RESOLUCION N° 115
(27 de Junio de 2023)

Por la cual se justifica la celebración de un convenio interadministrativo entre el MUNICIPIO DE TUNJA Y EL INSTITUTO DE LA JUVENTUD, EL DEPORTE, LA RECREACION, EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE Y LA EDUCACIÓN EXTRAESCOLAR DEL MUNICIPIO DE TUNJA (IRDET)

LA SECRETARIA DE CONTRATACION, LICITACIONES Y SUMINISTROS

En uso de sus facultades legales, en especial las conferidas por el Decreto Municipal de Delegación No. 003 de 2021, por la Ley 80 de 1993, Ley 1150 de 2007 y el Decreto compilatorio 1082 de 2015 y,

CONSIDERANDO:

Que la Constitución Política de Colombia de 1991, prevé en su artículo 2° como fines del estado:

"*ARTÍCULO 2. Son fines esenciales del Estado: servir a la comunidad, promover la prosperidad general y garantizar la efectividad de los principios, derechos y deberes consagrados en la Constitución; facilitar la participación de todos en las decisiones que los afectan y en la vida económica, política, administrativa y cultural de la Nación; defender la independencia nacional, mantener la integridad territorial y asegurar la convivencia pacífica y la vigencia de un orden justo. Las autoridades de la República están instituidas para proteger a todas las personas residentes en Colombia, en su vida, honra, bienes, creencias y demás derechos y libertades, y para asegurar el cumplimiento de los deberes sociales del Estado y de los particulares*".

Que dentro de los fines de la contratación estatal señalados en el artículo 3° de la Ley 80 de 1993, se estipuló:

"*Artículo 3º.- De los Fines de la Contratación Estatal. Los servidores públicos tendrán en consideración que al celebrar contratos y con la ejecución de los mismos, las entidades buscan el cumplimiento de los fines estatales, la continua y eficiente prestación de los servicios públicos y la efectividad de los derechos e intereses de los administrados que colaboran con ellas en la consecución de dichos fines. Los particulares, por su parte, tendrán en cuenta al celebrar y ejecutar contratos con las entidades estatales que, además de la obtención de utilidades cuya protección garantiza el Estado, colaboran con ellas en el logro de sus fines y cumplen una función social que, como tal, implica obligaciones".*

Igualmente la Ley 136 de 1994 y la Ley 1551 de 2012, determinan que es facultad del alcalde asegurar la transparencia acción jurídica y administrativa del municipio en la actividad contractual que tiene a su cargo el ente territorial como herramienta para la satisfacción de varias de sus necesidades velando por la obediencia y aplicación de todas las formalidades y solemnidades el cumplimiento de todas las tareas actividades y etapas señaladas en la ley para la materialización

de los principios de la contratación pública y ser garante de los principios rectores del ejercicio de la competencia que les atribuye la Constitución y la Ley conforme a los principios señalados en la ley orgánica de ordenamiento territorial y la ley de distribución de recursos y competencias que desarrolla el artículo 356 de la Constitución Política especialmente en lo referente a la responsabilidad y transparencia que puntualiza que los municipios asumirá las competencias a su cargo previendo lo recursos necesarios sin comprometer la sostenibilidad financiera en su entidad territorial, garantizando su manejo transparente para lo cual las autoridades municipales promoverán el control de las actuaciones de la administración por parte de los ciudadanos a través de ejercicios que involucren en la planeación ejecución y rendición final de cuentas como principio responsabilidad política y administrativa de los asuntos oficiales a fin de cuentas como principio responsabilidad política y administrativa de los asuntos oficiales a fin de prevenir la ocurrencia de actos de corrupción relacionados con la ejecución del presupuesto y la contratación estatal el cumplimiento de la legislación especial que se expida en la materia.

La Ley 489 de 1998 en su artículo 6: señala En virtud del principio de coordinación y colaboración, las autoridades administrativas deben garantizar la armonía en el ejercicio de sus respectivas funciones con el fin de lograr los fines y cometidos estatales.

En consecuencia, prestarán su colaboración a las demás entidades para facilitar el ejercicio de sus funciones y se abstendrán de impedir o estorbar su cumplimiento por los órganos, dependencias, organismos y entidades titulares.

PARAGRAFO. A través de los comités sectoriales de desarrollo administrativo de que trata el artículo 19 de esta ley y en cumplimiento del inciso 2o. del artículo 209 de la constitución política se procurará de manera prioritaria dar desarrollo a este principio de la coordinación entre las autoridades administrativas y entre los organismos del respectivo sector.

La obra de infraestructura del CENTRO DE CIENCIAS APLICADAS DEL DEPORTE DE TUNJA, actualmente se encuentra en construcción y está ubicada dentro de la sede norte del Instituto de la Juventud, el Deporte, la Recreación, el Aprovechamiento del Tiempo Libre y la Educación Extra Escolar del Municipio de Tunja – IRDET en el Kilómetro 2 antigua vía Paipa – Tunja, es un escenario deportivo que se proyecta para dedicarse al desarrollo de las ciencias aplicadas del deporte, las cuales tienen como objetivo preservar la salud para coadyuvar en la optimización del rendimiento físico de los deportistas aficionados y de alto rendimiento a través de evaluaciones morfofuncionales.

