	Indicadores de producto	LINEA BASE	Meta 2015
Realizar programas lúdicos y recreativos de tiempo libre a través del juego y de la recreación para el aprovechamiento y el uso adecuado del tiempo libre como medio de prevención para desarrollar el sentido de pertenencia, la confrontación simbólica y la tolerancia beneficiando a 6.500 personas por año.	Número de programas ejecutados.	3	4







## NOMBRE DEL PROGRAMA: CAMPAMENTOS JUVENILES

### PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:

Carencia de programas recreativos y lúdicos para la adecuada utilización del tiempo libre para la población objetivo situada entre los 13 a los 28 años de edad.

### DESCRIPCIÓN:

Campamentos Juveniles, es un programa de alto impacto dirigido a jóvenes, mujeres y hombres, en edades comprendidas entre los 13 y los 28 años; donde a través de actividades deportivas, recreativas y culturales se aprende a vivenciar por medio de técnicas campamentiles y de ecología el amor por la naturaleza, el liderazgo, el espíritu de ayuda entre otras, convirtiéndose en una Propuesta lúdica y recreodeportiva extraescolar para la correcta utilización del tiempo libre y con el fin de contribuir al desarrollo integral, al afianzamiento de valores y a mejorar la calidad de vida en la población joven de los doce municipios del departamento.

### ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

Se realizan capacitaciones a los adolescentes y jóvenes entre los 13 y 28 años en: Campismo, supervivencia, pionerismo, senderismo, recreación, primeros auxilios y nutrición entre otros. Además se presenta la oportunidad de participar en diferentes actividades en donde se pondrán a prueba los conocimientos adquiridos.

### METAS:

- Capacitar en diferentes técnicas a los grupos de jóvenes campistas en el departamento
- Aumentar la cobertura de campistas en los municipios del departamento





- Realizar campamentos municipales y uno departamental
- Asistir al encuentro nacional de campistas

### OBJETIVO GENERAL:

- Favorecer el desarrollo psicobiológico, socio-afectivo y motor, en los niños y jóvenes beneficiados, con miras al fortalecimiento de competencias físicas, sociales, cognitivas, del lenguaje y al empleo adecuado del tiempo libre.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Contribuir al proceso de formación integral de niños y jóvenes a través del juego, la recreación y la práctica deportiva, fomentando y fortaleciendo valores tales como la responsabilidad, la autoestima, el respeto, la amistad, la tolerancia, la templanza, el liderazgo, el trabajo en equipo etc.
- Estimular el pensamiento creador mediante formas de educación activa, provista por el medio natural de la vida campamental, y por los grupos y núcleos que conforman la estructura de su organización.
- Fomentar las prácticas campamentistas en grupos liderados por los diferentes coordinadores del proyecto en cada uno de los doce municipios.
- Ofrecer una experiencia educativa de vida rústica, que desarrolle una actitud emocional de familiaridad por el contacto íntimo con la naturaleza, que produzca el impacto de la novedad y de la aventura sobre la imaginación, y que estimule el aprendizaje de las habilidades para vivir con seguridad al aire libre.
- Proporcionar nuevas posibilidades para el uso constructivo del tiempo libre, dando a cada acampante oportunidad para aprender habilidades físicas, sociales, manuales, etc., especialmente aquellas en las cuales pueda seguir participando en la edad adulta.
- Satisfacer las necesidades y expectativas en cuanto a recreación y la ocupación del tiempo libre de los jóvenes beneficiados con el programa en los doce municipios.





### **POBLACIÓN OBJETIVO:**

Niños y jóvenes mujeres y hombres en edades comprendidas entre los 13 a los 28 años de edad.

### **POBLACIÓN A BENEFICIAR:**

El estimado a beneficiar por cada municipio es conformar como mínimo grupos de 30 campistas en cada uno de los doce municipios, para un total estimado de 360 campistas.

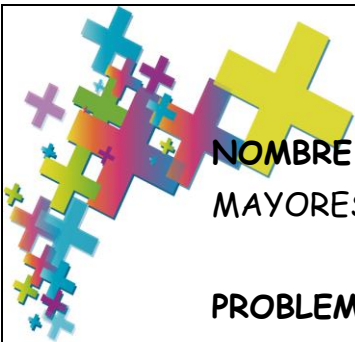
**PRESUPUESTO: DE ACUERDO A COFINANCIACIÓN CON COLDEPORTES.**



# INDEPORTES

## QUINDIO





## **NOMBRE DEL PROGRAMA: QUINDÍO ACTIVO PARA LAS PERSONAS MAYORES**

### **PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:**

Carencia de programas recreodeportivos para la ocupación del tiempo libre y que fomente hábitos saludables en las personas mayores del departamento del Quindío.

