ANEXO TÉCNICO No. 1
GRUPO INTERNO DE TRABAJO ACTIVIDAD FÍSICA

En el presente anexo, se encuentran los perfiles, objetos contractuales, obligaciones y requisitos para la conformación del equipo de trabajo del Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable del Ministerio del Deporte para la vigencia 2025.

El recurso asignado por parte del Ministerio del Deporte al departamento de Córdoba para el talento humano está distribuido de la siguiente manera:

Municipio (s)	Cantidad de personas	Rol contractual
Montería	1	Gestor Departamental
Montería	1	Monitor Profesional Departamental
Cerete	1	Monitor Profesional Departamental
Montelibano Apartada	1	Monitor Sénior Departamental
Lorica	1	Monitor No Profesional Departamental
Chinú	1	Monitor No Profesional Departamental
Sahagún	1	Monitor No Profesional Departamental
Ciénaga de Oro	1	Promotor HEVS VAS

Nota: los roles contractuales y municipios no se deben modificar. Cabe anotar que, los municipios se seleccionaron teniendo en cuenta los antecedentes del programa en anteriores vigencias y prioridades del Gobierno Nacional

ROLES CONTRACTUALES

GESTOR (A) DEPARTAMENTAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

El Gestor o Gestora departamental debe acreditar las competencias necesarias y la experiencia profesional para liderar las estrategias de promoción de hábitos y estilos de vida saludable con énfasis en actividad física.

Entre los requisitos mínimos debe soportar lo siguiente:

- Título profesional en el área del conocimiento de ciencias sociales y humanas; ciencias de la salud; ciencias de la educación; economía, administración, contaduría y afines.
- Experiencia como Gestor(a) de Hábitos y Estilos de Vida Saludable de más de veinticuatro (24) meses; o como Articulador(a) HEVS o VAS como mínimo de veinticuatro (24) meses; o como Monitor(a) de Hábitos y Estilos de Vida Saludable como mínimo de treinta y seis (36) meses o en coordinación de

grupos de trabajo de actividad física como mínimo de veinticuatro (24) meses de experiencia.

- Certificación de Primer Respondiente o Primeros Auxilios o relacionadas con la Atención prehospitalaria básica, soporte vital primario, reanimación básica o primera respuesta a emergencias, con fecha mínima del año 2023.
- Conocimientos en actividad física dirigida musicalizada; o hábitos y estilos de vida saludable; o fundamentos y alternativas en actividad física por grupos poblacionales; o generalidades para la promoción y práctica de actividad física para jóvenes los cuales deben estar soportados con mínimo dos (2) certificaciones. Cada certificación debe ser con fecha mínima del año 2022.

El Gestor (a) Departamental tendrá dentro de sus obligaciones contractuales:

1. Gestionar la participación en los espacios que se generen a nivel territorial de manera presencial y/o virtual, la creación y fortalecimiento de actos administrativos departamentales y municipales que favorezcan la promoción de hábitos y estilos de vida saludable, de acuerdo con las disposiciones locales en todo el curso de vida. De igual manera, contribuir al fortalecimiento del trabajo intersectorial en red a nivel municipal, departamental, regional y nacional que permitan establecer relaciones de cooperación, colaboración y alianzas territoriales.
2. Coordinar y apoyar el tamizaje de por lo menos **dos (2) grupos** comunitarios de actividad física por monitor(a) o promotor (a) con el fin de garantizar la confiabilidad de los datos de los diferentes instrumentos de medición, que sean necesarios aplicar para conocer la calidad e impacto del programa *(en el caso que el programa cuente con el rol de articulador(a) HEVS, este realizará el apoyo del tamizaje a la mitad del equipo de trabajo)*
3. Realizar asistencia técnica presencial a por lo menos **cuatro (4) monitores o promotores al mes**, con el fin de verificar: grupos comunitarios de actividad física dirigida musicalizada, tamizajes, asesorías a instituciones u organizaciones, consejerías a hogares, trabajo intersectorial, eventos masivos, acciones para promover HEVS o VAS, acciones para promover fuertemente activos, entre otros. Al finalizar la vigencia del contrato, debe haber realizado por lo menos **una (1) asistencia** técnica a cada municipio impactado *(en el caso que el programa cuente con el rol de articulador(a) HEVS, deberá coordinar para que las asistencias a realizar sean a diferentes monitores durante el mes)*
4. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción, aprovechamiento de espacios y posicionamiento del programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y/o del programa Vías Activas y Saludables como mínimo a **veinte (20) personas**. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.
5. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de la estrategia fuertemente activos como mínimo a **quince (15) personas** promoviendo la práctica de

actividad física mediante diferentes formas de movimientos compuestos por ejercicios funcionales, auto- cargas y elementos, buscando la participación de la mayoría de los grupos musculares. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.

6. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y disminución de comportamientos sedentarios como mínimo a **veinte (20) personas** orientado a primera infancia (0-5 años), infancia (6-11 años), adolescencia (12-17 años) y persona mayor (60 años en adelante). Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.
7. Realizar el seguimiento continuo a la calidad de la prestación del servicio a los monitores a través de llamadas telefónicas realizadas a los usuarios y líderes de todos los grupos de actividad física, para lo cual, mensualmente se debe efectuar por lo menos **una (1) llamada efectiva** a un usuario de un grupo por monitor(a) o promotor(a), asimismo a todas las instituciones asesoradas una vez realizados al menos dos momentos del paso No. 4 de la ruta metodológica y a todos los hogares intervenidos una vez realizada la visita de seguimiento parte de los monitores profesionales y monitores sénior. Las llamadas deben ser reportadas mes a mes en el mecanismo de captura de información. *(en el caso que el programa cuente con el rol de articulador(a) HEVS, este realizara las verificaciones telefónicas)*
8. Realizar por lo menos **dos (2) asesorías** a instituciones u organizaciones en el ámbito educativo, laboral, salud o comunitario de acuerdo con los parámetros establecidos en la ruta metodológica y enviar este reporte en el formato estipulado por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte, garantizando que se intervenga por lo menos el **60% del total** de la población de la institución u organización. **Nota: una (1) de esas asesorías**, debe estar enfocada en la estrategia JovenHEVS en el ámbito educativo bajo las orientaciones establecidas por el GIT de Actividad Física. Esta debe ser realizada en el municipio donde reside el promotor JovenHEVS y debe contar con el apoyo y acompañamiento de este (*esto aplica para los territorios donde tengan el rol de Promotor JovenHEVS*). De igual manera, se debe realizar el acompañamiento a **dos (2) asesorías** realizadas por los monitores profesionales o monitores sénior *(este reporte lo realizara el monitor(a) en el mecanismo de captura de información).* Las asesorías se deben iniciar al **segundo mes** de la ejecución del contrato.
9. Realizar por lo menos **dos (2) consejerías a hogares** con los usuarios de los grupos de actividad física intervenidos por los monitores no profesionales y realizar el acompañamiento a por lo menos **dos (2) consejerías a hogares** realizadas por los monitores profesionales y monitores sénior *(este reporte lo realizara el monitor(a) en el mecanismo de captura de información).* Cabe anotar que, el **primer reporte** del proceso de consejería (visita inicial), se

debe realizar en el **segundo mes** del inicio el contrato y se debe reportar en el mecanismo de captura de información.