Dentro de las actividades que se pueden desarrollar en el CENTRO DE CIENCIAS APLICADAS DEL DEPORTE, están:

1. ANTI DOPING

• Dar a conocer el Código Antidopaje.
• Realizar charlas y conferencias educativas a los deportistas, entrenadores, personal técnico y directivos en el tema de dopaje deportivo.
• Realizar talleres y capacitaciones educativas promoviendo el antidopaje deportivo.
• Elaborar y divulgar material educativo formativo.
• Brindar asesoría y prevención acerca del uso de suplementos nutricionales a los deportistas y entrenadores.

• Brindar asesoría en el uso de medicamentos a los deportistas y entrenadores.

2. INVESTIGACIÓN

• Motivar la realización de investigaciones científicas con los Clubes deportivos, academia y demás actores del sector deportivo.
• Apoyar la realización de las distintas investigaciones en los temas médicos, nutricionales, psicológicos, fisiológicos, fisioterapéuticos y otros.
• Dar a conocer las investigaciones realizadas.

3. CENTRO DE ESPECIALIDADES

• Promover el desarrollo científico del deporte en apoyo al proceso de desarrollo deportivo, atreves de diferentes disciplinas científico-deportivas y de brindar atención especializada a los deportistas realizando alianzas en las áreas de: medicina del deporte, psicología, laboratorio clínico, traumatología y ortopedia, Fisiatría y Fisioterapia, nutrición y odontología.

3.1. MEDICINA GENERAL

• Elaborar ficha médica de los deportistas con el historial médico deportivo.
• Realizar el diagnóstico y tratamiento de enfermedad común a los deportistas.
• Diagnosticar la suspensión y alta para la práctica deportiva de los deportistas.
• Realizar evaluaciones Pre-Competencia, Nacionales e Internacionales para aprobar la participación de los deportistas.
• Extender certificados médicos para la competencia.
• Brindar cobertura a eventos deportivos, nacionales e internacionales.
• Participar en jornadas científicas para promover la investigación y desarrollo del sistema del deporte federado.
• Elaborar y presentar estadísticas deportivas de relevancia.
• Promover la profilaxis e higiene en salud.

3.2. PSICOLOGÍA

• Realizar evaluaciones de psicológica deportiva a los deportistas.
• Aplicar pruebas psicológicas a deportistas.
• Determinar el psicodiagnóstico deportivo derivado de las evaluaciones realizadas.
• Elaborar y ejecutar programas psicológicos deportivos.
• Realizar orientación psicológica individual con deportistas y entrenadores.
• Realizar capacitaciones, supervisar y coordinar el trabajo del equipo de psicología.
• Generar información relevante para realizar diagnósticos de los deportistas.

3.3. LABORATORIO CLÍNICO

• Realizar exámenes de laboratorio solicitados por deportistas.
• Proporcionar resultados a los solicitantes de las pruebas solicitadas.
• Tabular el control de ingreso e información a la base de datos.
• Realizar informes estadísticos de producción diaria para mejorar la atención de los servicios prestados.

• Y todas las demás funciones inherentes que asigne la Dirección.

3.4. TRAUMATOLOGÍA Y ORTOPEDIA

• Prevenir lesiones a los deportistas federados en el proceso de desarrollo deportivo.
• Realizar diagnósticos y tratamientos de lesiones deportivas.
• Realizar evaluaciones ortopédicas y traumatológicas.
• Realizar dictámenes para aprobar la suspensión y alta para la práctica del deporte.
• Brindar cobertura medica a eventos deportivos, nacionales e internacionales.
• Fomentar la participación en Jornadas Científicas para promover el desarrollo del sistema del deporte federado.

3.5. FISIATRÍA Y FISIOTERAPIA

• Realizar evaluaciones y elaborar planes de rehabilitación de los atletas referidos por el Médico Especialista.
• Realizar la supervisión y llevar el control del tratamiento ejercido por los Fisioterapistas.
• Supervisar el uso adecuado y buen funcionamiento del equipo en su área de trabajo.
• Brindar cobertura a competencias deportivas, nacionales e internacionales.
• Fomentar la participación en jornadas científicas para promover el desarrollo del sistema del deporte federado.
• Generar información relevante para realizar diagnósticos de los deportistas federados.
• Establecer controles estadísticas de la prestación de servicios a deportistas federados.
• Elaborar protocolos de tratamientos según lesión.
• Elaborar programas de prevención de lesiones deportivas.

3.6. NUTRICIÓN

• Determinar el estado nutricional del deportista federado.
• Realizar evaluaciones del gasto e ingesta calórico diario del deportista federado.
• Determinar los hábitos alimenticios ideales para los deportistas federados.
• Realizar capacitaciones de orientación y educación nutricional.
• Elaborar planes de dieta individualizados para mejorar rendimiento físico.
• Realizar supervisión de cafeterías, restaurantes y entidades proveedoras de alimentación para los atletas en proceso de desarrollo deportivo.
• Brindar cobertura en competencias deportivas, nacionales e internacionales.
• Generar información relevante para realizar diagnósticos de los deportistas federados.
• Establecer controles estadísticas de la prestación de servicios a deportistas federados.
• Fomentar la participación en jornadas científicas para promover el desarrollo del sistema del deporte federado.

