



# *Programa General*

## **COMUDE 2019**

---

Consejo Municipal del **Deporte Tlajomulco**

Gobierno Municipal de  
Tlajomulco de Zúñiga 2018-2021

## PROGRAMA GENERAL COMUDE 2019

El presente documento describe el funcionamiento y normas organizacionales que se busca rijan al Consejo Municipal del Deporte de Tlajomulco de Zúñiga Jalisco, y a cada uno de sus programas, dando a conocer de manera detallada sus objetivos, estrategias, metas y políticas de operación, esto para el correcto funcionamiento de los programas deportivos.

Este proyecto puede estar sujeto a modificaciones según los cambios de funcionamiento que se presenten en el Consejo Municipal del Deporte y a sus características presupuestales, para la correcta aplicación de los programas y eventos, siendo actualizado y dado a conocer en tiempo y forma.



## ÍNDICE

# 1

PAGINAS 5-9

### INTRODUCCIÓN

- Análisis FODA
- Misión
- Visión
- Filosofía
- Valores
- Decálogo

# 2

PAGINAS 10-19

### CONTEXTO

- Antecedentes
- Temario

# 3

PAGINAS 20-33

### PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA y JUSTIFICACION

- Planteamiento del problema
- Justificación

# 4

PAGINAS 34-74

### COMPONENTES Y ACCIONES ESTRATÉGICAS

- Definición de programas
- Objetivos
- Población Objetivo
- Servicios
- Estrategias
- Estrategias y líneas de acción
- Metas

# 5

PAGINAS 75-107

### PROCESO GENERAL DE OPERACIÓN

- Definición de actividades
- Cronograma de actividades





PAGINAS 108-130

## POLÍTICAS DE OPERACIÓN

- Otorgamiento del beneficio
- Respetto a las cuotas de operación
- Perdida del beneficio
- Reglamento de selectivos de alto rendimiento municipal



# Introducción

1



## 1.1 ANALISIS FODA

Fortalezas	Oportunidades
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Personal capacitado</li> <li>-Apoyo municipal</li> <li>-Infraestructura deportiva</li> <li>-Actividades para personas de todas las edades</li> <li>-Equipos representativos municipales</li> <li>-Enfoque multidisciplinario</li> <li>-Programa nutricional deportivo y social</li> <li>-Programas deportivos</li> <li>-Constante capacitación de personal administrativo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Jalisco referencia en el deporte</li> <li>-Difusión de imagen y programas</li> <li>-Ampliación de programas en distintos sectores</li> <li>-Ampliación de programas en distintas disciplinas</li> <li>-Independización de la dirección de deporte</li> <li>-Certificaciones para instructores deportivos</li> <li>-Escuela municipal de instructores deportivos</li> <li>-Comercialización de eventos y programas</li> </ul>
Debilidades	Amenazas
<ul style="list-style-type: none"> <li>-Deficiente mantenimiento de infraestructura deportiva</li> <li>-Falta de espacios multidisciplinarios</li> <li>-Gratuidad en los programas</li> <li>-Pugna de dependencias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Gestiones de presupuestos</li> <li>-Cambios climáticos</li> <li>-Uso de instalaciones deportivas para fines distintos</li> </ul>



## 1.2 MISIÓN

El Consejo Municipal del Deporte gestiona con eficacia las instalaciones para el deporte, recreación, activación física y salud integral con promoción y organización de distintas actividades para contribuir de manera efectiva para la formación de la comunidad, ofertando programas y propuestas con personal capacitado que respondan a las necesidades y expectativas de todos los grupos de interés, elevando así la calidad de vida de los Tlajomulquenses.

## 1.3 VISION

Ser un servicio en continuo proceso de mejora, reconocido y de referencia nacional, por la calidad y variedad sin precedente de su oferta deportiva, recreativa e incluyente, alejando a la población de las adicciones y malos hábitos, con la administración responsable de los recursos públicos.

## 1.4 FILOSOFÍA

Crear un modelo deportivo a través de un cambio en la mentalidad de las personas por medio de acciones sociales, fomento de valores y trabajo en equipo, con la profesionalización del deporte generando un desarrollo integral.

## 1.5 VALORES

Patriotismo	Disciplina	Trabajo en Equipo
Honestidad	Libertad	Equidad

## 1.6 DECALOGO

### 1.6.1 Deportistas

- 1.- Trabaja para ser una gran persona
- 2.- Esfuérzate en el entrenamiento, no sólo en las competencias
- 3.- Obedece las reglas, te dará sentido y claridad en la competencia
- 4.- Honrar al contrario, no es un enemigo, es un compañero
- 5.- Lucha por el equipo, no por ti



- 6.- Dignifica el juego limpio
- 7.- Compórtate bien en la victoria y en la derrota
- 8.- Saluda a los contrarios y árbitros/jueces al finalizar el partido
- 9.- Piensa antes de actuar para no tener que arrepentirte después
- 10.- Disfruta con el deporte y no pienses en el resultado

### 1.6.2 Padres

- 1.- Anima al equipo, no sólo a tu hijo
- 2.- Respeta a los seguidores del equipo contrario
- 3.- No insultes ni regañes a nadie, ni a los tuyos ni a los rivales
- 4.- Permite a los jugadores disfrutar libremente, no les presiones
- 5.- Fomenta el deporte como diversión
- 6.- Resta importancia al resultado, no es lo fundamental
- 7.- Sé un ejemplo para tu hijo
- 8.- Respeta al árbitro/juez
- 9.- Rechaza cualquier tipo de violencia
- 10.- Apoya el juego limpio

### 1.6.3 Entrenadores

- 1.- Sirve de ejemplo para los deportistas; transmite valores
- 2.- Fórmate y prepara tus entrenamientos
- 3.- Trata a todos tus deportistas por igual, no tengas preferencias
- 4.- Premia el esfuerzo, erradica la humillación, dialoga con tus atletas, corrige con educación y apoya al desanimado
- 5.- Relativiza el valor de la victoria y el de la derrota entre tus atletas
- 6.- Asume tu responsabilidad y no la traslades a otros: padres, árbitros/jueces
- 7.- Marca tus normas de conducta para niños y padres al principio del curso





8.- Conoce, respeta y enseña las reglas del juego

9.- Respeta a los jueces y árbitros

10.- Concientízate que estás entrenando a niños



# Contexto

2



## 2.1 ANTECEDENTES

La historia del deporte en México se remonta a antes del año 1900 con la creación de instalaciones y competencias deportivas, a partir de esto el desarrollo del deporte en el país fue aumentando hasta lograr diferentes eventos de talla internacional entre los cuales se pueden destacar los campeonatos mundiales de fútbol de 1970 y 1986 y los Juegos Olímpicos del Verano de 1968, después de esto las competencias deportivas siguieron aumentando siendo Jalisco referencia nacional gracias a sus iniciativas deportivas y atletas de alto rendimiento.

Con los juegos panamericanos de 2011 Jalisco se posicionó aún más como referencia del deporte siendo semillero nacional, gracias a esto, los municipios de la zona metropolitana de Guadalajara han estado creciendo en materia deportiva.

El municipio de Tlajomulco de Zúñiga se vio influenciado por esta tendencia de crecimiento en el deporte, con la creación de infraestructura, escuelas deportivas municipales, estrategias de activación física y selectivos representativos del alto rendimiento municipal.

## 2.2 TEMARIO

### **2.2.1 El deporte en Tlajomulco**

En el año 2010 desaparece COMUDE Tlajomulco e inicia la integración del ICRD (Instituto de Cultura Recreación y Deporte), la infraestructura deportiva era limitada, contando con cuatro unidades deportivas, no existían ligas deportivas y se ofertaban pocas disciplinas las cuales eran las siguientes, fútbol, basquetbol, voleibol, mini atléticos y seriales de ciclismo de montaña.

Debido al crecimiento demográfico que sufrió el municipio, se tuvo la necesidad de crear mayor infraestructura deportiva, aumentando a cuatro unidades deportivas, siendo la más importante y representativa la unidad deportiva chivabarrio, al finalizar el año 2010 se contaban con 5 ligas deportivas afiliadas



a la jefatura de deportes y desde entonces las actividades en el municipio han sido gratuitas.

En el año 2011 ya se contaba con 10 unidades deportivas en el municipio, lo cual incentivó a desarrollar un programa en materia deportiva para atender al mayor número de alumnos. Se cerró con las siguientes cifras, 28 ligas deportivas con 300 equipos registrados, 5 escuelas de iniciación deportiva con atención a 600 alumnos, se incrementaron las sedes en cursos de verano con 10 de las mismas sedes, atendiendo a 1000 beneficiados, además se entregaron 3000 uniformes para incentivar a las ligas y se realizó una final infantil de fútbol en el estadio 3 de marzo.

Para el año 2012 se fortaleció el programa de ligas deportivas logrando tener un registro de 54 ligas con más de 700 equipos afiliados y con una inversión de más de 1 millón de pesos en premiaciones y compra de uniformes. Cerrando el año con las siguientes cifras: 14 unidades deportivas, los cursos de verano se ampliaron a 15 sedes con atención a más de 1500 niños, las escuelas de iniciación aumentaron a 8 con una atención de más de 1000 niños.

Para la administración 2012- 2015 se rehabilitó la escuela municipal de natación con sede en Chivabarrio, con una atención de 3461 alumnos, en cursos de verano se atendieron a 7000 niños además se creó la primera escuela de gimnasia gratuita y el programa ligas deportivas siguió en crecimiento con un total de 62 ligas y casi 800 equipos afiliados, finalmente se creó el evento deportivo más importante del municipio el medio maratón internacional Tlajomulco – Cajititlán.