### **DESCRIPCIÓN:**

"Quindío activo para las personas mayores", es un proyecto enfocado en actividad física, recreación y ocupación del tiempo libre pensando en nuestro compromiso como ente departamental del deporte y la recreación, de promover, e implementar estrategias que permitan tener un equilibrio tanto físico como intelectual en el desempeño de las actividades cotidianas que mejoren la calidad de vida y bienestar social de las personas mayores.

Formar y ayudar a cambiar las actitudes inadecuadas como el sedentarismo, el aislamiento o la pasividad, conduce a mejorar la calidad de vida de las personas mayores del departamento del Quindío. Enseñar y socializar experiencias y saberes, mediante jornadas recreativas, de actividad física y ocupación del tiempo libre, contribuye al posicionamiento y recuperación del rol social y familiar de las personas mayores.

El acondicionamiento físico traducido como actividad física regular, se considera entonces un componente importante de los denominados estilos de vida saludable. Como lo describe la ley 1276, la cual se refiere a las necesidades de alimentación, salud, interacción social, deporte, cultura, recreación, y actividades productivas como mínimo.

En la edad adulta se recomienda comenzar la actividad física cuanto antes, y no esperar a que se manifiesten totalmente los síntomas del envejecimiento, son conocidas las ventajas del ejercicio en personas mayores, y que podemos resumir en la mejora de la convivencia socio







familiar, (mayor optimismo auto confianza); además disminuye el riesgo de sufrir depresiones y ansiedad al llenar el tiempo libre; y evita el avance de la osteoporosis.

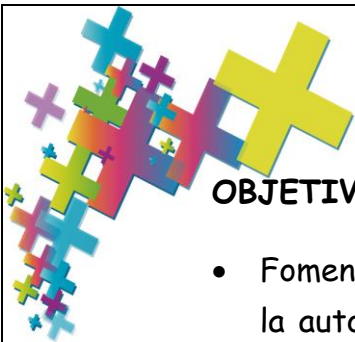
### ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- Acompañamiento continuo a los grupos organizados de los 12 municipios del departamento con profesionales de gran experiencia en Hábitos y estilos de vida saludable los cuales realizan jornadas de actividad física, recreación y ocupación del tiempo libre con las personas mayores.
- Realización de 12 encuentros intergeneracionales municipales.
- Realización del encuentro departamental de **NUEVO COMIENZO**, con la participación de los doce municipios
- Apoyar y asesorar en la logística y la realización de las 12 fases municipales de **NUEVO COMIENZO**.
- Preparar y asesorar a los grupos seleccionados para participar en la fase departamental de **NUEVO COMIENZO** y posteriormente al grupo seleccionado para la fase nacional de este evento.

### METAS:

- Ampliar la cobertura del programa en un 10% en los doce municipios del departamento
- Mejorar condiciones físicas y psicosociales de las personas mayores del departamento del Quindío.
- Implementar la creación de redes de amigos de las personas mayores en el departamento.
- Fortalecer la interacción de las personas mayores en el ámbito familiar, social y comunitario.
- Cambiar la actitud negativa del estereotipo que tiene la comunidad en general hacia las personas mayores a través de los encuentros intergeneracionales y demás actividades.





## OBJETIVO GENERAL:

- Fomentar, contribuir y consolidar el desarrollo social, la independencia, la autonomía y el auto cuidado de las personas mayores a través de la actividad física, la recreación y la ocupación del tiempo libre, en los doce municipios del departamento del Quindío.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- impulsar estrategias de posicionamiento y recuperación del rol social y familiar de las personas mayores a través del intercambio, enseñanza y socialización de experiencias y saberes, mediante jornadas recreativas, deportivas y culturales.
- Promover la actividad física, la recreación y ocupación del tiempo libre como herramientas de inclusión social.
- Estimular la creación de espacios de integración intergeneracional en el departamento del Quindío
- Fortalecer el proceso del programa nuevo comienzo "Miradas de amor y alegría" con el apoyo a la realización de las fases municipales y la realización de la fase departamental.
- Realizar un acompañamiento continuo con el programa "Quindío activo para las personas mayores" en los doce municipios del departamento.