4. ACOMPAÑAMIENTO AL DESARROLLO DEPORTIVO

• Coordinar al grupo que conforma cada Equipo Profesional Multidisciplinario.
• Revisar la programación de trabajo semanal de los Equipos Profesionales Multidisciplinarios, así como cualquier otro elemento de importancia relacionado.
• Coordinar a los Equipos Profesionales Multidisciplinarios en el seguimiento de planes de entrenamiento deportivo.

• Participar en las reuniones de carácter administrativo y/o científico que asigne la Dirección.
• Coordinar la investigación anual de cada profesional de los Equipos Profesionales Multidisciplinarios y de Clínicas Departamentales.
• Revisar el informe por medio de estadística semanal y mensual de las actividades realizadas por los Equipos Profesionales Multidisciplinarios y demás profesionales que integran la Dirección.
• Coordinar el desarrollo para la presentación de las investigaciones realizadas durante la Jornada o Congreso de Ciencias Aplicadas al Deporte anualmente.

5. EQUIPOS MULTIDISCIPLINARIOS

• Elaborar ficha de historia médica deportiva del deportista.
• Promover la prevención de lesiones y enfermedades.
• Establecer controles médicos de entrenamiento deportivo a través de pruebas morfo funcionales y funcionales.
• Atender lesiones que se presentan en el área de entrenamiento.
• Realizar chequeos médicos pre competencia.
• Brindar atención médica a enfermedades.
• Brindar cobertura médica durante competencias deportivas nacionales e internacionales.
• Realizar evaluaciones psicológicas a los deportistas.
• Socialización de los resultados a deportistas, entrenadores, padres de familia y directivos deportivos.
• Elaboración y ejecución de planes de entrenamientos psicológicos deportivo.
• Aplicar masajes terapéuticos y recuperativos a deportistas.
• Aplicar de baterías de exámenes tal como: – Test de Fuerza – Amplitud articular – Alineamiento postular – Examen podo gráfico
• Realizar charlas educativas dirigidas a deportistas, entrenadores y padres de familia.
• Implementar controles nutricionales durante el proceso de entrenamiento deportivo.

6. CENTRO DE PERFECCIONAMIENTO DEPORTIVO

• Realizar evaluaciones del ejercicio a los atletas a través de diferentes pruebas o exámenes específicos en las áreas de Fisiología y Biomecánica con la finalidad de evaluar el rendimiento físico deportivo.

7. FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

• Realizar evaluaciones morfofuncionales para determinar el estado de salud y rendimiento físico de los deportistas.
• Realizar evaluaciones de fuerza muscular a los deportistas.
• Realizar evaluaciones de capacidad y potencia aeróbicas a los deportistas.
• Realizar evaluaciones de capacidad y potencia anaeróbica a los deportistas.
• Realizar pruebas de esfuerzo con monitoreo electrocardiográfico en casos que lo requieran los deportistas.
• Interpretar los análisis de resultados electrocardiográficos
• Realizar análisis e interpretación de resultados de las pruebas aeróbicas y anaeróbicas.
• Elaborar informes de resultados médico deportivos de fisiología del ejercicio
• Presentar y discutir los resultados con entrenadores de diferentes federaciones, sobre fisiología del ejercicio

• Y todas las demás funciones inherentes que asigne la Dirección.

8. BIOMECÁNICA

• Realizar análisis del movimiento de la técnica deportiva de los atletas.
• Determinar aceleraciones, desplazamientos lineales y angulares.
• Calcular y analizar el centro de gravedad del cuerpo.
• Realizar análisis de palancas y trayectorias.
• Realizar comparaciones entre la técnica de un grupo de atletas de nivel nacional e internacional.
• Recomendar acciones con base al análisis de los resultados.
• Dar seguimiento de la evolución de los atletas analizados.
• Mantener la Innovación aprendiendo nuevos sistemas de análisis
• Participar en conjunto con otras unidades.
• Presentar informes de los atletas analizados.

Lo anterior en concordancia con la definición de escenarios deportivos de la Ley 1356 de octubre 23 de 2009 artículo 2, el Manual de Uso y cuidado de los Escenarios Deportivos ubicados en el Centro de Alto Rendimiento en Altura– CAR, Versión 1, Código ATC-MN-003 de 13 de julio de 2020 del Ministerio del Deporte, y los lineamientos de política pública y ciencias aplicadas del deporte.

El entrenamiento deportivo es integral desde lo físico, técnico, táctico y psicológico y los cuatro ejes deben entrenarse, tal y como lo ha establecido las ciencias aplicadas del deporte reconocidas por el Ministerio del Deporte, ya que cada área busca mejorar el rendimiento competitivo y crecimiento personal de los deportistas, razón por la cual es considerado un escenario deportivo la infraestructura donde se desarrolle este tipo de actividades.