10. Diseñar y entregar al GIT de Actividad Física del Ministerio del Deporte y al Ente Deportivo el programa de capacitación territorial que se llevará a cabo en la vigencia al **segundo mes del inicio del contrato** de prestación de servicios, donde se plasme: antecedentes, objetivos, metas, perfil de los participantes, metodología, temáticas, duración de cada capacitación, entre otros de acuerdo con los parámetros establecidos por el GIT de Actividad Física.
11. Mantener una buena condición física y composición corporal para cual se debe realizar la evaluación de aptitud física del equipo de trabajo bajo los lineamientos establecidos por el GIT de Actividad Física, para lo cual, en el **primer mes de inicio del contrato** deben diligenciar la información en el mecanismo destinado para ello.
12. Diseñar y entregar al Ministerio del deporte **un (1) mes antes de finalizar la vigencia del contrato**, el material educativo realizado por el equipo territorial (folleto, cartilla, guía) que fortalezca las acciones para promover la práctica de actividad física en alguno de los siguientes grupos: primera infancia (0-5 años), infancia (6-11 años), adolescencia (12-17 años), persona mayor (60 años en adelante) y personas con discapacidad.
13. Enviar en el **segundo mes de contrato**, la matriz con la información de los líderes de los grupos regulares y no regulares de actividad física seleccionados para la participación en encuentros o eventos, de acuerdo con las directrices emitidas por el GIT de Actividad Física.
14. Identificar las VAS existentes o las que estén en proyección para ser implementadas o aquellas con potencial para ser implementadas en el territorio. Esta información deberá ser registrada en el mecanismo que establezca el GIT de Actividad Física al **segundo mes del inicio del contrato**. Esta obligación aplica únicamente en los territorios donde no se cuente con el rol de Articulador VAS.
15. Presentar mediante las ayudas de georreferenciación, la ubicación de los grupos comunitarios de actividad física del equipo de trabajo de cada monitor(a) y/o promotor por municipio los cuales deben ser entregado al **segundo mes del inicio del contrato**, según las indicaciones que establezca el GIT de Actividad Física.
16. Gestionar, planear, orientar, informar y reportar las acciones para las celebraciones especiales (Día Mundial de la Actividad Física y semana de hábitos Saludables), eventos de las estrategias Fuertemente Activos, JovenHEVS y otros eventos generados desde el GIT de Actividad Física.
17. Realizar como mínimo **una (1) reunión mensual** con el equipo de trabajo para verificar la información registrada en el mecanismo de captura de información en cuanto a las estrategias de los programas del GIT de Actividad Física con el fin de revisar inconsistencias en los datos y cumplimiento de las obligaciones contractuales.

18. Reportar periódicamente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte, la información solicitada por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte y supervisar la veracidad de la información registrada por el equipo de trabajo.
19. Entregar informes y cronogramas mensuales, formatos de visitas técnicas y demás documentos solicitados por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte. Cabe resaltar que, estos deben enviarse junto con los informes del equipo de trabajo territorial una vez revisados por parte del gestor (a), al Ministerio del Deporte en los tiempos estipulados por el GIT de Actividad Física. Los otros documentos, deben reposar en el archivo del ente deportivo.
20. Establecer canales de comunicación permanentes con el equipo de trabajo tales como: reuniones presenciales, capacitaciones, correos electrónicos, chats, grupos de redes sociales, comunicaciones formales, entre otros, con el fin de conocer de primera mano el desarrollo del programa, resolver inquietudes y realimentar sugerencias garantizando la veracidad de la información registrada.
21. Generar iniciativas para la promoción, implementación y fortalecimiento de las Vías Activas y Saludables de acuerdo con lo estipulado en la guía emitida por el GIT de Actividad Física.
22. Asistir y participar en las actividades programadas por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte de manera presencial y/o virtual.
23. Apoyar el posicionamiento territorial de los Lineamientos orientadores para la promoción de la actividad física y la disminución de comportamientos sedentarios en Colombia, para lo cual, debe enviar los soportes donde se evidencie las acciones realizadas para el cumplimiento de esta obligación **un mes antes de finalizar la vigencia del contrato**.
24. Legalizar a través de un informe o el mecanismo establecido para tal fin, los recursos entregados para el seguimiento de acciones de acuerdo con el cronograma proyectado y avalado desde la supervisión (**cuando aplique**).
25. Apoyar en el desarrollo de la estrategia de ESPACIOS ACTIVOS de acuerdo con lo estipulado por el GIT Actividad Física.
26. Realizar la devolución de la implementación entregada para el desarrollo de las acciones ejecutadas en el marco de los programas del GIT de Actividad Física bajo las indicaciones estipuladas por el GIT de Actividad Física.
27. Ceder al Ministerio del Deporte los derechos de autor patrimoniales y conexos sobre las obras o documentos sometidos a este régimen, de acuerdo con la legislación vigente

MONITOR(A) PROFESIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE DEPARTAMENTAL

Los Monitores Profesionales deben orientar y lideren las estrategias del Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable, (grupos de actividad física, asesoría a instituciones u organizaciones, consejería a hogares, trabajo

intersectorial e interinstitucional, acciones para promover HEVS y eventos masivos), por medio de lineamientos basados en la evidencia, de acuerdo al contexto del territorio, facilita la articulación de esfuerzos e iniciativas interinstitucionales que permitan adquisición y adherencia de la población a hábitos y estilos de vida saludable.