Actualmente se imparten las disciplinas de fútbol, voleibol, natación, gimnasia, atletismo y basquetbol por medio de las escuelas de iniciación deportiva con más de 3000 mil beneficiarios y se creó formalmente la escuela municipal de charrería con 6 sedes, atendiendo a más de 150 niños, se reforzó el programa de activación física atendiendo a más de 3000 personas entre ellas niños (programa aerokids), adultos (programa de activación física) y adultos mayores (programa niñas y niños activos adultos saludables) con más de 30 sedes, se recuperó el fomento al ciclismo de montaña siendo Tlajomulco sede de la final estatal de esta



modalidad, y contamos con 3 equipos representativos apoyados por el gobierno, finalmente se cuenta con 798 equipos de fútbol con más de 10,300 beneficiarios siendo la liga más grande del país.

### 2.2.2 Escuelas de Iniciación Deportiva

Según el instituto distrital de recreación y deporte de Bogotá las escuelas de formación deportiva se definen como estructuras pedagógicas que incluyen programas educativos extraescolares implementados como estrategia para la enseñanza del deporte en la población inscrita en ellas, principalmente el niño, la niña y el joven, buscando su desarrollo motriz, cognitivo, psicológico y social, mediante procesos metodológicos que les permitan su incorporación a la práctica del deporte de manera progresiva (bogota.gov).

Es ideal que en escuelas de iniciación deportiva se trabaje sobre la base del desarrollo de las habilidades motrices básica y específica, además se desarrollen actividades para fortalecer las habilidades para la vida y se realicen recomendaciones respecto a los estilos de vida saludable.

La Universidad de Guadalajara hace mención de lo necesario que es el deporte para una adecuada salud física y mental, al ser México un país donde la obesidad es un problema de salud pública, una de las mejores maneras de controlarlo es mediante la ejercitación física, siendo las escuelas deportivas una herramienta más para el apoyo no solo del desarrollo si no de la salud.

### 2.2.3 Activación Física

En tiempos primitivos, se desarrollaba la ley del más apto, por lo que se debía de mantener en buen estado físico La actividad física estuvo vinculada a las prácticas guerreras, por luchas de conquistas de territorios. Actividad deportiva era visto como un privilegio del que solo podía disfrutar la realeza, y para el resto la actividad física se relacionaba con sus prácticas cotidianas En los años 1913 y 1919 se incorpora la educación física como asignatura al currículo escolar y se toma conciencia de la importancia de la actividad física en niños, adultos y adultos mayores estos últimos con menor demanda pero con igual importancia



que en los demás sectores, resaltando la importancia que la actividad física tiene en la salud física y mental del ser humano ya que desde la industrialización, el ser humano ha cambiado su estilo de vida pasando de actividades que requerían desplazamientos y movimientos constantes (como las actividades del campo) a funciones sedentarias que limitan durante gran parte de su actividad física y las funciones motrices básicas necesarias para tener un equilibrio mental y físico que permita al individuo desempeñarse en todos los campos de manera equilibrada.

La impartición de la Educación Física, en nuestro país en los años 60” prevalece el enfoque deportivo y su finalidad principal era la competencia, por lo que el proceso enseñanza-aprendizaje se centraba en fundamentos deportivos y complementariamente en actividades recreativas, para 1988 el enfoque cambia al modelo orgánico funcional y se da mayor importancia al desarrollo de las habilidades motrices, el desarrollo de las habilidades, destrezas, y buenos hábitos

El movimiento corporal esta relacionando con el buen funcionamiento de los órganos, aparatos y sistemas del cuerpo humano, y es a partir de esto que la actividad física y la educación física además de deportiva, competitiva y recreativa se emplea como medida preventiva del sobre peso, la obesidad, sedentarismo y afecciones respiratorias y cardiacas (algunas de ellas potencialmente mortales).

#### **2.2.4 Salud Integral al Deporte**

##### **Nutrición como Base para la Salud**

La nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo. Una buena nutrición (una dieta suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular) es un elemento fundamental de la buena salud. Una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental, y reducir la productividad (ONU).



Una buena nutrición es la primera defensa contra las enfermedades y la fuente de energía para vivir y estar activo. Los problemas nutricionales causados por una dieta inadecuada pueden ser de muchos tipos, y cuando afectan a toda una generación de niños pueden reducir su capacidad de aprendizaje, comprometiendo así su futuro y perpetuando un ciclo generacional de pobreza y malnutrición con graves consecuencias para los individuos y las naciones.

Mientras que los niños pequeños son los más vulnerables a la malnutrición, el derecho a una alimentación adecuada es universal y una buena nutrición es esencial para todos. Problemas de malnutrición (subalimentación, deficiencias de micronutrientes y obesidad) existen en todos los países y afectan a todas las clases socioeconómicas.

El crecimiento económico desigual, las transformaciones sociales y económicas y otros factores moldean los sistemas alimentarios y las dietas. Como resultado, está aumentando la prevalencia del sobrepeso, la obesidad y las enfermedades no transmisibles relacionadas, mientras persiste la desnutrición y la deficiencia de micronutrientes (FAO).

### Psicología en el Ámbito Deportivo

Las intervenciones psicológicas se definen como las acciones que desempeña el psicólogo, entrenador u otro especialista con el propósito que el deportista adquiera y desarrolle habilidades psicológicas para enfrentar el estrés en competencias y entrenamiento, además, perfeccione sus capacidades en el deporte. Esencialmente, las intervenciones tienen como objetivo; 1.-La mejora sistemática y planificada de las capacidades psíquicas implicadas en los rendimientos, 2.- La reestructuración de las valoraciones y percepciones bajo cuya influencia el deportista no puede mantener un ajuste adecuado entre su potencial y las exigencias de la actividad y las condiciones de su realización, 3.- La estabilización del comportamiento en la competición, 4.-La optimización y activación de los procesos de recuperación psicológica para poder movilizar sus recursos personales en las competencias y entrenamientos, y finalmente 5.-La



preparación para reorganizar sus recursos psicológicos y ampliar el abanico de posibilidades mediante el afrontamiento de situaciones nuevas e imprevistas.

Las intervenciones psicológicas en la práctica deportiva abarcan por lo menos tres métodos que acaparan un número de técnicas determinadas. Estos métodos son:

**El entrenamiento psicológico:** Se trata de actividades mediante las cuales se entrena al deportista para la adquisición y desarrollo de habilidades psicológicas que facilitan un accionar más eficiente y que tiene como fin principal, mejorar la capacidad de autorregulación.

**Acompañamiento o "Coaching":** Consiste en influenciar al deportista como individuo, y a equipos como grupos sociales, de forma tal que puedan desarrollar sus posibilidades máximas de rendimiento en la competición y entrenamiento.

**Orientación Psicológica o "Counseling":** Tiene como fin ayudar a los técnicos deportistas a entender y solucionar, de la mejor forma posible, sus problemas psicológicos y sociales.

### Fisioterapia Deportiva

La fisioterapia es una especialidad dedicada al fomento, cuidado, desarrollo y manejo de las capacidades deportivas en las distintos niveles de practica y competencias; sus objetivos principales son, la orientación al determinar la aptitud física para la práctica de alguna disciplina deportiva; la prevención disminuyendo los factores de riesgo de lesión producto de la práctica deportiva y la limitación del daño al dar atención a las lesiones y/o secuelas ocasionadas por la práctica dando seguimiento del manejo y resultado de la aplicación del protocolo de atención.

El fisioterapeuta deportivo debe contar con:

- Capacidad de trabajo en equipo al interactuar con el entrenador de la disciplina deportiva.
- Capacidad para seguir e implementar evaluaciones de la capacidad física según la disciplina deportiva.





- Elaborar protocolos de atención y cuidados que permitan al deportista mantener, recuperar, potencializar sus capacidades deportivas.
- Ser capaz de identificar y atender las lesiones que pudieran generarse con la práctica deportiva.
- Capacidad par trabajar en la concientización de la población en general sobre los beneficios de practicar alguna disciplina deportiva.

### 2.2.5 Ligas Deportivas

Las Ligas deportivas son programas que se preocupan por la población además de atender no solo las necesidades deportivas sino también de salud y comunitarias, pretenden el acercamiento con la comunidad, para promover valores y tener actividades comunitarias y sociales. Además, ayudan a encontrar y apoyar nuevos talentos desde temprana edad e impulsarlos a ser atletas de alto rendimiento canalizándolos a las escuelas de iniciación deportiva y siempre buscando herramientas y recursos para que esto se logre.

### 2.2.6 La Recreación en el Ser Humano

La Real Academia Española define recreación como acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabajo, además, encontraremos que recrear significa divertir, alegrar o deleitar. En términos populares a esta diversión también la llamamos entretenimiento. Según esta definición, recrearse necesariamente debe incluir la diversión o el pasarlo bien, con el objetivo de distraerse de las exigencias, especialmente laborales y así conseguir un alivio necesario para conllevar nuevamente otra etapa de responsabilidades, con energías renovadas que permitan un mejor resultado de ellas, implica una participación activa del sujeto, a diferencia del ocio que refiere generalmente al descanso o a otra forma de entretenimiento más relajada. Los especialistas afirman que el entretenimiento es importante para mantener un equilibrio entre los deberes y la salud física y mental, por eso, cuando la gente lleva una vida cada vez más sedentaria y con mayor estrés, la necesidad de recreación aumenta. Existe amplio reconocimiento de los efectos beneficiosos producidos



por la actividad física regular y el ejercicio, tanto desde el punto de vista físico como psicológico, de igual forma, la práctica habitual de ejercicio físico puede resultar de utilidad en la prevención de trastornos psicológicos, con este fin se han elaborado y puesto en marcha distintos programas de actividad física con fines terapéuticos y de salud, contemplando la necesidad de evitar el fenómeno de abandono y facilitar la iniciación y la adherencia a los mismos.

En relación a la salud, se constata que, en las organizaciones, los programas de actividad física incrementan la cohesión y satisfacción de sus miembros y facilitan conductas laborales positivas (aumento de la productividad, disminución del absentismo y de los días de baja por enfermedad), además la práctica de la actividad física está fuertemente asociada con la reducción de los factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares, y en general de la morbilidad y mortalidad.