Adicionalmente el CENTRO DE CIENCIAS APLICADAS DEL DEPORTE DE TUNJA, se encuentra en concordancia con el Manual de Escenarios Deportivos expedido por el Ministerio del Deporte donde dentro de la clasificación según las actividades deportivas reconocidas se encuentran las recreodeportivas, que se caracterizan por ser espacios de menor escala, destinados a la práctica recreativa de uno o varios deportes, que no están sujetos a cumplir con las medidas o características mínimas en las zonas de práctica deportiva y donde en el mismo manual estipula las tipologías de instalaciones deportivas, salas o salones deportivos, canchas o campos deportivos, coliseos, pistas, estadios, piscinas y la zonificación de los escenarios deportivos.

Por su parte la Ley 181 de enero 18 de 1995, por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el Sistema Nacional del Deporte, en su ARTÍCULO 6º.- reza "Es función obligatoria de todas las instituciones públicas y privadas de carácter social, patrocinar, promover, ejecutar, dirigir y controlar actividades de recreación, para lo cual elaborarán programas de desarrollo y estímulo de esta actividad, de conformidad con el Plan Nacional de Recreación". Adicionalmente en su ARTÍCULO 8º.- indica que "Los organismos deportivos municipales ejecutarán los programas de recreación con sus comunidades, aplicando principios de participación comunitaria". Para ello es importante tener en claro la clasificación dada en sus Artículos 15 y 16 así: El deporte en general, es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.

Con el CENTRO DE CIENCIAS APLICADAS DE TUNJA se podrá garantizar que los deportistas Tunjanos puedan potenciar con ayudas científicas sus resultados deportivos, entendiendo para ellos la potencialización desde las distintas clases de deportes así:

• DEPORTE FORMATIVO. Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivos. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las Escuelas de Formación Deportiva y semejantes.

• DEPORTE SOCIAL COMUNITARIO. Es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad. Procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida.

• DEPORTE UNIVERSITARIO. Es aquel que complementa la formación de los estudiantes de educación superior. Tiene lugar en los programas académicos y de bienestar universitario de las instituciones educativas definidas por la Ley 30 de 1992. Su regulación se hará en concordancia con las normas que rigen la educación superior.

• DEPORTE ASOCIADO. Es el desarrollo por un conjunto de entidades de carácter privado organizadas jerárquicamente con el fin de desarrollar actividades y programas de deporte competitivo de orden municipal, departamental, nacional e internacional que tengan como objeto el alto rendimiento de los deportistas afiliados a ellas.

• DEPORTE COMPETITIVO. Es el conjunto de certámenes, eventos y torneos, cuyo objetivo primordial es lograr un nivel técnico calificado. Su manejo corresponde a los organismos que conforman la estructura del deporte asociado.

• DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO. Es la práctica deportiva de organización y nivel superiores. Comprende procesos integrales orientados hacia el perfeccionamiento
de las cualidades y condiciones físico - técnicas de deportistas, mediante el aprovechamiento de adelantos tecnológicos y científicos.

• DEPORTE AFICIONADO. Es aquel que no admite pago o indemnización alguna a favor de los jugadores competidores distinto del monto de los gastos efectivos ocasionados durante el ejercicio de la actividad deportiva correspondiente.

• DEPORTE PROFESIONAL. Es el que admite como competidores a personas naturales bajo remuneración, de conformidad con las normas de la respectiva federación internacional.

Posteriormente mediante el Decreto 1085 de 26 de mayo de 2015 se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Administrativo del Deporte, en el Artículo 2.4.1.2. estipula la tipología de deportes para efectos de la participación de niños en eventos recreativos o deportivos, los cuales dividen los deportes reconocidos por el Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre, (COLDEPORTES), como:

1. DE CONTACTO: En los que el contacto físico es consecuencia del juego, tales como el baloncesto, el béisbol, el fútbol, el fútbol de salón, el polo, el softbol y el polo acuático;

2. DE COLISIÓN: En los que el contacto físico ocurre por el choque de los cuerpos, tales como el hockey y sobre ruedas, el boxeo, la lucha, el taekwondo, el karate-do y el judo;

3. DE FUERZA: En los que se modifica el estado de reposo o movimiento de un cuerpo inanimado, tales como el levantamiento de pesas, los lanzamientos en atletismo y el tejo.

4. DE NO CONTACTO: En los que el contacto físico no ocurre durante el desarrollo del juego, tales como: el ajedrez, el atletismo, el esquí náutico, la gimnasia, el golf, el patinaje, el bridge, el tenis de campo, el tenis de mesa, el voleibol, el bolo, el ciclismo, la natación, la natación de carreras o artística y las actividades subacuáticas.

5. DE ALGÚN RIESGO: Aquellos deportes que implican peligro para la integridad del deportista, por el medio en que se practica, tales como: el automovilismo, el montañismo, los karts, el motociclismo, el ciclismo en velódromo o en carreras, la vela, las actividades subacuáticas, el esquí náutico, los ecuestres, el polo, el tiro, la caza, los clavados de natación y el tejo.

