

PRESTACION DE SERVICIOS

POR:

Carlos Andrés Balbín Gómez
Licenciado en educación física y deportes

ALBEIRO ARENAS MOLINA
“AHORA SI, EL GOBIERNO DE LA GENTE”

ADMINISTRACIÓN MUNICIPAL
SECRETARIA DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE
REMEDIOS-ANTIOQUIA

2026

**PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA POR MEDIO DE LOS PROGRAMAS
“JUNTOS NOS MOVEMOS” Y “POR SU SALUD MUEVASE PUES”
PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA:**

Como licenciado en educación física y deportes a través del programa institucional de indeportes Antioquia “por su salud muévase pues” y en relación al fomento y desarrollo deportivo dirigido al municipio de remedios se busca brindar alternativas en aras del deporte comunitario. en búsqueda de combatir contra el sedentarismo, el tabaquismo y la inadecuada alimentación a través de siete estrategias primordiales que son:

1. ¡La actividad física y la salud: de todos y para todos!
2. Alianzas.
3. Estrategia IEC (Información, Educación y Comunicación)
4. Entornos Saludables (Dotación e implementación)
5. Grupos de la Actividad Física.
6. Mega Eventos.
7. Investigación.

Introducción

Debido a la emergencia sanitaria que estamos viviendo a causa del virus COVID-19, se ha generado grandes cambios en relación al deporte, cambios que han llevado a la práctica deportiva a reformarse. Los ambientes educativos, deportivos y recreativos seguirán teniendo gran importancia en el municipio de remedios, con la puesta en escena del programa “por su salud muévase pues”.

Los deportistas y la comunidad en general podrán seguir siendo parte del deporte comunitario remediano, la formación, preparación y acondicionamiento físico se llevará a cabo de diferentes maneras mediante el uso de las nuevas tecnologías, buscando la potencialización de habilidades físicas para la vida y el día a día, en relación a la búsqueda de la salud en la comunidad.

"la Organización Mundial de la Salud dice que la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social"

Este plan de trabajo se hará en base a los lineamientos y parámetros estipulados por el gobierno

nacional - ministerio de salud y ministerio del deporte, con el fin de salvar la integridad de cada una de las personas.

Justificación

Diversos estudios advierten sobre el incremento de enfermedades relacionadas con estilos de vida sedentarios. Así, las denominadas enfermedades no transmisibles (ENT), van en aumento a nivel mundial. “En las últimas décadas, la población mundial ha experimentado un incremento en la prevalencia de enfermedades Crónicas no Transmisibles (ECNT), como la obesidad, la hipertensión, la aterosclerosis y diabetes mellitus tipo II” (Alwan et al., 2010, citados por Zea-Robles, León-Ariza, Botero-Rosas, Afanador-Castañeda, & Pinzón-Bravo, 2014, p. 506).

Entre los factores de riesgo que más se presentan a nivel mundial se encuentra el sobre peso, la obesidad y el tabaquismo debido a la inactividad física, es por esto que el programa “por su salud muévase pues” intenta disminuir las tasas de morbilidad en la población a nivel departamental, en aras del mejoramiento de la calidad de vida de la población y el incremento la práctica de actividad física en el departamento de Antioquia, como estrategia para el mejoramiento de la calidad de vida de las comunidades a través de diversas actividades físicas planificadas y pensadas para la ejecución de la comunidad remediada. Logrando así combatir la inactividad y el sedentarismo.

Objetivo general:

Motivar a toda la población remediada a las actividades físico deportivas del municipio, niños, jóvenes, adultos y personas adultas mayores, en la búsqueda por conseguir un óptimo bienestar físico, mental y social.