### **2.2.7 Mantenimiento de Unidades una Herramienta Fundamental para el Logro de Objetivos.**

La construcción de unidades deportivas y centros recreativos suelen utilizarse como una estrategia fundamental de implementación para la demostración activa del gobierno, y aunque sin duda son iniciativas fundamentales y benéficas para la población, en muchas ocasiones solo se cuenta con el presupuesto de su construcción, pero no se prevé que, a partir de establecerse, esta necesitara un mantenimiento constante que también significa un gasto, siendo este también una herramienta fundamental para el logro de los objetivos que llevo a realizar el proyecto de infraestructura. En lo que se refiere a unidades y centros deportivos es de vital importancia generar un plan de mantenimiento, el cual debe convertirse en el referente de buenas prácticas de la organización en el ámbito del mantenimiento. Se deberá planificar, analizar, controlar y evaluar las características específicas de mantenimiento de cada material o equipo y las de la instalación deportiva donde están ubicados (edificio, climatología, modelo de gestión, etc.). A partir de esto y con una visión de largo plazo dentro de la inversión, los objetivos estratégicos para estos espacios serán metas realmente posibles.



### 2.2.8 Deporte Adaptado como Medio de Integración Social

El deporte representa un estilo de vida y como tal es una manera de relacionarnos con otras personas en diversos ámbitos, desarrollando de manera armónica los valores y en algunos casos inculcándolos. Así mismo promueve la activación física que a su vez se ve reflejado en la mejora de la salud. El deporte adaptado es el medio perfecto para llevar a cabo una inclusión social, no solo personal sino del núcleo familiar, potencializando al máximo las capacidades físicas de los jóvenes y niños que se encuentran en riesgo de exclusión social debido a alguna discapacidad, congénita o adquirida. Brindando así la posibilidad de un nuevo estilo de vida. Al mismo tiempo ayudándolos a realizar lo inimaginable para ellos mediante las competencias y triunfos que se logran en las diversas aéreas y deportes que existen, con el esfuerzo desempeño y exigencia no solo personal si no grupal y familiar

### 2.2.9 Alto Rendimiento

Se llama rendimiento a la utilidad, el beneficio, la compensación, la eficacia o el producto que otorga algo o alguien. El adjetivo alto, por su parte, se asocia a la altura o a un nivel elevado, alto rendimiento se suele vincular al estado físico y al deporte. En este caso, el concepto alude a optimizar el aprovechamiento de los recursos corporales y técnicos, quien consigue maximizar el uso de los recursos disponibles y adquiere nuevas habilidades mediante el entrenamiento, alcanza un gran nivel competitivo: es un deportista de alto rendimiento. Por lo general, el alto rendimiento se relaciona al deporte profesional, es importante tener en cuenta que el rendimiento deportivo está asociado a la exigencia del entrenamiento y las competencias, una persona que entrena 3 horas o más por día y que compite una o dos veces por mes somete su físico a una gran exigencia y, a su vez, logra mejorar sus destrezas y habilidades, por eso alcanzará el nivel que se considera de alto rendimiento. Quien practica un deporte de modo ocasional y recreativo no se exige ni tiene posibilidades de evolucionar demasiado.



# Planteamiento del Problema y Justificación

**3**



### 3.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

#### 3.1.1 Consejo Municipal del Deporte Tlajomulco

El deporte tiene influencia en muchos aspectos de la población, siendo característica de una sociedad, con capacidad de ser un referente cultural logrando superar aspectos idiomáticos, políticos y religiosos, convirtiéndose en parte de la costumbre de millones y millones de personas.

El sedentarismo, los malos hábitos de alimentación, las adicciones son una problemática en México, según datos de INEGI 56% del país es inactivo físicamente, la encuesta ENSANUT refiere que el país se encuentra en los primeros lugares del mundo en sobrepeso y obesidad en adultos y en el primer lugar en esta problemática en la población infantil, además la encuesta nacional de adicciones tiene datos preocupantes siendo un problema de salud pública principalmente en la población joven.

Debido a la influencia que el deporte llega a tener en la sociedad puede ser una herramienta clave para dar apoyo directa e indirectamente en distintas problemáticas, siendo las mencionadas anteriormente solo un ejemplo de los aspectos en los cuales el deporte puede ser elemento clave para lograr soluciones, a través de aquellas actividades, estrategias o programas que deberían surgir de una buena gestión deportiva como los son la activación física, la recreación y la competición.

### 3.2 JUSTIFICACIÓN

#### 3.2.1 Consejo Municipal del Deporte Tlajomulco

##### 3.2.1.1 Magnitud

El municipio cuenta con 18 unidades deportivas que permiten el servicio a la comunidad en 7 escuelas de iniciación deportiva municipal, con un aproximado total de 3000 alumnos, un aspecto importante es la densidad de la población que tendrían la posibilidad de ser beneficiarios del proyecto, proyectando un



aumento de un 50% de población beneficiada solo en escuelas deportivas municipales, además a pesar del constante crecimiento del deporte en el municipio al mejorar simplemente el mantenimiento y algunas condiciones de la infraestructura deportiva se podría incrementar hasta en 100% el número de beneficiarios sobre cada una de las diferentes actividades que engloban en el Consejo Municipal del Deporte.

### 3.2.1.2 Trascendencia

Queda clara la influencia y la importancia del deporte en los aspectos culturales y las problemáticas de un país, sin embargo a pesar del enorme potencial que pueden tener las actividades que engloban al deporte, es de vital importancia una buena gestión deportiva o administración del deporte para la creación de programas que realmente busquen generar cambios en una población, donde se saque provecho de todas aquellas herramientas que son parte del universo deportivo y a través de estas generar una nueva cultura deportiva, además si se hace mención específica al deporte de alto rendimiento se puede destacar su importancia al poder convertirse en un importante referente del estado y crecimiento de una población, la trascendencia de este proyecto funge en estos aspectos, generando programas básicos como las escuelas de iniciación deportiva municipales, activación física en diferentes sectores de la población, atención a distintos grupos etarios y a personas con capacidades diferentes, donde se busca generar una nueva conciencia de la población, la adherencia a la actividad física y hábitos de vida saludables, todo a través de una a profesionalización del deporte con un equipo multidisciplinario, siendo de vital importancia los perfiles y la constante preparación de las ejecutores de los programas, además también la generación de proyectos innovadores como la creación de selectivos que sean una referente del deporte y crecimiento general del municipio.

### 3.2.1.3 Factibilidad

La infraestructura deportiva del municipio ha crecido de manera considerable los últimos 8 años, lo que permite que con una inversión moderada se generen los



proyectos previstos, inclusive algunos eventos deportivos como el medio maratón Tlajomulco y las escuelas de iniciación deportiva como la escuela municipal de natación, ya hacen referencia del municipio a nivel estatal y nacional, además de la posibilidad de ofrecer eventos para inversión privada lo que ayudaría a reforzar el proyecto en el aspecto económico, siendo todo esto lo que apoya la factibilidad del proyecto.

### **3.2.2 Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal**

#### **3.2.2.1 Magnitud**

Acorde a estudios y estadísticas realizadas por la encuesta nacional de salud y nutrición, México es el país número 1 en sobrepeso y obesidad con 323,000 de casos nuevos, los índices en mujeres y hombres mayores de 20 años ha subido del 33.5% al 35.8% de obesidad en los últimos años, aunado a esto las estadísticas de sedentarismo en el país aumentan día a día, por ello la creación de espacios deportivos de fácil acceso para la población son realmente importantes, en el municipio de Tlajomulco de Zúñiga actualmente existen 18 unidades deportivas, 1 salón de usos múltiples, además de distintos espacios deportivos y recreativos disponibles.

#### **3.2.2.2 Trascendencia**

La influencia del deporte en la calidad de vida de las personas toma un papel importante en cualquier sector de la población, cuando se aprovechan las herramientas que caracterizan a cada una de las distintas disciplinas deportivas es posible generar una nueva cultura deportiva que apoye a la mejora de la salud y la creación de valores.

#### **3.2.2.3 Factibilidad**

El municipio cuenta con una amplia variedad de sedes de espacios y unidades deportivas para llevar a cabo el programa, además aplicando una inversión moderada hacia la infraestructura deportiva se podría lograr un incremento de



hasta un 100% la atención, aunado a ello, con la mejora de las instalaciones podemos gestionar el tener eventos competitivos profesionales.

### **3.2.3 Activación Física**

#### **3.2.3.1 Magnitud**

La Secretaria de Salud informa que México es líder mundial en obesidad infantil, hay registros que refieren que hasta un 83% de los niños en México son inactivos o tienen malos hábitos de alimentación, además de datos generales que demuestran que hasta 7 de cada 10 personas tienen algún grado de sobrepeso u obesidad. En el año de 1861 por medio de la leyes de reforma se imparte actividad física en las escuelas, aunque esta si se realiza en un 85% de las escuelas en Jalisco, es muy decadente, ya que el programa está diseñado para realizarse de 1 a 2 veces por semana con una duración de máxima 60 minutos, cuando la organización mundial de la salud recomienda un mínimo de 30 minutos 3 veces por semana como mínimo de actividad física en niños, es por ello la importancia de programas que promuevan la activación física en todos los sectores de la población.

#### **3.2.3.2 Trascendencia**

El área de Activación Física cuenta con una oferta de programas amplia donde se integran distintos sectores de la población, con actividades diseñadas para niños, jóvenes, adultos y adultos mayores, con una amplia gama de disciplinas de activación aplicables incluso en el área laboral, generando opciones variadas donde la población podrá integrarse para generar una adherencia al ejercicio físico.

#### **3.2.3.3 Factibilidad**

El municipio de Tlajomulco de Zúñiga cuenta con una gran diversidad de espacios y pequeñas localidades que además de prestarse para generar las actividades del programa cuenta con una amplia población que garantiza generar un buen





impacto, además del apoyo del consejo municipal del deporte para generar estas iniciativas.