Entre los requisitos mínimos deben soportarlo siguiente:

- Título profesional en carreras afines a la actividad física o deporte o recreación o áreas de la salud.
- Experiencia certificada como mínimo de doce (12) meses en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical.
- Certificación de Primer Respondiente o Primeros Auxilios o relacionadas con la Atención prehospitalaria básica, soporte vital primario, reanimación básica o primera respuesta a emergencias, con fecha mínimo del año 2023.
- Conocimientos en actividad física dirigida musicalizada; o hábitos y estilos de vida saludable; o fundamentos y alternativas en actividad física por grupos poblacionales; o generalidades para la promoción y práctica de actividad física para jóvenes los cuales deben estar soportados con mínimo dos (2) certificaciones. Cada certificación debe ser con fecha mínima del año 2022.
- Residir obligatoriamente en el municipio donde realizará sus acciones.

El Monitor o monitora profesional tendrá dentro de sus obligaciones contractuales:

1. Conformar como mínimo **cuatro (4) grupos** de actividad física (**dos (2) grupos** deben estar integrados como mínimo por **50 personas** y los otros **dos (2) grupos** con un mínimo de **30 personas),** con una frecuencia de **tres (3) veces** a la semana cada grupo y una duración de **una (1) hora** que beneficie a todo el curso. **Nota:** uno de los grupos debe estar conformado, la mitad más uno, dentro del rango de edad de Infancia (6-11 años) y Adolescencia (12-17 años) los cuales estén dentro de las características establecidas para el ámbito comunitario (accesible para toda la comunidad). Las sesiones deben realizarse a través de la actividad física dirigida musicalizada en los diferentes enfoques y tipos de sesión buscando el desarrollo armónico de las cualidades físicas de acuerdo con los lineamientos establecidos por el GIT de Actividad Física
2. Conformar **un (1) grupo no regular** de actividad física dirigida musicalizada con una frecuencia de por lo menos **una (1) vez** a la semana, una duración de **una (1) hora** y un mínimo de **treinta (30) personas** o **dos (2) grupos** cada uno con un mínimo de **quince (15) personas** que beneficie a la persona mayor (60 años en adelante) en el **ámbito de salud o comunitario**
3. Tamizar a todos los usuarios de los grupos de actividad física reportándolos en el mecanismo de información brindado por el Ministerio del Deporte. Una

vez inicie el contrato de prestación de servicios, tendrá plazo máximo hasta **dos (2) meses** para registrar la información de los usuarios. Adicionalmente, debe registrar de manera permanente novedades, ingresos o retiros de usuarios, de acuerdo con los parámetros establecidos por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte, que permita evidenciar el cumplimiento de las obligaciones contractuales so pena de iniciar los trámites administrativos y legales tendientes a declarar el incumplimiento. Al **último mes** de finalizar el contrato, deberá realizar el tamizaje de evaluación final de los usuarios reportándolo en el mecanismo de captura de información (aplica únicamente para el tiempo de ejecución de igual o mayor de 4 meses).

4. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción, aprovechamiento de espacios y posicionamiento del programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y/o del programa Vías Activas y Saludables como mínimo a **veinte (20) personas**. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades
5. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de la estrategia fuertemente activos como mínimo a **quince (15) personas** promoviendo la práctica de actividad física mediante diferentes formas de movimientos compuestos por ejercicios funcionales, auto- cargas y elementos, buscando la participación de la mayoría de los grupos musculares. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.
6. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y disminución de comportamientos sedentarios como mínimo a **veinte (20) personas** orientado a primera infancia (0-5 años), infancia (6-11 años), adolescencia (12-17 años) y persona mayor (60 años en adelante). Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades
7. Realizar por lo menos **cuatro (4) asesorías** a instituciones u organizaciones en el ámbito educativo, laboral, salud o comunitario de acuerdo con los parámetros establecidos en la ruta metodológica y enviar este reporte en el formato estipulado por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte, garantizando que se intervenga por lo menos el **60% del total** de la población de la institución u organización. Las asesorías deben iniciar al **segundo mes** de la ejecución del contrato.
8. Realizar **una (1) consejería** a un hogar por cada **grupo regular y grupo no regular conformado** de acuerdo con los parámetros establecidos por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte. Cabe anotar que, el primer reporte del proceso de consejería (visita inicial), se debe realizar al **segundo mes** del inicio el contrato y se debe reportar en el mecanismo de captura de información.
9. Realizar **un (1) evento masivo de actividad física bimestralmente** (cada dos meses), donde se evidencie la articulación con otras instituciones y

busque la participación de todos los grupos poblacionales como mínimo a **120 personas**. La fecha de realización del evento debe corresponder al mes de ejecución del informe que se está presentando. En la evidencia fotográfica que se plasme en el informe, debe visualizarse claramente la cantidad de personas que están participando en el evento y la persona que está orientando. Cabe anotar que, el primer evento masivo se debe realizar como mínimo en el **segundo mes** de la ejecución del contrato.

10. Mantener una buena condición física y composición corporal para cual se debe realizar la evaluación de aptitud física del equipo de trabajo bajo los lineamientos establecidos por el GIT de Actividad Física, para lo cual, en el **primer mes** de inicio del contrato deben diligenciar la información en el mecanismo destinado para ello
11. Reportar periódicamente en el mecanismo de captura de información estipulado por el Ministerio del Deporte, el seguimiento de los usuarios de cada grupo de actividad física, asesorías, consejerías a hogares, eventos masivos y demás información que sea solicitada por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte.
12. Generar iniciativas para la promoción, implementación y fortalecimiento de las Vías Activas y Saludables VAS de acuerdo con lo estipulado en la guía emitida por el GIT de Actividad Física.
13. Participar y asistir a las actividades orientadas por el Gestor(a) o Articulador HEVS o VAS tales como: capacitaciones, reuniones, pruebas físicas, celebraciones especiales (Día Mundial de la Actividad Física y semana de hábitos Saludables), eventos de las estrategias Fuertemente Activos, JovenHEVS, entre otros eventos.
14. Asistir y participar en las actividades programadas por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte de manera presencial y/o virtual y garantizar la continuidad de las actividades de los grupos de actividad física a través de la capacidad instalada que se ha generado en el o los municipios a cargo
15. Apoyar en el diseño, planeación y ejecución del sistema de capacitación territorial que se llevará a cabo en la vigencia, de acuerdo con las orientaciones dadas por el Gestor de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
16. Entregar los informes mensuales, cronogramas semanales y demás documentos solicitados por el Gestor(a) o Articulador(a) HEVS en los tiempos establecidos por el GIT Actividad Física. Estos informes deben enviarse al Gestor(a) o Articulador(a) HEVS para su revisión y posterior envió al Ministerio del Deporte.
17. Legalizar a través de un informe o el mecanismo establecido para tal fin, los recursos entregados para el seguimiento de acciones, de acuerdo con el cronograma proyectado y avalado desde la supervisión **(cuando aplique).**
18. Apoyar en el desarrollo de la estrategia de ESPACIOS ACTIVOS de acuerdo con lo estipulado por el GIT Actividad Física.
19. Realizar la devolución de la implementación entregada para el desarrollo de las acciones ejecutadas en el marco de los programas del GIT de Actividad Física bajo las indicaciones estipuladas por el GIT de Actividad Física.