Objetivos específicos:

- Garantizar actividades de calidad para cada una de las poblaciones a intervenir.
- Brindar conocimientos físico-saludable y el acompañamiento adecuado para cada una de las necesidades deportivas de la comunidad.
- Generar espacios de bienestar para las comunidades del territorio
- Impactar las comunidades a través de intervenciones físicas y conceptuales a través del programa por sus alud muévase pues

COBERTURA TERRITORIAL DEL PROYECTO:				
Urbano		Rural		Territorio Indígena
Total, cabecera	Barrial	Corregimientos	Veredal	
X	x	x	x	x

PLAN DE DESARROLLO MUNICIPAL “AHORA SÍ, EL GOBIERNO DE LA GENTE, 2024 – 2027”	
Línea estratégica	1: Bienestar Social para una vida digna
Objetivo	fortalecer el sistema de actividad física municipal teniendo en cuenta las necesidades identificadas y lograr obtener con programas y proyectos que a toda la comunidad en general la inclusión ciudadana en la actividad física
Componente	Componente de Recreación deporte y actividad física
Programa	Programa 11. Fortalecimiento del sistema de actividad física municipal
Producto	1. Implementación de jornadas de ciclovía 2. Celebración de convenios interadministrativos para la actividad física (Programa Por su Salud Muévase Pues) 3. Formulación e implementación de la política pública municipal del deporte, la recreación y la actividad física 4. programación de eventos deportivos recreativos de actividad física interinstitucionales y sub regionales. municipales
Indicador de producto	1. Número de ciclovías implementadas (30)

	2. Número de convenios realizados (4) 3. Número de mesas de actividad física realizadas (1) 4. Numero de eventos deportivos, formativos, recreativos y de actividad física. (4)
--	---

METAS PROGRAMADAS:
• Cobertura poblacional al 100% según el plan de desarrollo municipal. • Cobertura total de descentralizaciones del programa de actividad física municipal. • Generar alianzas en el territorio que garanticen la ejecución exitosa de los programas • Continuar generando aportes municipales a través de los resultados del programa de actividad física con semáforo en verde • Aplicar a todas las postulaciones de indeportes Antioquia y así lograr traer recursos al municipio.

ACTIVIDADES A REALIZAR:

1. Coordinar, planear y ejecutar todas las actividades relacionadas con el programa “P.S.S.M.P” en el área urbana y rural
2. Realizar tomas barriales desde el programa de actividad física (circuitos metabólicos y clases musicalizada).
3. Gestionar recursos económicos y/o materiales si se requieren para las diferentes actividades del programa “P.S.S.M.P”, elaborar proyectos y participar de las diferentes convocatorias departamentales y nacionales en proyectos o políticas de cofinanciación
4. Planificar y realizar pausas activas 02 veces por semana en el área urbana y corregimientos, a las empresas públicas y privadas, comercio, policía, bomberos, adulto mayor y dependencias de la administración municipal.
5. Sistematizar y digitalizar la población atendida en las diferentes plataformas, link, Drive y en la planilla de registro de población intervenida
6. Realizar el cargue periódico de la información de todas las disciplinas y eventos deportivos en la plataforma de Indeportes en pro de fortalecimiento del semáforo
7. Apoyar con intervención de actividad física a los grupos poblacionales identificados como negritudes o indígenas o con trastornos del neurodesarrollo o discapacidad. Mínimo 02 veces al mes
8. Coadyuvar en las actividades lúdico-recreativas, deportivas, actividad física artísticas, culturales y demás acciones que se programen desde la alcaldía municipal, coordinación de deportes, programa de recreación y deporte formativo en pro de las comunidades en el área urbana y rural cada vez que se requiera.
9. . Realizar caminatas nocturnas y ecologicas con la población de cabecera municipal
10. Acompañamiento e intervención a las sedes educativas en las veredas cercanas (Belén, Platanales, Santa Lucia, Martana, Otú, la brava y retiro), en pro del deporte formativo la actividad física y la recreación, mínimo una vez al mes por sede.
11. Asistir a todas las reuniones y encuentros programados para hacer seguimiento a las actividades contractuales y planeación del desarrollo de las mismas.
12. Implementar atención en hidroterapia con la población Remediana
13. relizar sesiones de entrenamiento en reduccion de tegido graso, gap (gluteo, abdomen y pierna) cardio abdomen y resitencia en la poblacion remediana.

VALOR DEL PROYECTO
DIECINUEVE MILLONES DOSCIENTOS MIL PESOS (\$19.200.000)

RESPONSABLE DEL PROYECTO		
Contacto	Teléfono	E-mail
Carlos andres balbin gomez	3144764449	Andresbalbin71@gmail.com



Firma: _____