### 3.2.4 Área de Salud Integral

#### 3.2.4.1 Programa de Atención y Educación Nutricional

##### 3.2.4.1.1 Magnitud

La mala información de nutrición en México se refleja en los niños y adolescentes de nuestro país, la última encuesta nacional de salud y nutrición (ENSANUT) 2012, indican que uno de cada tres adolescentes de entre 12 y 19 años presentaba sobrepeso u obesidad, cifras que ubican al país en el primer lugar mundial en obesidad infantil, para los escolares, la prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad ascendió un promedio del 26% para ambos sexos, lo cual representa más de 4.1 millones de escolares conviviendo con este problema (UNICEF). Del lado de los adultos la encuesta muestra una prevalencia de sobrepeso y obesidad de 71.28%, que representan a 48.6 millones de personas. Esta prevalencia es mayor en zonas urbanas en comparación con las rurales y también mayor en aquellas personas quienes no cuentan con ningún servicio de salud (Ensanut 2012).

##### 3.2.4.1.2 Trascendencia

En los últimos años se ha visto el interés del gobierno del municipio de Tlajomulco por la inversión en unidades deportivas y centros de recreación, el Centro Multidisciplinario Chivabarrio, por ejemplo, cuenta con la primera escuela municipal de natación, siendo una academia pública gratuita donde se atienden en promedio a 1600 personas por año, y se tiene una lista de espera de alrededor de 5 mil solicitantes, por tanto un aspecto importante que beneficiara a los objetivos de estos esfuerzos, es el de acceso a información y atención nutricional, no solo potenciando los resultados que ya ofrecen los centros y unidades deportivas, si no también obteniendo los beneficios que en sí sola ofrece la educación en nutrición, como la mejora de la salud y la disminución de riesgo de



enfermedades no transmisibles, que por el impacto en la salud colectiva y altos costos de atención, se consideran de importancia en salud pública.

### **3.2.4.1.3 Factibilidad**

El tema de nutrición se ha convertido en un aspecto popular entre la población debido a diferentes factores como las alarmantes recientes encuestas ya mencionadas que posicionan al país en parámetros inadecuados, las estrategias del gobierno para generar conciencia nutricional, la popularidad de productos alimenticios que destacan sus propiedades nutricionales, entre otros, gracias a esto se ha generado una conciencia de que la nutrición se relaciona directamente con la salud y el desarrollo correcto de la persona, este aspecto permite que sea ideal el momento para ofrecer una educación que busca influenciar las actitudes, comportamientos y creencias de los individuos para adoptar prácticas de alimentación sanas y mejorar su estado nutricional.

### **3.2.4.2 Programa de Atención Psicológica**

#### **3.2.4.2.1 Magnitud**

Jalisco encabeza las estadísticas de los estados más deportivos del país, un estudio refiere contar con 5.3 deportistas profesionales por cada 100 mil habitantes, que participan de manera oficial en una variedad de 15 disciplinas. El mundo emocional del deportista está estrechamente asociado a su rendimiento, sin una óptima respuesta de estrés emocional sus potencialidades no pueden ser expresadas y se pierden años de esfuerzos y posibilidades de éxito. En Tlajomulco se cuenta con más de 3000 alumnos de escuelas de iniciación deportiva, además de distintos atletas de alto rendimiento en 5 disciplinas.

#### **3.2.4.2.2 Trascendencia**

En Tlajomulco existen diversas escuelas de iniciación deportiva, en las cuales se busca brindar la oportunidad de introducirse en el deporte y rescatar a los mejores miembros para desenvolverlos en un ámbito de alto rendimiento, y al ser la psicología deportiva una parte importante del equipo multidisciplinario de



un deportista, generar un proyecto de atención psicológica para practicantes del deporte desde su iniciación podría maximizar el desempeño deportivo y el crecimiento personal de aquellas personas que se vean beneficiadas con el programa, además con la posibilidad de ofrecerse también a la población general dando orientación psicológica en una población que seguramente existe la necesidad por sus características.

#### **3.2.4.2.3 Factibilidad**

El consejo municipal del deporte cuenta con una amplia oferta deportiva, con escuelas de iniciación y distintos equipos representativos de alto rendimiento, por tanto, se cuenta con una amplia población que puede resultar beneficiada del proyecto, además la sede principal se encuentra en un sector de la población que muestra una alta incidencia a diferentes problemáticas donde la atención psicológica puede resultar de gran utilidad.

#### **3.2.4.3 Programa de Terapia Física y Rehabilitación**

##### **3.2.4.3.1 Magnitud**

En datos generales el 51% de la población tiene una discapacidad, donde 49% corresponde a hombres y 51% a mujeres, muchos de los cuales se pueden ver beneficiados por el tratamiento fisioterapéutico, hablando del área deportiva las lesiones son claramente comunes, las estadísticas pueden ser definidas en base al deporte que se practique, se han realizado análisis que demuestran por ejemplo que deportes como el fútbol genera un índice de lesiones mayor al 50% y en el caso de atletismo, en corredores amateurs 1 de cada 2 ha sufrido algún tipo de lesión.

##### **3.2.4.3.2 Trascendencia**

Para un gran porcentaje de la población que realiza algún deporte es común sufrir alguna lesión que conlleva en muchos casos a la generación de secuelas que a su vez, impedirán o limitarán seguir con esta actividad y con el desempeño de sus actividades cotidianas al tratarse de una limitación en su movilidad y



desplazamiento, lo que generara un impacto en el ingreso y gasto familiar en primera instancia y en segunda al propio municipio.

### **3.2.4.3.3 Factibilidad**

La gran población de alumnos de escuelas de iniciación deportiva, y atletas de selectivos de diferentes deportes, son grupos que garantizan el éxito del programa al requerir de intervenciones para la mejora de sus capacidades físicas por medio de la fisioterapia, además de diferentes padecimientos que pueden ser tratados a través del tratamiento fisioterapéutico en la población general.

### **3.2.5 Ligas Deportivas**

#### **3.2.5.1 Magnitud**

México se caracteriza por ser un país con una gran cantidad de aficionados al Fútbol, hay datos que mencionan que en 2017 un 56% de los mexicanos se muestran interesados en este deporte, siendo el deporte más popular, por tanto, las ligas deportivas de fútbol también son muy populares en cualquier parte del país.

#### **3.2.5.2 Trascendencia**

Una desventaja que han presentado las ligas deportivas es la posibilidad de generar un ambiente de violencia entre los participantes debido a la característica competitiva del fútbol, y también al ser usadas como una forma de convivencia, el control de las ligas de esta forma permitiría generar reglas y normas de comportamiento entre los equipos y también en los entornos de convivencia que se generen en estas, lográndolo por medio de los apoyos otorgados como premiaciones, trofeos y reconocimientos.

#### **3.2.5.3 Factibilidad**

Se cuenta con una enorme cantidad de ligas deportivas dentro del municipio además del apoyo del Consejo Municipal de Deporte para premiaciones, credencialización y trofeos necesarios.



### 3.2.6 Eventos Deportivos

#### 3.2.6.1 Magnitud

La gestión del deporte en los distintos niveles gobierno refleja estrategias para los diferentes beneficios que puede generar la práctica deportiva y la realización de ejercicio, en cuanto estadísticas sin duda alguna la más preocupante en este momento es la que hace referencia al sobrepeso y obesidad en México con más de 48.6 millones de mexicanos con presencia de alguno de ellos, lo que equivale al 71.28% de la población del país, sin embargo también podríamos hablar aspectos como la inactividad física, aumento en las adicciones entre muchos otros que con la práctica deportiva a través de programas o eventos de distintas índoles podrían mejorarse en la población.

#### 3.2.6.2 Trascendencia

El área de eventos especiales marca una posibilidad infinita de estrategias para apoyar a problemáticas de la población a través del deporte, con eventos que ya han logrado gran impacto en la población como el conjunto de carreras del serial de atletismo, el Medio Maratón Internacional Tlajomulco que ha sobrepasado fronteras caracterizándose ya como un evento internacional, entre muchos otros, pero además con la posibilidad de generar nuevos y mejores eventos que muchas veces parten de los mismos programas internos logrando de esta manera generar una mayor gestión del deporte.

#### 3.2.6.3 Factibilidad

Se cuenta con el apoyo del Consejo Municipal del Deporte para generar nuevas iniciativas de eventos deportivos, además de proyectos que ya cuentan con un gran éxito y tienen varios años siendo implementados.



### 3.2.7 Recreación

#### 2.2.7.1 Magnitud

A pesar de que cada día, millones de personas se ejercitan, o se proponen hacerlo, en México, más de la mitad de la población no lo hace. Datos estadísticos de INEGI hacen referencia a que 56.2% de los mexicanos mayores de 18 años no hace ninguna actividad física y 18% nunca ha practicado una actividad física en su tiempo libre, de acuerdo con esto, hay distintos culpables de la falta de actividad; tiempo (57.9%), cansancio después de la jornada laboral (16%), problemas de salud (13%), la falta de dinero (3%) y la pereza (2.9%). Además en 2016 la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino, afirmó que el país ocupa el primer lugar en obesidad infantil a nivel internacional. Según las cifras publicadas, 3 de cada 10 niños, entre los cinco y los 11 años de edad, tienen un grado de sobrepeso importante, lo que se traduce en el incremento de los casos de diabetes tipo 2.

#### 2.2.7.2 Trascendencia

En los últimos años se ha visto el interés del Gobierno de Tlajomulco por la inversión en unidades deportivas y centros de recreación, así como diversas estrategias para activar programas donde a través de sus áreas de operación tiene el acercamiento con actividades para la población infantil, juvenil, adultos y el adulto mayor, por tanto, la creación de una estructura de trabajo a través de un programa bien planteado para la gestión e implementación de actividades recreativas, sería fundamental para obtener en la población los beneficios que pueden aportar iniciativas de esparcimiento, además de aprovechar los espacios e inversión que el municipio ya ha realizado.

#### 2.2.7.3 Factibilidad

La infraestructura deportiva disponible en el municipio además del rápido crecimiento poblacional dentro de este, son aspectos positivos y fundamentales a tomar en cuenta para la implementación de un proyecto general de recreación.