## POBLACIÓN OBJETIVO:

Personas mayores de 60 años de estratos 1, 2, 3 verificado por inscripción en el SISBEN, poblaciones vulnerables y personas pertenecientes a Centros de Bienestar al Adulto mayor (CBA).

Condiciones de salud certificada a través de la secretaria de salud municipal o departamental, de tal manera que los desplazamientos y actividades del programa no pongan en riesgo su bienestar.





**POBLACIÓN A BENEFICIAR:**

El programa "QUINDÍO ACTIVO PARA LAS PERSONAS MAYORES", busca beneficiar a 2500 personas mayores de los doce (12) municipios del departamento.

**PRESUPUESTO:** DE ACUERDO A COFINANCIACION CON COLDEPORTES.



**INDEPORTES**

**QUINDIO**





## NOMBRE DEL PROYECTO: VACACIONES RECREATIVAS

### PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:

Carencia de programas lúdicos y recreativos para la correcta ocupación del tiempo libre en jornadas extra curriculares en la población infantil y juvenil del departamento.

### DESCRIPCIÓN:

El proyecto de vacaciones recreativas para niñ@s y jóvenes de las diferentes comunidades del departamento del Quindío, se desarrollará mediante actividades recreativas, deportivas, pedagógicas y lúdicas, dirigidas a los diferentes sectores que conforman la comunidad del departamento del Quindío. Utilizando herramientas educativas y actividades físicas e intelectuales de esparcimiento, que posibilitan el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social; el proyecto trabaja multidisciplinariamente intentando fortalecer los valores culturales y reconociendo el pluralismo cultural presente en el departamento.

### ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- En primer lugar el proyecto abarca la comunidad rural y urbana de los doce municipios del departamento del Quindío desarrollando una actividad de vacaciones recreativas enfocada al trabajo de talleres y recreación dirigida con la población infantil y juvenil, incluyendo la comunidad excepcional y las personas mayores.
- En segundo lugar, el proyecto plantea el desarrollo de encuentros intergeneracionales con las personas mayores, los niñ@s y jóvenes, en un coloquio de carácter pedagógico en un compartir de experiencias e historias de las personas mayores.







- En tercer lugar, el proyecto incluye el desarrollo de actividades de interacción con las comunidades indígenas y la población afodescendiente del departamento.
- Dichas actividades de interacción incluyen conversatorios y talleres con los lideres, recreación con la población infantil y actividades de intercambio cultural con los diferentes actores de la comunidad para contribuir al desarrollo humano, la paz y a la convivencia de nuestra sociedad.
- Finalmente, el proyecto contempla una etapa de valoración y análisis de las temáticas desarrolladas, que permitirá plantear las actividades a desarrollar en futuras visitas.

### **METAS:**

Se pretende por medio de las actividades recreativas contribuir al correcto aprovechamiento del tiempo libre del ocio, al desarrollo humano, la paz y a la convivencia de nuestra sociedad.

### **OBJETIVO GENERAL:**

Generar un proyecto de Recreación en niñ@s y jóvenes adolescentes de 6 a 16 años que permita el desarrollo de competencias y habilidades cognitivas y permita afianzar valores como el respeto, la tolerancia, el liderazgo por medio de actividades lúdicas y recreodeportivas en la comunidad del departamento del Quindío.

### **POBLACIÓN OBJETIVO:**

La población que se beneficiará con el proyecto de recreaciones base social, son 2.5000 niñ@s y jóvenes adolescentes entre 6 y 16 años

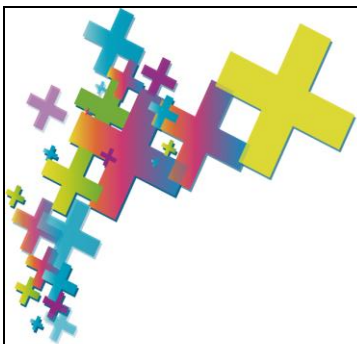
### **POBLACIÓN A BENEFICIAR:**

Niñ@s y jóvenes adolescentes de las diferentes comunidades de estrato 1, 2 y 3 de los doce Municipios del Departamento del Quindío.