20. Ceder al Ministerio del Deporte los derechos de autor patrimoniales y conexos sobre las obras o documentos sometidos a este régimen, de acuerdo con la legislación vigente.

MONITOR (A) SÉNIOR DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE DEPARTAMENTAL

Los Monitores Sénior deben orientar y liderar en el municipio o los municipios las estrategias del Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable, (grupos regulares, grupos no regulares, asesoría a instituciones u organizaciones, consejería a hogares, trabajo intersectorial e interinstitucional, acciones para promover HEVS y eventos masivos), por medio de lineamientos basados en la evidencia, de acuerdo al contexto del territorio, facilita la articulación de esfuerzos e iniciativas interinstitucionales que permitan adquisición y adherencia de la población a hábitos y estilos de vida saludable.

Entre los requisitos mínimos deben soportarlo siguiente:

- Título de Bachiller.
- Experiencia como Monitor de Hábitos y estilos de Vida Saludable mínimo de veinticuatro (24) meses o en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical como mínimo de treinta y seis (36) meses de experiencia comprobada.
- Certificación de Primer Respondiente o Primeros Auxilios o relacionadas con la Atención prehospitalaria básica, soporte vital primario, reanimación básica o primera respuesta a emergencias, con fecha mínimo del año 2023.
- Conocimientos en actividad física dirigida musicalizada; o hábitos y estilos de vida saludable; o fundamentos y alternativas en actividad física por grupos poblacionales; o generalidades para la promoción y práctica de actividad física para jóvenes los cuales deben estar soportados con mínimo dos (2) certificaciones. Cada certificación debe ser con fecha mínima del año 2022.
- Residir obligatoriamente en el municipio donde realizará sus acciones.

El Monitor o monitora sénior tendrá dentro de sus obligaciones contractuales:

1. Conformar como mínimo **cinco (5) grupos** de actividad física (**dos (2) grupos** deben estar integrados como mínimo por **50 personas** y los otros **tres (3) grupos** con un mínimo de **30 personas** cada uno), con una frecuencia de **tres (3) veces** a la semana cada grupo y una duración de **una (1) hora** en el ámbito en el ámbito comunitario que beneficie a todo el curso de vida. **Nota:** uno de los grupos debe estar conformado, la mitad más uno, dentro del rango de edad de Infancia (6-11 años) y Adolescencia (12-17 años) los cuales estén dentro de las características establecidas para el ámbito comunitario (accesible para toda la comunidad). Las sesiones deben

realizarse a través de la actividad física dirigida musicalizada en los diferentes enfoques y tipos de sesión buscando el desarrollo armónico de las cualidades físicas de acuerdo con los lineamientos establecidos por el GIT de Actividad Física

2. Conformar **un (1) grupo** no regular de actividad física dirigida musicalizada con una frecuencia de por lo menos **una (1) vez** a la semana, una duración de **una (1) hora** y un mínimo de **treinta (30) personas** o **dos (2) grupos** cada uno con un mínimo de **quince (15) personas** que beneficie a la persona mayor (60 años en adelante) en el ámbito de salud o comunitario.
3. Tamizar a todos los usuarios de los grupos de actividad física reportándolos en el mecanismo de información brindado por el Ministerio del Deporte. Una vez inicie el contrato de prestación de servicios, tendrá plazo máximo hasta **dos (2) meses** para registrar la información de los usuarios. Adicionalmente, debe registrar de manera permanente novedades, ingresos o retiros de usuarios, de acuerdo con los parámetros establecidos por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte, que permita evidenciar el cumplimiento de las obligaciones contractuales so pena de iniciar los trámites administrativos y legales tendientes a declarar el incumplimiento. Al **último mes** de finalizar el contrato, deberá realizar el tamizaje de evaluación final de los usuarios reportándolo en el mecanismo de captura de información (aplica únicamente para el tiempo de ejecución de igual o mayor de 4 meses).
4. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción, aprovechamiento de espacios y posicionamiento del programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y/o del programa Vías Activas y Saludables como mínimo a **veinte (20) personas**. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades
5. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de la estrategia fuertemente activos como mínimo a **quince (15) personas** promoviendo la práctica de actividad física mediante diferentes formas de movimientos compuestos por ejercicios funcionales, auto- cargas y elementos, buscando la participación de la mayoría de los grupos musculares. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.
6. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y disminución de comportamientos sedentarios como mínimo a **veinte (20) personas** orientado a primera infancia (0-5 años), infancia (6-11 años), adolescencia (12-17 años) y persona mayor (60 años en adelante). Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.
7. Realizar por lo menos **dos (2) asesorías** a instituciones u organizaciones en el ámbito educativo, laboral, salud o comunitario de acuerdo con los parámetros establecidos en la ruta metodológica y enviar este reporte en el formato estipulado por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte,

garantizando que se intervenga por lo menos el **60% del total** de la población de la institución u organización. Las asesorías deben iniciar al **segundo mes** de la ejecución del contrato.