### 3.2.8 Mantenimiento de Unidades Deportivas

#### 3.2.8.1 Magnitud

Actualmente el municipio de Tlajomulco de Zúñiga, cuentan con 18 unidades deportivas que permiten el servicio a la comunidad de 7 escuelas de iniciación deportiva municipal, y 4 selectivos de alto rendimiento, además de diversos espacios como los son salones de usos múltiples, parques lineales, 2 centros multidisciplinarios y 2 núcleos para diversas actividades.

#### 3.2.8.2 Trascendencia

Las unidades deportivas son lugares de esparcimiento para la población en general, así mismo son parte importante para el desarrollo de talentos deportivos, y atletas de alto rendimiento a través de las escuelas de iniciación deportiva y selectivos de alto rendimiento que operan dentro de ellas, el tener espacios dignos para llevar a cabo políticas públicas deportivas es trascendental, la mejora en la infraestructura y el mantenimiento de las unidades deportivas llevara a un incremento de usuarios en todos los ámbitos deportivos, recreativos y de esparcimiento.

#### 3.2.8.3 Factibilidad

La infraestructura deportiva del municipio ha crecido de manera considerable los últimos 8 años, lo que permite que con una inversión moderada se generen proyectos deportivos, la influencia del deporte en la calidad de vida de las personas toma un papel importante en cualquier sector de la población, cuando se aprovechan las herramientas de una unidad deportiva es posible generar una nueva cultura que apoye a la mejora de la salud y la creación de valores, con la mejora de las instalaciones y la creación de nuevos espacios deportivos podemos gestionar eventos competitivos profesionales así como recreativos y sobre todo espacios seguros para la población.



### 3.2.9 Deporte Adaptado

#### 3.2.9.1 Magnitud

En el municipio de Tlajomulco de Zúñiga existe un porcentaje de 3.9% de la población total que se encuentra con algún tipo de discapacidad, en sus diferentes variantes, adquisiciones y rangos de edad en su mayoría bebés de 0 a 5 años, niños de 6 a 16 años y jóvenes de 17 a 29 años que sufre alguna discapacidad, ya sea adquirida o congénita. Dividida en las diversas modalidades de discapacidad. Este número es solo un aproximado no es exacto ya que a otro gran número de población lo esconden o niegan.

#### 3.2.9.2 Trascendencia

La creación de un programa de deporte adaptado en el municipio va más allá del mejorar la condición física de personas con capacidades diferentes, sino también la oportunidad de desarrollar sus habilidades de una manera integral, generando personas integrales y con una mayor responsabilidad social, así como disminuir los impactos negativos que puede llegar a tener su condición bio-psico-social en su día a día. Pero no se limita a la población con capacidades diferentes, también se busca que los deportistas de esta rama sirvan como motivación y ejemplo para la sociedad en general y que esta practique o realice alguna actividad física en beneficio de la propia salud, logrando una nueva mentalidad y hábitos más saludables en la misma y en nuevas generaciones.

#### 3.2.9.3 Factibilidad

La infraestructura deportiva con la que el municipio cuenta facilita la operación de un proyecto de deporte adaptado ya que las condiciones existentes implicarían un bajo costo de inversión para obtener la implementación de un proyecto de este tipo, siendo Tlajomulco uno de los pioneros en esta rama.





### 3.2.10 Selectivos de Alto Rendimiento Municipal

#### 3.2.10.1 Magnitud

El municipio de Tlajomulco de Zúñiga es uno de los más poblados del estado con más de 400 mil habitantes, sin embargo, por si solos sectores del municipio como lo son Hacienda Santa Fe están dentro de las 10 localidades más pobladas del estado, factores que pueden ser claves para encontrar talentos con las características necesarias para diferentes disciplinas por la amplia posibilidad de encontrar distintas capacidades.

#### 3.2.10.2 Trascendencia

La generación de equipos representativos debe ser de especial importancia en la gestión deportiva municipal, no solo debido a las ventajas que logra el deporte en una población, si no en el alto rendimiento principalmente por la importancia de representar el lugar donde son formados y entrenados, donde incluso desde la preparación municipal se pueda representar a nivel nacional.

#### 3.2.10.3 Factibilidad

Se cuenta con el apoyo del Consejo Municipal del Deporte para apoyar a los selectivos de alto rendimiento municipal y hacerlos crecer constantemente para tener mejores equipos representativos del municipio.



# Componentes y Acciones Estratégicas

4



## **4.1 DEFINICIÓN DEL PROYECTO**

### **4.1.1 Definición del Proyecto General del Consejo Municipal del Deporte**

Proyecto del área de deportes del municipio de Tlajomulco de Zúñiga que busca generar programas integrales deportivos, con competición de alto nivel y de la cultura física, como lo son la activación, recreación y el folclor, a través de un enfoque multidisciplinario mediante la profesionalización del equipo de trabajo, un cambio de mentalidad de la población, siendo estas herramientas que estarán a su alcance para mejorar su calidad de vida.

### **4.1.2 Definición del Proyecto de Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal**

Escuelas de iniciación deportiva que buscan el crecimiento integral de atletas y personas, para una adecuada salud física y mental, por medio de estrategias que desarrollen las capacidades motrices, cognitivas, psicológicas y sociales.

### **4.1.3 Definición del Proyecto de Activación Física**

Programa del Consejo Municipal del Deporte que por medio de diferentes estrategias y programas buscan generar la promoción del ejercicio y la activación de diferentes grupos etarios, aplicados además en diferentes sectores de la población, como el escolar y laboral, para generar una mejora en la adherencia al ejercicio y hábitos de vida saludables.

#### **4.1.3.1 Programa Aerokids**

Proyecto para las escuelas de nivel primaria que busca promover la actividad física y la adherencia a algún deporte a temprana edad, ofreciendo rutinas de ejercicios musicalizados, de psicomotricidad, flexibilidad, relajación, juegos, dinámicas padres e hijos entre otros, realizándose una vez por semana en aquellos planteles que solicitaron el servicio a través del consejo municipal del deporte.



#### 4.1.3.2 Programa Actívate en tu Comunidad

Actívate en tu comunidad es un programa itinerante que lleva a distintas comunidades actividades deportivas y recreativas las cuales son; fútbol, básquetbol, voleibol, damas chinas gigantes, ajedrez gigante, domino gigante y actividad física mediante el baile, todas ellas para personas de 5 a 75 años.

#### 4.1.3.3 Programa de Adultos en Plenitud

Programa integro que ofrece sesiones de actividad física a adultos mayores, replicable para cada una de las sedes donde COMUDE Tlajomulco oferta disciplinas deportivas y de activación física, con actividades y movimientos ideales para las características de esta población.

#### 4.1.3.4 Programa de Acuaerobics

Programa de activación física dentro del agua, generado para todas las personas que cuenten con una estatura mínima de 1.40 metros de altura, sin restricciones por presencia de sobre peso, obesidad o lesiones físicas leves, desarrollado con dos estilos de clases que benefician el sistema cardiopulmonar y resistencia física.

#### 4.1.3.5 Programa de Yoga

Programa de activación física a través del Yoga, Relajación y Musicoterapia, con clases divididas en 4 clasificaciones; niños, jóvenes, adultos y adultos mayores, caracterizado por su bajo impacto ideal para individuos con problemas físicos.

#### 4.1.4 Definición del Proyecto del Área de Salud Integral

Proyecto constituido por 3 programas de atención integral al deporte, que ofrecen servicios de salud que trabajan de manera multidisciplinaria para las escuelas de iniciación deportiva, selectivos de alto rendimiento municipal y



población general, con una sede de atención permanente y visitas mensuales a través de campañas móviles.

#### **4.1.4.1 Programa de Atención y Educación Nutricional**

Programa para ofrecer atención y educación en nutrición en actividades del área de deporte, principalmente en sus unidades deportivas, a usuarios, deportistas y habitantes en general, con el fin de mejorar hábitos de alimentación, estado nutricional y rendimiento deportivo, por medio de estudiantes de nutrición con los conocimientos necesarios que buscan obtener experiencia a través de sus prácticas profesionales.

#### **4.1.4.2 Programa de Atención Psicológica**

Programa de atención, dinámicas y evaluación psicológica, para escuelas de iniciación deportiva, selectivos de alto rendimiento y población general, que busca el mejor aprovechamiento en base a las características del deporte y el atleta, por medio de la disposición y cuidado psicológico, a través de practicantes profesionales y servidores sociales.

#### **4.1.4.3 Programa de Terapia Física y Rehabilitación**

Programa que tiene como eje central la difusión y concientización a la población en general, reforzando la cultura de prevención, que trabajara en conjunto con las escuelas de iniciación deportiva municipal y en selectivos de alto rendimiento en busca de la prevención de lesiones y la optimización del desempeño deportivo, a través del apoyo de estudiantes practicantes y prestadores de servicio social de Terapia Física.

#### **4.1.5 Definición del Proyecto de Ligas Deportivas**

Este proyecto ofrece que los jóvenes y adultos del municipio tengan una alternativa más en el deporte, mediante la capacitación de diferentes programas ya establecidos y otros más por desarrollarse, donde se tendrán los



conocimientos y habilidades requeridas, además de promover los valores de sana competencia, honestidad, respeto y buena convivencia.

#### **4.1.6 Definición del Proyecto de Eventos Deportivos**

Área de Consejo Municipal del Deporte destinada a generar distintos proyectos e iniciativas para eventos que tengan un impacto alto en la población, que pueden nacer a través otros programas y áreas de mismo consejo o pueden ser proyectos completamente individuales.

##### **4.1.6.1 Carreras Temáticas**

Proyecto sin fines altamente competitivos para practicantes del atletismo donde se ofertarán variables de carreras con modalidades específicas, con la finalidad de activar y fomentar la actividad deportiva.

##### **4.1.6.2 Proyecto Serial de Atletismo Tlajomulco**

Programa que por medio de la práctica de la modalidad del “atletismo” busca incrementar la oferta deportiva en el municipio, abierta a la población infantil y adulta, mejorando la adherencia al ejercicio físico en la población general, e incentivando la preparación competitiva progresiva para el medio maratón Tlajomulco.