El Ministerio del deporte en el año 2018 expidió el Manual de Escenarios Deportivos, el cual define las condiciones técnicas, normativas y de planificación que deben considerarse para el diseño y la posterior construcción de instalaciones deportivas, tomando como referencia las normas y características técnicas reglamentadas por las diferentes federaciones deportivas internacionales, que incluye una clasificación y tipología de los escenarios deportivos así:

• De alta competencia: Son aquellas edificaciones diseñadas con el fin de albergar competencias deportivas nacionales o internacionales, en las que se debe cumplir de manera precisa con la normativa de las federaciones internacionales.

• De formación y competencia: Edificaciones creadas para la formación, desarrollo de habilidades, perfeccionamiento y práctica deportiva.

• Recreodeportivas: Que se caracterizan por ser espacios de menor escala, destinados a la práctica recreativa de uno o varios deportes, que no están sujetos a cumplir con las medidas o características mínimas en las zonas de práctica deportiva.

Es importante tener en cuentas que las diferentes tipologías de instalaciones deportivas, salas o salones deportivos, canchas o campos deportivos, coliseos, pistas, estadios, piscinas y la zonificación de los escenarios deportivos. Existen la compilación de fichas técnicas de 26 deportes: esgrima, baloncesto, voleibol, judo, boxeo, balonmano, bádminton, lucha, karate, fútbol, fútbol sala, squash, levantamiento de pesas, taekwondo, tenis, natación, tenis de mesa, rácquetbol, atletismo, gimnasia, béisbol, sóftbol, rugby, ciclismo, patinaje y tiro con arco. Vale la pena destacar que la construcción de las fichas técnicas de los deportes se realizó con el apoyo técnico y teórico de los profesionales que componen el equipo de Juegos y Eventos del Ministerio del Deporte, quienes acompañaron a un grupo de 16 profesionales que participaron en la construcción del Lineamiento de Política Pública en Infraestructura Deportiva expedida por el Ministerio del Deporte.

IMPORTANCIA DE LAS CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE

La estimulación cognitiva (EC) se refiere al conjunto de técnicas y estrategias orientadas a mejorar el rendimiento y la eficacia de capacidades y funciones ejecutivas como la memoria, atención, lenguaje, razonamiento o la planificación, entre otras. La estimulación genera cambios en la plasticidad cerebral, entendida esta como la capacidad del sistema nervioso para modificar su estructura y su funcionamiento como reacción y adaptación a la diversidad del entorno. Mantener activa la mente y estimular las capacidades cognitivas nos ayuda a aumentar la reserva cognitiva, que es uno de los factores que contribuye a que nuestro cerebro sea más resistente, Mantenerse mentalmente activo no implica, necesariamente, enzarzarse en actividades intelectivamente muy complejas. Hay muchas actividades cognitivamente estimulantes que, además, pueden resultar muy entretenidas, como participar en juegos de mesa o resolver pasatiempos.

Hay que tener en cuenta que la estimulación cognitiva óptima es la que integra la práctica de distintas capacidades. Es decir, es importante alternar varias formas de estimulación y combinar juegos y ejercicios que requieran la participación de habilidades mentales diferentes. Las actividades que nos motiven y suponen un reto para nuestra mente, será enriquecedora a nivel cognitivo, desde la lectura, a aprender un nuevo idioma, una nueva habilidad, juegos de mesa o pasatiempos.

Hay juegos clásicos que activan capacidades cognitivas diversas y, además, propician la interacción social. Todos hemos jugado alguna vez a juegos de mesa para divertirnos y pasar un buen rato, pero estos juegos también son útiles herramientas de aprendizaje y de actividad cognitiva recomendables a cualquier edad.

• Veamos algunos ejemplos:

Ajedrez. Es un juego de estrategia que puede aportar múltiples beneficios, ya que requiere de la activación de funciones ejecutivas, como la atención, la concentración, el pensamiento crítico (tratar de prever la estrategia del adversario y cómo nuestros movimientos pueden condicionarla), la lógica, la capacidad de ordenar ideas y decidir, la flexibilidad de pensamiento, la planificación y previsión de consecuencias y la resolución de problemas. También activa la percepción visuoespacial al imaginar los movimientos que puede hacer cada pieza sobre el tablero. Al mismo tiempo, el ajedrez estimula la capacidad de aprendizaje, ya que jugar bien exige dedicación y constancia.

Damas. Las damas también son un juego de estrategia que implica a las funciones ejecutivas, como por ejemplo la atención, la concentración, el pensamiento crítico, la lógica, la flexibilidad de pensamiento, la planificación y la previsión de consecuencias.

Parchís. El parchís, este juego tan conocido ejercita habilidades como la motricidad fina y la coordinación visuomotora, la atención visual, el cálculo y la resolución básica de problemas (con la toma de decisiones sobre qué fichas mover, por ejemplo).

Dominó. Jugar una partida de dominó estimula la atención y la concentración, la memoria de trabajo y la memoria a corto plazo, el cálculo (para deducir qué fichas están en poder de los contrincantes), la percepción visual, el pensamiento crítico y la flexibilidad de pensamiento (para ir adaptando la propia estrategia a los cambios que se produzcan en el juego).