8. Realizar **una (1) consejería** a un hogar por **cada grupo regular y grupo no regular conformado** de acuerdo con los parámetros establecidos por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte. Cabe anotar que, el primer reporte del proceso de consejería (visita inicial), se debe realizar al **segundo mes** del inicio el contrato y se debe reportar en el mecanismo de captura de información.
9. Realizar **un (1) evento masivo de actividad física bimestralmente** (cada dos meses), donde se evidencie la articulación con otras instituciones y busque la participación de todos los grupos poblacionales como mínimo a **120 personas**. La fecha de realización del evento debe corresponder al mes de ejecución del informe que se está presentando. En la evidencia fotográfica que se plasme en el informe, debe visualizarse claramente la cantidad de personas que están participando en el evento y la persona que está orientando. Cabe anotar que, el primer evento masivo debe realizar como mínimo en el **segundo mes** de la ejecución del contrato.
10. Mantener una buena condición física y composición corporal para cual se debe realizar la evaluación de aptitud física del equipo de trabajo bajo los lineamientos establecidos por el GIT de Actividad Física, para lo cual, en el **primer mes** de inicio del contrato deben diligenciar la información en el mecanismo destinado para ello
11. Reportar periódicamente en el mecanismo de captura de información estipulado por el Ministerio del Deporte, el seguimiento de los usuarios de cada grupo de actividad física, asesorías, consejerías a hogares, eventos masivos y demás información que sea solicitada por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte.
12. Generar iniciativas para la promoción, implementación y fortalecimiento de las Vías Activas y Saludables VAS de acuerdo con lo estipulado en la guía emitida por el GIT de Actividad Física.
13. Participar y asistir a las actividades orientadas por el Gestor(a) o Articulador HEVS o VAS tales como: capacitaciones, reuniones, pruebas físicas, celebraciones especiales (Día Mundial de la Actividad Física y semana de hábitos Saludables), eventos de las estrategias Fuertemente Activos, JovenHEVS, entre otros eventos
14. Asistir y participar en las actividades programadas por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte de manera presencial y/o virtual y garantizar la continuidad de las actividades de los grupos de actividad física a través de la capacidad instalada que se ha generado en el o los municipios a cargo
15. Apoyar en el diseño, planeación y ejecución del sistema de capacitación territorial que se llevará a cabo en la vigencia, de acuerdo con las orientaciones dadas por el Gestor de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
16. Entregar los informes mensuales, cronogramas semanales y demás documentos solicitados por el Gestor(a) o Articulador(a) HEVS en los tiempos

establecidos por el GIT Actividad Física. Estos informes deben enviarse al Gestor(a) o Articulador(a) HEVS para su revisión y posterior envió al Ministerio del Deporte.

17. Legalizar a través de un informe o el mecanismo establecido para tal fin, los recursos entregados para el seguimiento de acciones, de acuerdo con el cronograma proyectado y avalado desde la supervisión **(cuando aplique).**
18. Apoyar en el desarrollo de la estrategia de ESPACIOS ACTIVOS de acuerdo con lo estipulado por el GIT Actividad Física.
19. Realizar la devolución de la implementación entregada para el desarrollo de las acciones ejecutadas en el marco de los programas del GIT de Actividad Física bajo las indicaciones estipuladas por el GIT de Actividad Física.
20. Ceder al Ministerio del Deporte los derechos de autor patrimoniales y conexos sobre las obras o documentos sometidos a este régimen, de acuerdo con la legislación vigente.

MONITOR(A) NO PROFESIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE DEPARTAMENTAL

Los monitores no profesionales deben orientar y liderar en el municipio o los municipios las estrategias del Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable, (grupos de actividad física, trabajo intersectorial e interinstitucional, acciones para promover HEVS y eventos masivos), por medio de lineamientos basados en la evidencia, de acuerdo al contexto del territorio, facilita la articulación de esfuerzos iniciativas interinstitucionales que permitan la adquisición y adherencia de la población a hábitos y estilos de vida saludable.

Entre los requisitos mínimos deben soportarlo siguiente:

- Título de Bachiller.
- Experiencia comprobada como mínimo de seis (6) meses en la orientación de actividad física dirigida musicalizada o relacionada con la enseñanza de clases grupales y manejo de métrica musical, o haber participado y aprobado el sistema de capacitación territorial de hábitos y estilos de vida saludable el cual debe estar soportado con una certificación.
- Certificación de Primer Respondiente o Primeros Auxilios o relacionadas con la Atención prehospitalaria básica, soporte vital primario, reanimación básica o primera respuesta a emergencias, con fecha mínimo del año 2023.
- Conocimientos en actividad física dirigida musicalizada; o hábitos y estilos de vida saludable; o fundamentos y alternativas en actividad física por grupos poblacionales; o generalidades para la promoción y práctica de actividad física para jóvenes los cuales deben estar soportados con mínimo dos (2) certificaciones. Cada certificación debe ser con fecha mínima del año 2022.
- Residir obligatoriamente en el municipio donde realizará sus acciones.

El Monitor o Monitora No Profesional tendrá dentro de sus obligaciones contractuales:

1. Conformar como mínimo **cinco (5) grupos** de actividad física (**dos (2) grupos** deben estar integrados como mínimo por **50 personas** y los otros **tres (3) grupos** con un mínimo de **30 personas** cada uno), con una frecuencia de **tres (3) veces** a la semana cada grupo y una duración de **una (1) hora** que beneficie a todo el curso de vida. **Nota:** uno de los grupos debe estar conformado, la mitad más uno, dentro del rango de edad de Infancia (6-11 años) y Adolescencia (12-17 años) los cuales estén dentro de las características establecidas para el ámbito comunitario (accesible para toda la comunidad). Las sesiones deben realizarse a través de la actividad física dirigida musicalizada en los diferentes enfoques y tipos de sesión buscando el desarrollo armónico de las cualidades físicas de acuerdo con los lineamientos establecidos por el GIT de Actividad Física
2. Conformar **un (1) grupo** no regular de actividad física dirigida musicalizada con una frecuencia de por lo menos **una (1) vez** a la semana, una duración de **una (1) hora** y un mínimo de **treinta (30) personas** o **dos (2) grupos** cada uno con un mínimo de **quince (15) personas** que beneficie a la persona mayor (60 años en adelante) en el ámbito de salud o comunitario
3. Tamizar a todos los usuarios de los grupos de actividad física reportándolos en el mecanismo de información brindado por el Ministerio del Deporte. Una vez inicie el contrato de prestación de servicios, tendrá plazo máximo hasta **dos (2) meses** para registrar la información de los usuarios. Adicionalmente, debe registrar de manera permanente novedades, ingresos o retiros de usuarios, de acuerdo con los parámetros establecidos por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte, que permita evidenciar el cumplimiento de las obligaciones contractuales so pena de iniciar los trámites administrativos y legales tendientes a declarar el incumplimiento. Al **último mes** de finalizar el contrato, deberá realizar el tamizaje de evaluación final de los usuarios reportándolo en el mecanismo de captura de información (aplica únicamente para el tiempo de ejecución de igual o mayor de 4 meses).
4. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción, aprovechamiento de espacios y posicionamiento del programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y/o del programa Vías Activas y Saludables como mínimo a **veinte (20) personas**. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades
5. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de la estrategia fuertemente activos como mínimo a **quince (15) personas** promoviendo la práctica de actividad física mediante diferentes formas de movimientos compuestos por ejercicios funcionales, auto- cargas y elementos, buscando la participación de la mayoría de los grupos musculares. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.

6. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y disminución de comportamientos sedentarios con un minino de **veinte (20) personas** orientado a primera infancia (0-5 años), infancia (6-11 años), adolescencia (12-17 años) y persona mayor (60 años en adelante). Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades
7. Realizar **un (1) evento masivo de actividad física bimestralmente** (cada dos meses), donde se evidencie la articulación con otras instituciones y busque la participación de todos los grupos poblacionales con un mínimo de **120 personas**. La fecha de realización del evento debe corresponder al mes de ejecución del informe que se está presentando. En la evidencia fotográfica que se plasme en el informe, debe visualizarse claramente la cantidad de personas que están participando en el evento y la persona que está orientando. Cabe anotar que, el primer evento masivo debe realizar como mínimo en el **segundo mes** de la ejecución del contrato.
8. Mantener una buena condición física y composición corporal para cual se debe realizar la evaluación de aptitud física del equipo de trabajo bajo los lineamientos establecidos por el GIT de Actividad Física, para lo cual, en el **primer mes** de inicio del contrato deben diligenciar la información en el mecanismo destinado para ello
9. Reportar periódicamente en el mecanismo de captura de información estipulado por el Ministerio del Deporte, el seguimiento de los usuarios de cada grupo de actividad física, asesorías, consejerías a hogares, eventos masivos y demás información que sea solicitada por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte.
10. Generar iniciativas para la promoción, implementación y fortalecimiento de las Vías Activas y Saludables VAS de acuerdo con lo estipulado en la guía emitida por el GIT de Actividad Física.
11. Participar y asistir a las actividades orientadas por el Gestor(a) o Articulador HEVS tales como: capacitaciones, reuniones, pruebas físicas, celebraciones especiales (Día Mundial de la Actividad Física y semana de hábitos Saludables), eventos de las estrategias Fuertemente Activos, JovenHEVS, entre otros eventos
12. Asistir y participar en las actividades programadas por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte de manera presencial y/o virtual y garantizar la continuidad de las actividades de los grupos de actividad física a través de la capacidad instalada que se ha generado en el o los municipios a cargo
13. Apoyar en el diseño, planeación y ejecución del sistema de capacitación territorial que se llevará a cabo en la vigencia, de acuerdo con las orientaciones dadas por el Gestor de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.
14. Entregar los informes mensuales, cronogramas semanales y demás documentos solicitados por el Gestor(a) o Articulador(a) HEVS en los tiempos establecidos por el GIT Actividad Física. Estos informes deben enviarse al

Gestor(a) o Articulador(a) HEVS para su revisión y posterior envió al Ministerio del Deporte.

15. Legalizar a través de un informe o el mecanismo establecido para tal fin, los recursos entregados para el seguimiento de acciones, de acuerdo con el cronograma proyectado y avalado desde la supervisión **(cuando aplique).**
16. Apoyar en el desarrollo de la estrategia de ESPACIOS ACTIVOS de acuerdo con lo estipulado por el GIT Actividad Física.
17. Realizar la devolución de la implementación entregada para el desarrollo de las acciones ejecutadas en el marco de los programas del GIT de Actividad Física bajo las indicaciones estipuladas por el GIT de Actividad Física.
18. Ceder al Ministerio del Deporte los derechos de autor patrimoniales y conexos sobre las obras o documentos sometidos a este régimen, de acuerdo con la legislación vigente.

PROMOTOR (A) HEVS - VAS

Los promotores HEVS - VAS deben orientar y liderar en el municipio o los municipios las estrategias del Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida Saludable, (grupos de actividad física, acciones para promover HEVS) y de Vías Activas y Saludables por medio de lineamientos basados en la evidencia, de acuerdo al contexto del territorio, facilita la articulación de esfuerzos e iniciativas interinstitucionales que permitan adquisición y adherencia de la población a hábitos y estilos de vida saludable.

Entre los requisitos mínimos debe soportar lo siguiente:

- Título de Bachiller.
- Contar con un mínimo de seis (6) meses de experiencia certificada laboral relacionada en sesiones de actividad física en diferentes modalidades del fitness, entrenamiento personalizado o grupal certificada mediante contratos o certificaciones.
- Certificación de Primer Respondiente o Primeros Auxilios o relacionadas con la Atención prehospitalaria básica, soporte vital primario, reanimación básica o primera respuesta a emergencias, con fecha mínimo del año 2023.
- Conocimientos en actividad física dirigida musicalizada; o hábitos y estilos de vida saludable; o fundamentos y alternativas en actividad física por grupos poblacionales; o generalidades para la promoción y práctica de actividad física para jóvenes los cuales deben estar soportados con mínimo dos (2) certificaciones. Cada certificación debe ser con fecha mínima del año 2022.
- Residir obligatoriamente en el municipio donde realizará sus acciones.

El Promotor o promotora HEVS- VAS tendrá dentro de sus obligaciones contractuales:

1. Conformar como mínimo **dos (2) grupos** de actividad física, con una frecuencia de **tres (3) veces** a la semana cada grupo, una duración de **una (1) hora** y un mínimo de **30 personas** en el ámbito comunitario impactando a todo el curso de vida. Las sesiones se deben realizar bajo una modalidad o especialidad del fitness con o sin una base musical, donde, una vez a la semana se realice una sesión de estimulación muscular mediante diferentes formas de movimientos compuestos por ejercicios funcionales y autocargas buscando la participación de la mayoría de los grupos musculares y el desarrollo armónico de las cualidades físicas (fuerza, flexibilidad, resistencia cardiovascular, coordinación, equilibrio, etc.) según el tipo de población a impactar. **Uno de los grupos debe tener un énfasis en niños, jóvenes y adolescentes**.
2. Conformar **un (1) grupo no regular** de actividad física dirigida musicalizada con una frecuencia de por lo menos **una (1) vez** a la semana, una duración de **una (1) hora** y un mínimo de **treinta (30) personas** o **dos (2) grupos** cada uno con un mínimo de **quince (15) personas** que beneficie a la persona mayor (60 años en adelante) en el ámbito de salud o comunitario.
3. Tamizar a todos los usuarios de los grupos de actividad física reportándolos en el mecanismo de información brindado por el Ministerio del Deporte. Una vez inicie el contrato de prestación de servicios, tendrá plazo máximo hasta **dos (2) meses** para registrar la información de los usuarios. Adicionalmente, debe registrar de manera permanente novedades, ingresos o retiros de usuarios, de acuerdo con los parámetros establecidos por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte, que permita evidenciar el cumplimiento de las obligaciones contractuales so pena de iniciar los trámites administrativos y legales tendientes a declarar el incumplimiento. Al **último mes** de finalizar el contrato, deberá realizar el tamizaje de evaluación final de los usuarios reportándolo en el mecanismo de captura de información (aplica únicamente para el tiempo de ejecución de igual o mayor de 4 meses).
4. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción y posicionamiento del programa Vías Activas y Saludables como mínimo a **treinta (30) personas**. Se debe realizar acciones como ActiVAS a nivel comunitario (barrio, corregimiento, vereda). Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.
5. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de la estrategia fuertemente activos como mínimo a **quince (15) personas** promoviendo la práctica de actividad física mediante diferentes formas de movimientos compuestos por ejercicios funcionales, auto- cargas y elementos, buscando la participación de la mayoría de los grupos musculares. Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.