##### **4.1.6.3 Medio Maratón Tlajomulco**

El mayor evento deportivo del municipio, 21k con presencia internacional, que cuenta con la mejor vista escénica de Tlajomulco de Zúñiga, realizándose de manera anual para deportistas y población general.

##### **4.1.6.4 Copa de Box Tlajomulco**

Proyecto de la disciplina de Boxeo con un enfoque completamente competitivo, celebrado en instalaciones del municipio con la participación de atletas locales, que fomenta la preparación del selectivo de alto rendimiento del Consejo Municipal del Deporte.



#### 4.1.6.5 Copa de Gimnasia Artística Tlajomulco

Proyecto de la disciplina de Gimnasia Artística con un enfoque completamente competitivo, celebrado en instalaciones del municipio con la participación de atletas locales y nacionales, avalado por la Asociación Mexicana de Gimnasia, que fomenta la preparación del selectivo de alto rendimiento del Consejo Municipal del Deporte.

#### 4.1.6.6 Acuatlón Tlajomulco

Proyecto que involucra dos disciplinas de alta resistencia; natación y atletismo, en un orden de carrera - natación - carrera y con un enfoque completamente competitivo, celebrado en instalaciones del municipio con la participación de atletas locales, que fomenta la preparación del selectivo de alto rendimiento del Consejo Municipal del Deporte.

#### 4.1.7 Definición del Proyecto de Recreación

Proyecto se ofrecen programas e iniciativas recreativas en el área deportiva, escolar y laboral, para su implementación principalmente en unidades deportivas, centros educativos y centros recreativos, para usuarios, deportistas, alumnos y habitantes en general, con el fin de mejorar hábitos relacionados al aprovechamiento del tiempo libre y ocio, logrando obtener beneficios psicológicos, sociales y físicos.

##### 4.1.7.1 Programa Marometa

Programa Municipal que, por medio de actividades recreativas y talleres deportivos, festeja durante el mes de abril a niños y niñas por su día. Teniendo varias sedes en todo el municipio y de manera itinerante, para brindar el servicio a un gran número de beneficiarios de forma gratuita.



#### **4.1.7.2 Programa Diversión en el Recreo**

Programa donde en conjunto con los planteles educativos, se brinda a los alumnos y alumnas la experiencia de tener actividades recreativas en su hora de recreo, dentro de las instalaciones educativas durante el ciclo escolar.

#### **4.1.7.3 Programa Expo Recreativa**

Programa que tiene como objetivo promover y promocionar la recreación en varias de sus modalidades por medio de una expo donde en Stands se darán talleres y actividades recreativas, a través de la vinculación con universidades e instituciones que cuenten con Licenciatura en Cultura Física y/o afines, para que participen como operadores del proyecto.

#### **4.1.7.4 Programa Nosotros Ponemos la Diversión**

Programa que se opera en el período vacacional de semana santa y de pascua, con el fin de ofrecer actividades recreativas a niños y niñas de nuestro municipio que requieren de un espacio para disfrutar de su tiempo libre.

#### **4.1.7.5 Programa Cursos de Verano Deportivos**

Programa Municipal que se opera en el período de vacaciones de verano, en el cual se dan diversos cursos, principalmente pre-deportivos, logrando una inicial inducción al deporte, además de la integración, socialización, identidad con su entorno social y el fomento de buenos valores.

#### **4.1.8 Definición del Proyecto de Mantenimiento de Unidades Deportivas**

Gestionar y operar el mantenimiento de los espacios y centros deportivos, para garantizar la calidad de sus instalaciones, conforme a los lineamientos que marca la Ley General de Cultura Física y Deporte y las Normas Oficiales Mexicanas correspondientes.





#### 4.1.9 Definición del Proyecto de Deporte Adaptado

El programa de deporte adaptado es un proyecto que tiene la finalidad de ofrecer a personas con capacidades diferentes la oportunidad de desarrollarse de manera bio-psico-motriz integrándose de la mejor manera en el deporte y a su vez obtener una mejor inclusión en el entorno social.

#### 4.1.10 Definición del Proyecto de Selectivos de Alto Rendimiento Municipal

Generar equipos de alto rendimiento que, a partir del desarrollo de las cualidades físicas de los alumnos, puedan lograr un alto nivel competitivo, esto después de terminar su proceso en las escuelas de iniciación deportiva, para pasar a un preselectivo donde tendrán un proceso de transición para lograr la experiencia asistiendo a competencias menores, y así puedan formar parte del selectivo. Al formar parte de la selección, se buscará llevarlos de la mano al alto rendimiento, donde puedan formar parte de un selectivo estatal y de un selectivo nacional.

### 4.2 OBJETIVOS

#### 4.2.1 Consejo Municipal del Deporte

##### 4.2.1.1 Objetivo General

Garantizar desde el Consejo Municipal del Deporte la formación integral, condiciones de desarrollo físico y saludable a través de la promoción del deporte en sus diferentes niveles de formación, recreación y competencia.

##### 4.2.1.2 Objetivos Específicos

- Generar equipos representativos de alto rendimiento.
- Generar escuelas de iniciación deportiva municipales.
- Ofrecer personal capacitado con los perfiles correctos.
- Generar proyectos de activación física para diferentes grupos etarios.
- Generar capacitación continua a través de una escuela de entrenadores.
- Generar proyectos para diferentes sectores de la población.



- Desarrollar programas para mejorar la salud integral.

#### 4.2.2 Escuelas de Iniciación Deportiva

##### 4.2.2.1 Objetivo General

Garantizar desde el Consejo Municipal del Deporte la formación integral, condiciones de desarrollo físico y saludable a través de la promoción del deporte en sus diferentes niveles de formación, recreación y competencia.

##### 4.2.2.2 Objetivos Específicos

- Generar equipos representativos de alto rendimiento.
- Generar escuelas de iniciación deportiva municipales.
- Ofrecer personal capacitado con los perfiles correctos.
- Generar proyectos de activación física para diferentes grupos etarios.
- Generar capacitación continua a través de una escuela de entrenadores.
- Generar proyectos para diferentes sectores de la población.
- Desarrollar programas para mejorar la salud integral.

#### 4.2.3 Activación Física

##### 4.2.3.1 Objetivo General

Desarrollar y gestionar estrategias y programas de Activación Física para distintos sectores de la población abiertos como una opción para fomentar el ejercicio físico en todo el municipio.

##### 4.2.3.2 Objetivos Específicos

- Promover la adherencia al ejercicio y hábitos de vida saludables.
- Establecer proyectos de activación física para diferentes sectores de la población.



### 4.2.3.3 Programa Aerokids

#### 4.2.3.3.1 Objetivo General

Ofrecer un proyecto que incremente el tiempo dedicado a la actividad física en las escuelas municipales de nivel primaria.

#### 4.2.3.3.2 Objetivos Específicos

- Incrementar el número de escuelas beneficiadas.
- Incrementar el tiempo dedicado a la actividad física en las escuelas de nivel primaria.
- Promover la actividad física y la adherencia a realizar a algún deporte.

### 4.2.3.4 Programa Actívate en tu Comunidad

#### 4.2.3.4.1 Objetivo General

Promover la integración de los habitantes del municipio de Tlajomulco de entre 5 y 75 años a realizar actividad física.

#### 4.2.3.4.2 Objetivos Específicos

- Ofertar las actividades con las que cuenta COMUDE Tlajomulco.
- Promover la sana convivencia y el juego limpio.

### 4.2.3.5 Programa de Adultos en Plenitud

#### 4.2.3.5.1 Objetivo General

Ofrecer a los adultos mayores que viven en el municipio de Tlajomulco, un programa de activación física especialmente diseñado para ellos.

#### 4.2.3.5.2 Objetivos Específicos

- Ofertar el proyecto a distintas comunidades del municipio



- Ayudar a los adultos mayores a tener una mejor calidad de vida a través de la actividad física.

#### 4.2.3.6 Programa de Acuaerobics

##### 4.2.3.6.1 Objetivo General

Fomentar a través del acuaerobics una cultura hacia el ejercicio por una vida más sana.

##### 4.2.3.6.2 Objetivos Específicos

- Difundir la activación física acuática como una opción de ejercicio sin riesgo de impacto articular.
- Promover la integración de personas que por motivos de salud o sobrepeso no pueden realizar actividad física de alto impacto.

#### 4.2.3.7 Programa de Yoga

##### 4.2.3.7.1 Objetivo General

Fomentar la práctica de yoga y relajación como una alternativa de entrenamiento funcional en unidades deportivas y espacios públicos del municipio.

##### 4.2.3.7.2 Objetivos Específicos

- Aumentar la práctica de yoga dentro del municipio de Tlajomulco.
- Ofrecer clases de calidad con maestras certificados en la disciplina.

#### 4.2.4 Área de Salud Integral

##### 4.2.4.1 Objetivo General

Ofrecer un servicio profesional de atención de salud al deporte, fomentando el cuidado de la salud tanto física como mental, a través de la participación directa de



programas del consejo municipal del deporte y de la población general que se integre voluntariamente.

#### 4.2.4.2 Programa de Atención y Educación Nutricional

##### 4.2.4.2.1 Objetivo General

Ofrecer atención y educación nutricional en unidades deportivas y en otras actividades del consejo municipal del deporte, para la mejora de hábitos de alimentación y estado nutricional.

##### 4.2.4.2.2 Objetivos Específicos

- Promover mejores hábitos de alimentación, generando conocimientos básicos e indispensables de nutrición.
- Mejorar el estado nutricional en los habitantes que ya son beneficiados con alguna de las actividades de las escuelas deportivas municipales.
- Promover y administrar la actividad física a los habitantes que se acerquen al programa.
- Recabar datos epidemiológicos de los habitantes del municipio.

#### 4.2.4.3 Programa de Atención Psicológica

##### 4.2.4.3.1 Objetivo General

Brindar un servicio de atención psicológica de calidad a escuelas de iniciación deportiva y selectivos de alto rendimiento, además de brindar esta misma atención a la población general que acuda voluntariamente en busca del servicio.