Juegos de cartas. Lo cierto es que hay muchos juegos de cartas. Algunos son muy fáciles y otros son realmente complicados. Pero, por muy simple que sea el juego, contribuirá a la agilidad mental. a mayoría exigen capacidad de atención, concentración, estrategia y memoria y, algunos, velocidad de procesamiento de la información. Los juegos de cartas más complejos también contribuyen al desarrollo del pensamiento crítico, como el bridge o el póker.

•Los pasatiempos: otro tipo de actividades para ejercitar la mente.

Podemos encontrar pasatiempos muy variados en los periódicos. También existen materiales específicos, a la venta en cualquier quiosco o librería, dedicados a un único tipo o a una variedad de pasatiempos, que pueden ayudarnos a ejercitar capacidades como la percepción, la lógica, la memoria o la concentración. Hoy en día, además del papel, podemos encontrar muchas actividades en formato electrónico, como las apps para tablets y smartphones. Pero veamos algunos ejemplos entre los clásicos:

Sudokus. Hacer sudokus nos permite ejercitar la percepción, la memoria, la lógica, la deducción, la capacidad de planificación y la memoria de trabajo.

Sopas de letras. Las clásicas sopas de letras estimulan el léxico, activan la atención y concentración, así como la visuopercepción.

Crucigramas y autodefinidos. Resolviendo crucigramas y autodefinidos trabajaremos diversas funciones lingüísticas (fundamentalmente, el léxico y la memoria semántica) y la flexibilidad mental, al asociar definiciones y palabras y al buscarsinónimos que se ajusten a la longitud del espacio disponible.

Laberintos. Nos permiten ejercitar funciones ejecutivas, como la habilidad para resolver problemas, la capacidad de planificación y la flexibilidad cognitiva. Estimulan, además, la atención, la concentración y la coordinación visomotora.

Buscar las diferencias. Los pasatiempos de buscar las diferencias exigen altas dosis de capacidad de observación y atención, así como la habilidad para el análisis sistematizado y ordenado de las situaciones.

Es importante recordar que, hagamos lo que hagamos, nos tiene que motivar y suponer un mínimo reto para nuestra mente para así promover el efecto de la estimulación cognitiva. También es clave, insistimos, la variedad de actividades para asegurar una implicación de todas las funciones cognitivas. Además, mantener una mente activa es uno de los grandes pilares del envejecimiento saludable, junto con el ejercicio físico moderado, la alimentación y las relaciones sociales.

ESCENARIOS DEPORTIVOS SIMILARES A NIVEL NACIONAL

1. CENTRO DE CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE PARA ATLETAS DEL DEPARTAMENTO DEL ATLÁNTICO (BARRANQUILLA)

El CCAD ayuda a mejorar la condición física y mental del deportista, a recuperarlo de alguna lesión y a orientarlo en el tema de su alimentación, una gran ayuda para todos, buscando la mejor

preparación rumbo a los Juegos Nacionales 2023. El Centro de Ciencias Aplicadas al Deporte esta conformado, inicialmente, por cinco profesionales de la salud: un médico deportólogo, un psicólogo deportivo, una nutricionista y dos fisioterapeutas. Posteriormente, se sumarán otros que son necesarios en todo el proceso que se verá reflejado en el éxito deportivo de nuestros atletas, realizarán una evaluación integral de los deportistas, para establecer cómo están, cuál es su condición actual y los pasos a seguir en el acompañamiento. Toda esta información servirá para alimentar una gran base de datos de cada uno de los atletas, desde el punto de vista científico, realizará los abordajes de los atletas de manera virtual, respetando los protocolos de salud y bioseguridad. Cuando se pase a la fase de atención personalizada, el CCAD tendrá un punto de atención en el Coliseo 'Sugar Baby' Rojas y la unidad central de operaciones quedará en el CARI de alta complejidad.

2. UNIDAD DE CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE (UCAD) (Bogotá)

Ubicada en el Parque Metropolitano El Tunal, para ampliar el acompañamiento médico y psicológico a más deportistas en formación, llega a más deportistas del Equipo Bogotá, descentralizando el deporte en la ciudad, en busca de nuevos talentos y apostándole a la formación y el alto rendimiento de calidad en esta ciudad.

3. OBSERVATORIO DE CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE, LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA DE CARTAGENA DE INDIAS

Se trata de un centro de diagnóstico y consulta que permite la generación de bases de información, para la construcción de una Política Pública de promoción, fomento y desarrollo de las actividades deportivas, recreativas y de actividad física en el Distrito, tratando de convertirlas en herramientas útiles para la transformación positiva del tejido social en nuestras comunidades. Según el programa del plan de desarrollo "Observatorio de ciencias aplicadas al deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre en el distrito de Cartagena de indias", se consolidar una plataforma de generación y apropiación social de conocimiento, con el fin de orientar la gestión público-privada desde la perspectiva del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre en el Distrito de Cartagena de Indias.