6. Realizar **una (1) acción mensual** de promoción de Hábitos y Estilos de Vida Saludable y disminución de comportamientos sedentarios como mínimo a **veinte (20) personas** orientado a primera infancia (0-5 años), infancia (6-11 años), adolescencia (12-17 años) y persona mayor (60 años en adelante). Esta información deberá ser reportada mensualmente en el mecanismo de captura de información suministrado por el Ministerio del Deporte y en los informes de actividades.
7. Reportar periódicamente en el mecanismo de captura de información estipulado por el Ministerio del Deporte, el seguimiento de los usuarios de cada grupo de actividad física, asesorías, consejerías a hogares, eventos masivos y demás información que sea solicitada por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte.
8. Mantener una buena condición física y composición corporal para cual se debe realizar la evaluación de aptitud física del equipo de trabajo bajo los lineamientos establecidos por el GIT de Actividad Física, para lo cual, en el **primer mes** de inicio del contrato deben diligenciar la información en el mecanismo destinado para ello.
9. Generar iniciativas para la promoción, implementación y fortalecimiento de las Vías Activas y Saludables VAS de acuerdo con lo estipulado en la guía emitida por el GIT de Actividad Física.
10. Participar y asistir a las actividades orientadas por el Gestor(a) o Articulador HEVS o VAS tales como: capacitaciones, reuniones, pruebas físicas, celebraciones especiales (Día Mundial de la Actividad Física y semana de hábitos Saludables), eventos de las estrategias Fuertemente Activos, JovenHEVS, entre otros eventos.
11. Asistir y participar en las actividades programadas por el GIT Actividad Física del Ministerio del Deporte de manera presencial y/o virtual y garantizar la continuidad de las actividades de los grupos de actividad física a través de la capacidad instalada que se ha generado en el o los municipios a cargo
12. Entregar los informes mensuales, cronogramas semanales y demás documentos solicitados por el Gestor(a) o Articulador(a) HEVS en los tiempos establecidos por el GIT Actividad Física. Estos informes deben enviarse al Gestor(a) o Articulador(a) HEVS para su revisión y posterior envió al Ministerio del Deporte.
13. Legalizar a través de un informe o el mecanismo establecido para tal fin, los recursos entregados para el seguimiento de acciones, de acuerdo con el cronograma proyectado y avalado desde la supervisión **(cuando aplique).**
14. Apoyar en el desarrollo de la estrategia de ESPACIOS ACTIVOS de acuerdo con lo estipulado por el GIT Actividad Física.
15. Realizar la devolución de la implementación entregada para el desarrollo de las acciones ejecutadas en el marco de los programas del GIT de Actividad Física bajo las indicaciones estipuladas por el GIT de Actividad Física.
16. Ceder al Ministerio del Deporte los derechos de autor patrimoniales y conexos sobre las obras o documentos sometidos a este régimen, de acuerdo con la legislación vigente

PARÁMETROS PARA LA POSTULACIÓN DE LOS INTEGRANTES DEL EQUIPO COLOMBIA DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE 2025

Para la postulación del talento humano, el Ente territorial debe enviar vía meerodrop o por WeTransfer al correo de **programahabitossaludables@mindeporte.gov.co** todos los videos de los postulados de los integrantes del equipo de trabajo de acuerdo al rol y el formato de hoja de vida totalmente diligenciado, verificado y firmado por el representante legal o veedor.

Parámetros de presentación de video para los aspirantes al rol contractual de Gestor(a) Departamental

El video presentando por el gestor(a) departamental debe cumplir con las siguientes características.

- Debe tener una duración de 3 a 5 minutos donde evidencie la construcción coreográfica y desglose de un (1) bloque coreográfico bilateral (32 tiempos por izquierda y 32 tiempos por derecha)
- La construcción coreográfica se debe realizar en el método de construcción coreográfico (progresión lineal o anteposición o inserción).
- La construcción coreográfica debe haber dominio de métrica musical, uso de paso de transferencia, dominio de trabajo en espejo, desglose y proceso metodológico de la construcción coreográfica. Cada aspirante debe hacer una presentación previa de manera verbal y esta debe contener la siguiente información: nombre completo, rol contractual al que se postula, programa al que se presenta y método de construcción coreográfico a utilizar.
- El video se debe grabar de manera horizontal en un plano panorámico o general amplio (90° o 360°) donde se evidencie que el aspirante realiza de manera autónoma los componentes solicitados.

Cabe anotar que, el postulante debe cumplir con cada uno de los anteriores parámetros, en el caso de no cumplir con estos, se da por entendido que la persona no cumple con las competencias para pertenecer al programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable.

Nota 1: La construcción coreográfica debe ser dirigida como mínimo a tres personas diferentes a las que se postulan (obligatorio).

Nota 2: en cuanto al método de construcción coreográfica, la presentación de manera verbal debe coincidir con la puesta en escena de la coreografía, es decir, si en la presentación menciona que va a realizar el método de progresión lineal, debe desarrollar ese método y no otro método diferente. En el caso que no cumpla con este requisito o que el video no contenga esta presentación, será devuelto.

Nota 3: en caso de evidenciar alguna ayuda externa, a través de una persona o video tutorial, el aspirante no aplica al rol que se esté postulando. De igual manera, es importante hacer la grabación en un espacio con buena acústica y que el sonido

ambiente no afecte el audio final del video. NO se debe editar el video con cortes o efectos de audio.

Nota 4: A parte de la verificar los requerimientos técnicos, se realizará por parte del GIT de Actividad Física del Ministerio del Deporte una revisión de la trazabilidad de acciones desarrolladas por los postulantes en ese rol de gestor (departamental, municipal) de anteriores vigencias, según sea el caso.

Parámetros de presentación de video para los aspirantes al rol contractual de Monitores Profesionales, Monitores Sénior y Monitores No Profesionales.