##### 4.2.4.3.2 Objetivos Específicos

- Desarrollar y fortalecer las habilidades psicológicas necesarias para que el deportista individual y en equipo pueda enfrentarse con mayores recursos en la competencia deportiva y la mejora del rendimiento.



- Generar evaluación, entrenamiento y control de habilidades psicológicas específicas de las distintas modalidades deportivas.
- Asesorar a entrenadores sobre planificación de objetivos, dirección de grupos, estrategias de comunicación.
- Asesorar directamente a los deportistas sobre las relaciones con el medio, finalización de la actividad, atención en caso de lesiones.

#### 4.2.4.4 Programa de Terapia Física y Rehabilitación

##### 4.2.4.4.1 Objetivo General

Desarrollar y aplicar un programa de atención en Terapia Física Deportiva con profesionalismo y alto sentido de humanismo, con calidad y calidez que permítala concientización y disminución de los factores de riesgo de lesión tanto en escuelas deportivas, selectivos de alto rendimiento, eventos deportivos especiales del Municipio y público en general.

##### 4.2.4.4.2 Objetivos Específicos

- Concientización de la importancia del deporte y la Terapia Física así como la prevención de lesiones deportivas en la población en general.
- Desarrollar protocolos de derivación, detección, tratamiento y reintegración de lesiones en deportistas.
- Crear un equipo de trabajo con capacitación constante para lograr la máxima potencialización del deportista utilizando los recursos necesarios y acorde a los requerimientos para una correcta praxis.

#### 4.2.5 Ligas Deportivas

##### 4.2.5.1 Objetivo General

Gestionar y controlar las Ligas Deportivas que se encuentren dentro del municipio.



#### 4.2.5.2 Objetivos Específicos

- Aprovechar los espacios que se tienen en el municipio para la generación de ligas deportivas.
- Aprovechar los espacios que se tienen en el municipio para la generación de ligas deportivas.
- Involucrar a los estudiantes, promotores, docentes y organizadores de ligas en la actividad deportiva en el municipio.
- Estimular la adquisición de valores, como el juego limpio, el respeto, solidaridad, tolerancia y justicia en ligas deportivas municipales.

#### 4.2.6 Eventos Deportivos

##### 4.2.6.1 Objetivo General

Generación de proyectos deportivos de alto impacto municipal, que trabajen por el bienestar y mejora de la calidad de vida de los ciudadanos.

##### 4.2.6.2 Objetivos Específicos

- Innovación en proyectos deportivos.
- Promoción del deporte municipal.

#### 4.2.7 Recreación

##### 4.2.7.1 Objetivo General

Ofrecer actividades recreativas en unidades deportivas, centros recreativos, salones multiusos y aire libre, con el fin de mejorar hábitos relacionados al aprovechamiento del tiempo libre en niños, jóvenes, adultos, familias, grupos y comunidades, especialmente en condiciones de pobreza y marginación.

##### 4.2.7.2 Objetivos Específicos

- Promover la salud física, mental y social de todas las personas a través de la recreación.



- Generar y administrar diversos programas recreativos para las distintas comunidades.
- Formar personas y poblaciones con habilidades, técnicas, conceptos y principios en los ámbitos de la recreación, la vida al aire libre, la salud y la calidad de vida.

#### 4.2.8 Mantenimiento de Unidades Deportivas

##### 4.2.8.1 Objetivo General

Mantener, conservar, remodelar y recuperar las instalaciones deportivas, que permitan atender adecuadamente las demandas que requiera el desarrollo de la activación física, la cultura física, la recreación, el deporte, el esparcimiento y entrenamiento deportivo.

##### 4.2.8.2 Objetivos Específicos

- Gestionar y operar el mantenimiento de espacios y unidades deportivas del municipio.
- Gestionar y operar la remodelación de espacios y unidades deportivas del municipio.
- Implementar planes de mantenimiento, preventivos y correctivos en base a las necesidades de cada espacio y unidad deportiva del municipio.
- Desarrollar y ejecutar controles de acceso para espacios y unidades deportivas del municipio.
- Desarrollar reglamentos específicos de mantenimiento de espacios y unidades deportivas del municipio.





## 4.2.9 Deporte Adaptado

### 4.2.9.1 Objetivo General

Desarrollar el primer programa de deporte adaptado en el municipio de Tlajomulco de Zúñiga, creando un núcleo de inclusión deportiva que permita a personas con capacidades diferentes desarrollarse en el ámbito deportivo y social, buscando un desarrollo integral, potencializando sus capacidades motrices, intelectuales, así como sus habilidades sociales.

### 4.2.9.2 Objetivos Específicos

- Brindar un servicio de calidad y eficiencia.
- Buscar el desarrollo integral de cada alumno de manera individual.
- Contar con personal capacitado.
- Posicionarse como una escuela deportiva de calidad.
- Tener vinculación con instituciones receptoras de alumnos.
- Participar en competencias estatales y federales.

## 4.2.10 Selectivos de Alto Rendimiento Municipal

### 4.2.10.1 Objetivo General

Búsqueda, gestión y generación de nuevos talentos del deporte profesional.

### 4.2.10.2 Objetivos Específicos

- Creación y entrenamiento de equipos en base a categorías.
- Registrar a los seleccionados en la Asociación Jalisciense Atletismo.
- Participar en torneos y competencias avalados por la Asociación Jalisciense de Atletismo y la Federación Mexicana de Atletismo.

## 4.3 POBLACION OBJETIVO

Habitantes del municipio de Tlajomulco, con necesidades de actividades en el ámbito deportivo, activación física, adherencia al ejercicio y orientación en salud deportiva, de cualquier sector de la población y grupo etario.



## **4.4 SERVICIOS**

### **4.4.1 A la población:**

Fácil acceso y bajo costo a las escuelas de iniciación deportiva.

Acceso a programas de activación física para todos.

Disponibilidad de espacio y actividades para generar adherencia al ejercicio.

Disponibilidad de programas para la atención general de salud, principalmente nutricional.

Posibilidad de actividades existentes para diferentes sectores de la población.

### **4.4.2 A estudiantes:**

Oportunidad de realización de prácticas profesionales y servicio social.

Valor curricular de la experiencia adquirida.

### **4.4.3 Al municipio:**

La creación de representantes del municipio en el deporte de alto rendimiento.

Contribuir a la reducción de las adicciones.

Mejora en el ámbito del desarrollo integral de beneficiarios.

Concientización del trabajo del ayuntamiento a través del Consejo Municipal del Deporte

Mejora de hábitos de salud con los programas implementados en materia de nutrición.

Activación física general de habitantes del municipio.

### **4.4.4 Al equipo de Trabajo:**

Capacitación constante en el ámbito de su especialidad.

## **4.5 ESTRATEGIAS**

### **4.5.1 Estrategias de Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal**



- 1.- Evaluaciones del alumno.
- 2.- Capacitación continua de instructores deportivos.
- 3.- Generación de competencias internas.
- 4.- Evaluaciones de trabajo a instructores.

#### **4.5.2 Estrategias de Activación Física**

##### **4.5.2.1 Generales**

- 1.- Continúa evaluación física de beneficiarios.
- 2.- Capacitación continua de instructores.
- 3.- Variedad de actividades.
- 4.- Evaluaciones de trabajo a instructores.

##### **4.5.2.2 Especificas**

###### **4.5.2.2.1 Programa Aerokids**

- 1.- Oferta de aumento de 30 a 45 min por sesión de actividad física en escuelas primaria municipales.

###### **4.5.2.2.2 Programa Actívate en tu Comunidad**

- 1.- Actividades de ejercicio físico, recreación y deporte.

###### **4.5.2.2.3 Programa de Adultos Mayores**

- 1.- Trabajo en conjunto con DIF Tlajomulco para detección de grupos con la necesidad del proyecto.

###### **4.5.2.2.4 Acuaerobics**

- 1.- Clases seguras, dinámicas y variación en el material de trabajo.

###### **4.5.2.2.5 Yoga**



- 1.- Popularizar la práctica de yoga a través de sesiones que busquen la relajación.

#### **4.5.3 Estrategias del Área de Salud Integral**

##### **4.5.3.1 Programa de Atención y Educación Nutricional**

- 1.- Atención y clases nutricionales en los centros recreativos y unidades deportivas del municipio.
- 2.- Medición de indicadores nutricios de interés abiertos a la población.
- 3.- Adquirir datos epidemiológicos por medio de los parámetros obtenidos por el programa.

##### **4.5.3.2 Programa Atención Psicológica**

- 1.- Atención, evaluaciones y dinámicas grupales en programas deportivos municipales.
- 2.- Apertura de atención psicológica en la población general.

##### **Programa de Atención Nutricional**

##### **4.5.3.3 Programa de Terapia Fisca y Rehabilitación**

- 1.- Servicio de atención de Terapia Física y derivación según sea el caso a la población en general que lo solicite y así lo requiera.
- 2.- Concientización de la prevención de lesiones deportivas, evaluación y seguimiento de los deportistas de las diferentes disciplinas de los programas deportivos municipales.
- 2.- Identificación, canalización y seguimiento a deportistas con aptitudes para los selectivos de alto rendimiento basado en sus necesidades particulares.



#### 4.5.4 Estrategias de Ligas Deportivas

- 1.- Fomentar la práctica deportiva por medio de apoyos.
- 2.- Metodología operativa de ligas deportivas.

#### 4.5.5 Estrategias de Eventos Especiales

- 1.- Generar eventos para todos los sectores de la población en variedad de localidades.

#### 4.5.6 Estrategias de Recreación

- 1.- Actividades recreativas en centros recreativos, unidades deportivas y espacios al aire libre, así como en centros educativos según corresponda el programa.
- 2.- Vinculación con dependencias de gobierno para la operatividad de los eventos
- 3.- Adquirir datos estadísticos en cuánto a la participación de poblaciones infantiles.