El artículo 52. De la Constitución Política Modificado por el art. 1, Acto Legislativo No. 02 de 2000, establece que "El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano. El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social. Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre. El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas".

El deporte es una de las disciplinas referentes al ámbito social que dirige sus acciones hacia el mejoramiento comunitario influyendo en el buen uso del tiempo libre, se concibe como una de las indicadas para disminuir los efectos negativos que afectan socialmente a la población.

Por disposición del Acuerdo No. 16 de 2015, el IRDET tiene dentro de sus funciones: (…) 4. Estimular la participación comunitaria y la integración funcional en los términos de la constitución política, la ley 181 de 1995 y las demás normas que las regulen. 5. Desarrollar programas y

actividades que permitan fomentar la práctica del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física en su territorio. (…)

10. Promover la educación extraescolar.

Es de indicar que el objeto que se pretende desarrollar da cumplimiento al Plan de Desarrollo **"Tunja la capital que nos une 2020-2023"** dentro de la siguiente política.

PLAN DE DESARROLLO: TUNJA, LA CAPITAL QUE NOS UNE 2020-2023
PILAR: NOS UNE LA SALUD Y LA VITALIDAD
LÍNEAS TEMATICA: SALUD, VITALIDAD Y CALIDAD DE VIDA
PROGRAMA: El deporte nos une
ESTRATEGIA: Optimización de la infraestructura deportiva

Que, con base en las anteriores justificaciones, el objeto del contrato será **"SIT – 163 CONVENIO INTERADMINISTRATIVO ENTRE EL MUNICIPIO DE TUNJA Y EL INSTITUTO DE LA JUVENTUD, EL DEPORTE, LA RECREACION, EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE Y LA EDUCACIÓN EXTRAESCOLAR DEL MUNICIPIO DE TUNJA (IRDET) PARA AUNAR ESTUFERZOS FINANCIEROS Y TECNICOS CON EL FIN DE REALIZAR LA DOTACION Y PUESTA EN FUNCIONAMIENTO DEL CENTRO DE CIENCIAS APLICADAS DEL DEPORTE DE TUNJA, UBICADO EN EL EXPOPARQUE CARRETERA ANTIGUA A PAIPA KILOMETRO 2 DENTRO DE LA SEDE PRINCIPAL DEL IRDET ESTATEGIA 6.1.3.1. INDICADOR P_06.235 EBI 2022150010001 PRODUCTO MGA 4302074".**

Que el presupuesto estimado en los estudios previos, elaborados por la Secretaría de Infraestructura del Municipio de Tunja, para la contratación que se adelanta asciende a la suma de **MIL CUARENTA Y NUEVE MILLONES QUINIENTOS SETENTA Y NUEVE MIL SETECIENTOS ONCES PESOS Y TREINTA Y SEIS CENTAVOS ML/CTE ($1.049.579.711.36);** de acuerdo a los siguientes aportes:

IRDET: El aporte será por la suma de QUINIENTOS SESENTA Y DOS MILLONES NOVENTA Y SEIS MIL SETECIENTOS TREINTA Y UN PESOS CON CUARENTA Y SEIS CENTAVOS ML/CTE ($562.096.731.46).

MUNICIPIO DE TUNJA: El aporte será por CUATROCIENTOS OCHENTA Y SIETE MILLONES CUATROCIENTOS OCHENTA Y DOS MIL NOVECIENTOS SETENTA Y NUEVE PESOS CON NOVENTA CENTAVOS ML/CTE ($487.482.979.90).

Que la Oficina de Presupuesto del Municipio de Tunja expidió el certificado de disponibilidad presupuestal N°. 20232203, de igual manera **IRDET** expidió certificado de disponibilidad presupuestal N°. 2023000337, con los siguientes rubros:

CDP	RUBRO	NOMBRE DEL RUBRO	VALOR
MUNICIPIO:	2.3.9.06.43.01.01.01	FINANCIACION Y/O COFINANCIACION PREINVERSION E INVERSION CONTRUCCION, MANTENIMIENTO Y/O ADECUACION DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS Y RECREATIVOS	$452.008.859
	2.3.9.06.43.01.01.02.01	RF SGP DEPORTE-FINACIACION Y/O COFINACIACION PREINVERSION E INVERSION CONTRUCCION, MANTENIMIENTO Y/O ADECUACION DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS Y RECREATIVOS	$612.569
	2.3.9.06.43.01.01.02.02	SUPERAVIT SGP DEPORTE – FINACIACION Y/O COFINANCIACION PREINVERSION E INVERSION CONTRUCCION, MANTENIMIENTO Y/O ADECUACION DE LOS ESCENARIOS DEPORTIVOS Y RECREATIVOS	$34.861.551.90
IRDET: 2023000337	2.3.2.01.01.0003.02.08	OTRA MAQUINARIA PARA USOS EPECIALES Y SUS PARTES Y PIEZAS	$562.517.979

Que, el plazo definido para el presente contrato es de: **SEIS (06) MESES,** sin exceder el 31 de diciembre de 2023, contados a partir de la firma del acta de inicio una vez perfeccionado el convenio y cumplidos los requisitos de ejecución**,** contados a partir de la firma del acta de inicio una vez perfeccionado el convenio y cumplidos los requisitos de ejecución. Una vez cumplidos los requisitos, el supervisor deberá cargar el Acta de Inicio en la plataforma SECOP II Dicha acta deberá ser suscrita por el CONTRATISTA y el supervisor del convenio, quien el mismo día de suscripción deberá cargarla en la plataforma SECOP II para que haga parte del expediente electrónico.