El video presentado por los Monitores Profesionales, Monitores Sénior y Monitores No Profesionales, deben cumplir con las siguientes características:

- Debe tener una duración de 3 a 5 minutos donde evidencie la construcción coreográfica y desglose de un (1) bloque coreográfico bilateral de 64 tiempos (32 tiempos por izquierda y 32 tiempos por derecha).
- La construcción coreográfica se debe realizar en el método de construcción coreográfica de progresión lineal (el paso transferencia se debe realizar en los primeros 4 u 8 tiempos de la construcción coreográfica de este método), anteposición (12x4 u 8x8) o inserción (4x12 u 8x8)
- La construcción coreográfica debe contener por lo menos 4 pasos de la modalidad de gimnasia aeróbica.
- La construcción coreográfica debe contener por lo menos una (1) modificación, una (1) sustitución y un (1) elemento de complejidad (brazos y cambios de frente).
- La construcción coreográfica debe tener dominio de métrica musical, uso del paso de transferencia, dominio de trabajo en espejo, desglose y proceso metodológico de la construcción coreográfica.
- Cada aspirante debe hacer una presentación previa de manera verbal y esta debe contener la siguiente información: nombre completo, rol contractual al que se postula, programa al que se presenta y método de construcción coreográfico a utilizar.
- El video se debe grabar de manera horizontal en un plano panorámico o general amplio (90° o 360°) donde se evidencie que el aspirante realiza de manera autónoma los componentes solicitados.

Nota 1: La construcción coreográfica debe ser dirigida como mínimo a tres personas diferentes a las que se postulan (obligatorio).

Nota 2: En cuanto al método de construcción coreográfica, la presentación de manera verbal debe coincidir con la puesta en escena de la coreografía, es decir, si en la presentación menciona que va a realizar el método de progresión lineal, debe desarrollar ese método y no otro método diferente. En el caso que no cumpla con este requisito o que el video no contenga esta presentación, será devuelto.

Nota 3: Las coreografías presentadas por los aspirantes a los programas departamentales o municipales de HEVS deben ser diferentes y distribuidas en los

tres métodos de construcción coreográfica (progresión lineal, anteposición o inserción) de manera equitativa. **Por ejemplo, si el equipo de trabajo se presentan 15 aspirantes deben ser distribuidos de la siguiente manera 5 realizan el método de progresión lineal, 5 de anteposición y 5 bajo el método de inserción**.

Nota 4: En caso de evidenciar alguna ayuda externa, a través de una persona o video tutorial, la postulación no será válida. De igual manera, es importante hacer la grabación en un espacio con buena acústica y que el sonido ambiente no afecte el audio final del video. NO se debe editar el video con cortes o efectos de audio.

Nota 5: A parte de la verificación de los requerimientos técnicos, se realizará por parte del GIT de Actividad Física del Ministerio del Deporte una revisión de la trazabilidad de acciones desarrolladas por los postulantes a los roles (gestores senior, gestores monitores, monitores profesionales HEVS, monitores séniores y monitores no profesionales) de anteriores vigencias, según sea el caso.

Cabe anotar que el postulante debe cumplir con cada uno de los anteriores parámetros, en el caso de no cumplir con estos, se da por entendido que la persona no cumple con las competencias para pertenecer al Programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.

Parámetros de presentación de video para los aspirantes al rol contractual de promotores de HEVS-VAS

El video presentando por los aspirantes al rol de promotor de HEVS-VAS deben cumplir con las siguientes características:

- Debe realizar un video con una duración de 3 a 5 minutos donde se evidencie la orientación de una sesión de actividad física.
- El video se debe grabar de manera horizontal en un plano panorámico o general amplio (90° o 360°) donde se evidencie que el aspirante realiza de manera autónoma los componentes solicitados.
- Debe elegir uno de los siguientes componentes de la aptitud física: resistencia cardiorrespiratoria, fuerza muscular o flexibilidad. El video debe explicar y evidenciar una correcta ejecución técnica de los movimientos que se realicen, las diferentes alternativas o variantes y las recomendaciones de la correcta ejecución de los movimientos teniendo en cuenta el curso de vida. Se debe escoger solo una de las siguientes opciones:

    - ✓ Resistencia cardiorrespiratoria: se plantean las siguientes opciones: opción 1: como mínimo dos (2) ejercicios a través de circuitos aeróbicos; opción 2: un bloque coreográfico en la modalidad de Gimnasia aeróbica; opción 3: una canción de rumba.
    - ✓ Fuerza muscular: se deben realizar dos (2) ejercicios orientados a fortalecer los segmentos inferiores, superiores o del "centro" o "núcleo" corporal involucrando varios grupos musculares tales como: músculos abdominales, lumbares, de la pelvis, glúteos y la musculatura profunda

de la columna. Se puede utilizar elementos u objetos, por ejemplo, palos, botellas, maletas, bandas, mancuernas, entre otros.

- ✓ Flexibilidad: se deben realizar dos (2) ejercicios orientados al Yoga o Thai Chi o Pilates o Stretching (ejercicios de estiramientos).

Nota 1: Una presentación previa de manera verbal donde contenga la siguiente información: nombre completo, nombre del programa al cual se está postulando y una breve explicación de la muestra de la sesión a presentar (objetivo u/o finalidad). En el caso que no cumpla con este requisito, el video será devuelto.

Nota 2: En caso de evidenciar alguna ayuda externa, a través de una persona o video tutorial, el aspirante no aplica al rol que se esté postulando. De igual manera, es importante hacer la grabación en un espacio con buena acústica y que el sonido ambiente no afecte el audio final del video. NO se debe editar el video con cortes o efectos de audio.

Nota 3: En el caso que se elija la opción de Gimnasia Aeróbica o rumba se debe evidenciar el dominio en la métrica musical y la ejecución técnica.

Cabe anotar que, el postulante debe cumplir con cada uno de los anteriores parámetros, en el caso de no cumplir con estos, se da por entendido que la persona no cumple con las competencias para pertenecer al Programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable.

HONORARIOS

Los honorarios estipulados para cada rol contractual son los siguientes:

PERSONAL MÍNIMO REQUERIDO MISIONAL	VALOR HONORARIOS
Gestor(a) Departamental	$ 4.330.000
Monitor(a) Profesional Departamental	$ 3.210.000
Monitor(a) Sénior Departamental	$ 2.800.000
Monitor(a) No Profesional Departamental	$ 2.510.000
Promotor(a) HEVS VAS	$ 1.900.000

MINISTERIO DEL DEPORTE
DIRECCIÓN DE FOMENTO Y DESARROLLO
GRUPO INTERNO DE TRABAJO ACTIVIDAD FÍSICA