### **PRESUPUESTO:**

COFINANCIACION COLDEPORTES





# ACTIVIDAD FÍSICA

## INDEPORTES

### QUINDIO



Carrera 20 N° 13-22 Edificio Centro Administrativo Departamental C.A.D. Piso 12. Teléfonos: 744 17 68  
744 17 75 Telefax: 744 17 87 - [indeportesquindio2009@hotmail.com](mailto:indeportesquindio2009@hotmail.com) / [firmesconeldeporte@hotmail.com](mailto:firmesconeldeporte@hotmail.com)  
[www.indeportesquindio.gov.co](http://www.indeportesquindio.gov.co) - Facebook: INDEPORTES FIRME CON EL QUINDIO Twitter: @indeportesq





**PROGRAMA: ACTIVIDAD FÍSICA, SALUD Y PRODUCTIVIDAD.**

**OBJETIVO PROGRAMÁTICO.**

Promover la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre en los ámbitos sociales y laborales de la comunidad del Quindío.

PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA, SALUD Y PRODUCTIVIDAD			
METAS RESULTADO	Indicador de resultado	LINEA BASE	Meta 2015
Incrementar % de personas, el número de personas que participan en programas que articulan políticas públicas de salud con la creación de hábitos y estilos de vida saludable por medio de la actividad física.	% de personas que participan en los programas.	30000	13%

SUBPROGRAMA 1 ACTIVIDAD FISICA Y HABITOS DE VIDA SALUDABLE "QUINDIO FIRME CON LA ACTIVIDAD FISICA".			
METAS PRODUCTO	Indicadores de producto	LINEA BASE	Meta 2015
Realizar un programa de actividad física como instrumento útil para reconstruir el tejido social, alejar a los niños, jóvenes, adultos y a la población vulnerable de los riesgos de las adicciones, problemas derivados del sedentarismo y otros hábitos no saludables beneficiando a 8.500 personas por año.	Número de programas ejecutados.	2	4





**NOMBRE DEL PROGRAMA:** "PAPITA QUINDÍO, FIRME CON LA ACTIVIDAD FÍSICA".

**PROBLEMA QUE SE VA A ATENDER:**

Teniendo en cuenta los diversos problemas que aquejan a la comunidad tales como:

- poco compromiso de las redes de actividad física creadas en el 2008 por medio de resolución
- falta de compromiso por parte de los coordinadores de deporte
- falta de conocimiento del tema
- poca convocatoria
- en la instituciones educativas falta compromiso de los docentes y personal administrativo

**DESCRIPCIÓN:**

*PAPITA QUINDÍO, "PIENSA CON CORAZÓN"*, Proyecto que tiene como objetivo contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los Quindianos, promocionando los estilos de vida saludable mediante diferentes estrategias para la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, los espacios libres de humo de tabaco, el cuidado al medio ambiente y la práctica continua y organizada de actividad física, acciones que se promueven mediante la estrategia Palpita Quindío la cual se desarrolla en 3 fases:


1. Alistamiento.
2. Diagnostico y Sensibilización.
3. Intervención y Acción.

Así mismo se estructuran tres líneas de acción así:

1. Instauración del Hábito Saludable.





- 
2. Capacitación conceptual y técnica mediante charlas teóricas prácticas para la utilización de metodologías y material entregado por Indeportes Quindío.
  3. Realización de Eventos Masivos.

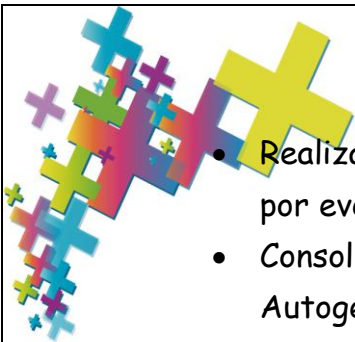
#### ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- Capacitación.
- Operatividad de redes de actividad física en los doce municipios.
- Elaboración del proyecto a cofinanciar.
- Instauración del Habito Saludable.
- Realización de cronograma de actividades.
- Realizar un evento masivo por mes en cada municipio (Ciclopaseos, ciclovias, Caminatas masivas, Descansos activos, Rumbaterapia, Rumbaton).
- Realizar PUNTOS MOBI
- Hacer entrega de publicidad alusiva al programa
- Seguimiento y control al programa.

#### METAS:

- Reactivar el comité Departamental de Estilos de Vida saludable conformado mediante resolución 1072 de 08 de agosto del 2008, el cual está integrado por: Secretarías de Desarrollo Social, Educación, Cultura, Turismo, Desarrollo Ambiental, secretaria de deportes municipales y Rural, Instituto Seccional de salud del Quindío, Indeportes Quindío, Comfenalco, Universidad del Quindío e Imdera.
- Crear y fortalecer redes de actividad física en los municipios del departamento, para incentivar y motivar la práctica continua de la actividad física en todos los municipios del departamento.
- Implementar 6 espacios de Ciclo vías comunitarias en el Departamento.
- Capacitar 96 líderes promotores en actividad física para los barrios, comunidades y municipios del Departamento y la Ciudad Capital.