Que el lugar de consulta de los estudios y documentos previos es (i) la plataforma transaccional SECOP II, a través de la dirección electrónica www.colombiacompra.gov.co/secop/secop-ii.

Que con arreglo a lo expuesto se considera pertinente la expedición del presente Acto Administrativo, mediante el cual se justifica la celebración del DEL CONVENIO INTERADMINISTRATIVO entre el **MUNICIPIO DE TUNJA y** identificado con NIT N°. 820000948-1 y **EL INSTITUTO DE LA JUVENTUD, EL DEPORTE, LA RECREACION, EL**

APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE Y LA EDUCACIÓN EXTRAESCOLAR DEL MUNICIPIO DE TUNJA (IRDET) identificado con numero de NIT. 820000807-1.

En mérito de lo anteriormente expuesto,

RESUELVE:

ARTICULO PRIMERO: Ordenase la celebración de un **CONVENIO INTERADMINISTRATIVO**, entre el **MUNICIPIO DE TUNJA** y otra **EL INSTITUTO DE LA JUVENTUD, EL DEPORTE, LA RECREACION, EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE Y LA EDUCACIÓN EXTRAESCOLAR DEL MUNICIPIO DE TUNJA (IRDET)** con **NIT. 820000807-1**, representada legalmente por **IVAN ARTURO CORREDOR HURTADO**, identificado con cédula de ciudadanía No. 7184443, en calidad de Gerente General de entidad descentralizada y posesionado el 2 de Enero de 2020; Justificando la modalidad de contratación directa argumentada en el artículo 2.2.1.2.1.4.4. del decreto 1082 de 2015.

ARTICULO SEGUNDO: Fijar como objeto del convenio Interadministrativo, el siguiente: "**SIT – 163 CONVENIO INTERADMINISTRATIVO ENTRE EL MUNICIPIO DE TUNJA Y EL INSTITUTO DE LA JUVENTUD, EL DEPORTE, LA RECREACION, EL APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE Y LA EDUCACIÓN EXTRAESCOLAR DEL MUNICIPIO DE TUNJA (IRDET) PARA AUNAR ESTUFERZOS FINANCIEROS Y TECNICOS CON EL FIN DE REALIZAR LA DOTACION Y PUESTA EN FUNCIONAMIENTO DEL CENTRO DE CIENCIAS APLICADAS DEL DEPORTE DE TUNJA, UBICADO EN EL EXPOPARQUE CARRETERA ANTIGUA A PAIPA KILOMETRO 2 DENTRO DE LA SEDE PRINCIPAL DEL IRDET ESTATEGIA 6.1.3.1. INDICADOR P_06.235 EBI 2022150010001 PRODUCTO MGA 4302074".**

Convenio que asciende a la suma de **MIL CUARENTA Y NUEVE MILLONES QUINIENTOS SETENTA Y NUEVE MIL SETECIENTOS ONCES PESOS Y TREINTA Y SEIS CENTAVOS ML/CTE ($1.049.579.711.36);** de acuerdo a los siguientes aportes:

IRDET: El aporte será por la suma de QUINIENTOS SESENTA Y DOS MILLONES NOVENTA Y SEIS MIL SETECIENTOS TREINTA Y UN PESOS CON CUARENTA Y SEIS CENTAVOS ML/CTE ($562.096.731.46).

MUNICIPIO DE TUNJA: El aporte será por CUATROCIENTOS OCHENTA Y SIETE MILLONES CUATROCIENTOS OCHENTA Y DOS MIL NOVECIENTOS SETENTA Y NUEVE PESOS CON NOVENTA CENTAVOS ML/CTE ($487.482.979.90).

ARTICULO TERCERO: Forman parte integrante del presente acto administrativo, los estudios previos correspondientes.

ARTÍCULO CUARTO: Informar al público en general que los estudios previos y demás documentos de la presente contratación se pueden consultar a través de la dirección electrónica www.colombiacompra.gov.co/secop/secop-ii en la plataforma transaccional SECOP II.

ARTICULO QUINTO: La presente resolución rige a partir de la fecha de expedición.

CÚMPLASE

Dada en Tunja, a los veintisiete (27) días del mes de Junio de dos mil veintitrés (2023).

JUAN CARLOS CRUZ MARTINEZ
Director de la Unidad Especial de Contratación Estatal

	Nombre	Cargo	Firma
Elaboró:	Daniela Rojas Ávila	Profesional E. Externo	
Los arriba firmantes encontramos el presente documento ajustado a las disposiciones normativas y/o técnicas vigentes del caso en particular, el cual se presenta para la firma			