- Realizar 12 ciclopaseos masivos con una participación de 600 personas por evento.
- Consolidar 30 grupos de actividad física en el Departamento por Autogestión comunitaria.

### **OBJETIVO GENERAL:**

Promover los hábitos y estilos de vida saludables en la población Quindiana (ámbito comunitario, educativo, laboral y salud) a través de clases planeadas y ejecutadas de acuerdo a las necesidades encontradas en nuestro departamento, para lograr disminuir el consumo de cigarrillo y sustancias psicoactivas, instaurar hábitos alimenticios saludables, promover la práctica continua de la actividad física favoreciendo, paulatinamente la prevención enfermedades crónicas no transmisibles y la muerte súbita.

### **OBJETIVOS ESPECIFICOS:**

- Contribuir a la generación de conciencia y cultura ciudadana en aras de disminuir los índices de prevalencia de enfermedades asociadas al sedentarismo.
- Desarrollar actividades masivas dirigidas a la promoción de la actividad física, alimentación saludable y espacios 100% libres de humo de tabaco como cultura de vida.
- Direccionar espacios de actividad física (pausas activas) en las diferentes instituciones o empresas que nos permitan mejorar la condición laboral y por supuesto en la salud
- Estructurar redes sociales de actividad física en los municipios, que promuevan y fomenten cambios en los hábitos de movilidad de las comunidades.
- Generar los espacios para garantizar el acceso de la población a programas de actividad física sistemática de acuerdo a sus preferencias.





## **POBLACIÓN OBJETIVO:**

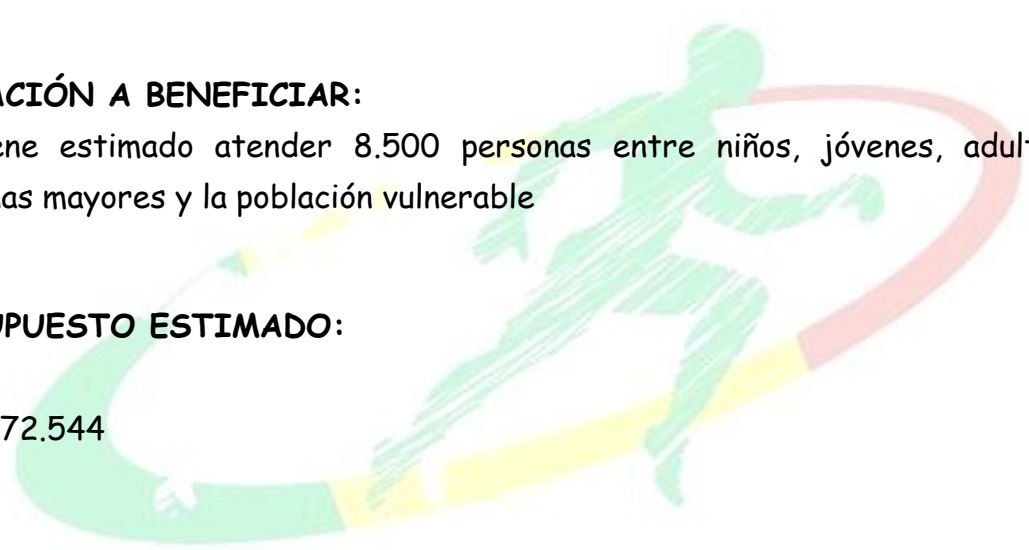
Mediante la estrategia "HABITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE", se tiene proyectado beneficiar a los niños, jóvenes, adultos y personas mayores de los diferentes segmentos poblacionales de estratos 1, 2 y 3 de cada uno de los doce (12) municipios del departamento del Quindío interesados en las practicas de actividad física.

## **POBLACIÓN A BENEFICIAR:**

Se tiene estimado atender 8.500 personas entre niños, jóvenes, adultos, personas mayores y la población vulnerable

## **PRESUPUESTO ESTIMADO:**

\$101.772.544



# INDEPORTES

**MANUEL ANTONIO RODRIGUEZ QUINTERO**

Profesional Universitario

**INDEPORTES QUINDÍO**