#### 4.5.7 Estrategias de Mantenimiento de Unidades Deportivas

- 1.- Diagnóstico de Unidades Deportivas.
- 2.- Implementación de un Plan de Mantenimiento Generalizado e Individualizado.
- 3.- Ejecución y Gestión de Remodelaciones Mayores.
- 4.- Cuadrilla especializada de mantenimiento de unidades deportivas.
- 5.- Gestión de seguridad pública para espacios y unidades deportivas
- 6.- Generar certificaciones de calidad ante las instancias correspondientes



#### 4.5.8 Estrategias de Deporte Adaptado

- 1.- Valoraciones funcionales a los alumnos.
- 2.- Evaluaciones a los alumnos.
- 3.- Valoraciones periódicas con el programa ASI.
- 4.- Generación de vínculos y competencias internas.
- 5.- Capacitación constante al personal.
- 6.- Charlas informativas y de concientización a padres y/o tutores.

#### 4.5.9 Estrategias de Selectivos de Alto Rendimiento Municipal

- 1.- Diseñar macrociclos para cada selectivo.
- 2.- Sesiones de entrenamiento mínimo 2 horas diarias 4 veces por semana.
- 3.- Mínimo 9 Competencias anuales para los deportes individuales.
- 4.- Mínimo 4 torneos cortos para deportes en conjunto.

### 4.6 ESTRATEGIAS Y LÍNEAS DE ACCIÓN.

#### 4.6.1 Estrategias y Líneas de Acción de Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal

##### 1.- Evaluaciones del alumno

**Líneas de acción:** Para fin de determinar nivel de rendimiento deportivo, categoría o experiencia del alumno, se realizarán evaluaciones iniciales, intermedias y finales, apoyando al desarrollo del alumno, generando a partir de los resultados las estrategias y actividades deportivas de este.



## 2.- Capacitación continua de instructores deportivos

**Líneas de acción:** Resulta de vital importancia la buena preparación de los instructores impartidores de las actividades o clases de las escuelas de iniciación deportiva municipal, por ello además de contar con personal con un previo perfil adecuado, se ofrecerá capacitación continua de este, desarrollando actividades internas y externas para garantizar esta correcta y continua capacitación.

## 3.- Generación de competencia internas

**Líneas de acción:** Las competencias juegan un papel importante para el desarrollo del alumno deportista, por lo tanto, se desarrollarán competencias internas donde se integre o invite al alumno a ser parte de ellas, permitiendo así los beneficios que estas ofrecen, siempre en un ambiente adecuado para el nivel, edad y categoría de los competidores.

## 4.- Evaluaciones de trabajo a instructores.

**Líneas de acción:** Para garantizar la calidad del servicio en escuelas de iniciación deportiva municipal, es de vital importancia la evaluación continua del trabajo realizado por los instructores deportivos, esto mediante encuestas y otras herramientas por lo menos dos veces al año.

### 4.6.2 Estrategias y Líneas de Acción de Activación Física

#### 4.6.2.1 Generales

##### 1.- Continúa evaluación física.

**Líneas de acción:** - Para fin de determinar el nivel físico, se realizarán evaluaciones iniciales, intermedias y finales, apoyando al desarrollo del beneficiario generando a partir de los resultados las actividades físicas.



## 2.- Capacitación continua de instructores.

**Líneas de acción:** Resulta de vital importancia la buena preparación de los instructores impartidores de las actividades, por ello además de contar con personal con un perfil adecuado, se ofrecerá capacitación continua de este, desarrollando actividades internas y externas para garantizar esta correcta y continua capacitación.

## 3.- Variedad de actividades.

**Líneas de acción:** Resulta imprescindible para la adherencia al ejercicio la variabilidad de las actividades físicas, en cuestión de ritmos, intensidades, volúmenes, cargas y disciplinas, generando una promoción contra el sedentarismo y apoyando al logro de los objetivos del programa.

## 4.- Evaluaciones de trabajo a instructores.

**Líneas de acción:** Para garantizar la calidad del servicio del programa, es de vital importancia la evaluación continua del trabajo realizado por los instructores, esto mediante encuestas y otras herramientas por lo menos dos veces al año.

### 4.6.2.2 Específicas

#### 4.6.2.2.1 Programa Aerokids

##### 1.- Oferta de aumento de 30 a 45 min por sesión de actividad física en escuelas primaria municipales.

**Líneas de acción:** Debido a la baja cantidad de actividad física que ofrece el actual sistema educativo, ofertar un programa que aumente este factor sería realmente beneficiosos para la población escolar, demostrando además que realmente es factible el aumentar la densidad de ejercicio dentro de los planes de estudio.





#### 4.6.2.2.2 Programa Actívate en tu Comunidad

##### 1.- Actividades de Ejercicio Físico, Recreación y Deporte.

**Líneas de acción:** Generar distintas actividades no solo enfocadas en la generación de una actividad física desgastante, si no que sean divertidas y recreativas a través de distintas actividades didácticas o pequeñas competencias de distintos deportes.

#### 4.6.2.2.3 Programa de Adultos Mayores

##### 1.- Trabajo en conjunto con DIF Tlajomulco para detección de grupos con la necesidad del proyecto.

**Líneas de acción:** Para garantizar encontrar grupos de adultos mayores con la necesidad de este tipo de estrategias de activación física se tendrá una estrecha relación con el DIF municipal.

#### 4.6.2.2.4 Acuaerobics

##### 1.- Clases seguras, dinámicas y variación en el material de trabajo.

**Líneas de acción:** Debido a las características de la actividad física dentro del agua, es de vital importancia realizar clases seguras y dinámicas, lográndose gracias a un personal de la alberca calificado en caso de un incidente y para los instructores el uso de buenas herramientas para la realización de la clase.

#### 4.6.2.2.5 Yoga

##### 1.- Popularizar la práctica de yoga a través de sesiones que busquen la relajación.

**Líneas de acción:** Debido a la constante presencia de estrés que se vive por el ritmo de vida actual, el enfoque de la clase en esta problemática garantizara un buen impacto del programa,



generando por consiguiente un aumento en el interés hacia esta disciplina.

### 4.6.3 Estrategias y Líneas de Acción del Área de Salud Integral

#### 4.6.3.1 Programa de Atención y Educación Nutricional

##### 1.- Atención y educación nutricional en los centros recreativos y unidades deportivas del municipio.

**Líneas de acción:** En la sede permanente y campañas para demás unidades deportivas, se recibirán a los beneficiarios para dar la atención nutricional, la forma de trabajo es a través de una metodología propia del programa, siendo prioritario trabajar con educación nutricional.

La educación nutricional será a través de disertaciones orales y según las herramientas y espacio que se encuentre a su alcance en los centros recreativos o unidades deportivas, serán implementadas. Los temas están determinados por un programa previamente elaborado, que incluyen generalidades de la nutrición, explicación de las enfermedades relacionadas a la alimentación, las guías alimentarias, hábitos de alimentación, ejemplos de preparaciones saludables entre otros.

**Líneas de acción:** Para los que ya son beneficiarios de escuelas de iniciación deportiva y selectivos de alto rendimiento, el beneficio del programa será de carácter obligatorio, incluyendo educación y atención nutricional como parte de su beneficio, siendo también beneficiarios con actividades educativas los padres de familia y tutores, permitiendo altas probabilidades de éxito del programa al garantizar la atención a una población en la que existe la necesidad.

Para aquellos que no son beneficiarios de las actividades deportivas, el beneficio del programa será de carácter voluntario,



pudiéndose integrar a las clases nutricionales, y obteniendo también atención nutricional personalizada.

## **2.- Medición de indicadores nutricios de interés abiertos a la población.**

**Líneas de acción:** Estarán disponibles a la población en general sin necesidad de requerir la atención nutricional. Estos indicadores incluyen medición de glucosa, tensión arterial, peso, talla e índice de masa corporal, aspectos que pueden ser de interés y ser un factor para unirse al programa.

## **3.- Adquirir datos epidemiológicos por medio de los parámetros obtenidos por el programa.**

**Líneas de acción:** Al final de cada periodo, se analizarán conjuntando la información de la atención nutricional y de la medición de indicadores nutricionales, arrojando datos epidemiológicos específicos del municipio.

### **4.6.3.2 Programa de Atención y Psicológica**

#### **1.- Atención, evaluaciones y dinámicas grupales en programas deportivos municipales**

**Líneas de acción:** Se trabajará en conjunto con las escuelas de iniciación deportiva municipal y selectivos de alto rendimiento, realizado inicialmente dinámicas de grupos que permitan marcar las pautas de trabajo según las necesidades detectadas.

**Líneas de acción:** Cuando exista la necesidad de atención personalizada en beneficiarios de escuelas de iniciación deportiva y selectivos de alto rendimiento, se canalizará al paciente a atención psicológica, obligándosele a 2 consultas, sin embargo, la atención posterior a estas solo se efectuará en caso de que el paciente acepte de manera voluntaria.



## 2.- Apertura de atención psicológica en la población general.

**Líneas de acción:** Para apoyar a las problemáticas que se presenten en la comunidad, el espacio de consulta estará también disponible en cualquier persona que se acerque de manera voluntaria, previa cita y según la agenda disponible.

### 4.6.3.3 Programa de Terapia Física y Rehabilitación

#### 1.- Servicio de atención de Terapia Física y derivación según sea el caso a la población en general que lo solicite y así lo requiera.

**Líneas de acción:** Este servicio permitirá brindar atención a pacientes potenciales y vulnerables, favoreciendo el diagnóstico oportuno, manejo y rehabilitación adecuado y su reinserción social, la disminución del riesgo de secuelas permanentes y el impacto económico de estas en el hogar y el Municipio.

#### 2.- Concientización de la prevención de lesiones deportivas, evaluación y seguimiento de los deportistas de las diferentes disciplinas de los programas deportivos municipales.

**Líneas de acción:** El conocimiento y la educación de los riesgos de lesiones deportivas, así como su impacto en la vida del deportista permitirá generar una cultura de autocuidado y responsabilidad que a su vez será reflejada en la disminución de la incidencia de estas lesiones y sus secuelas.

#### 3.- Identificación, canalización y seguimiento a deportistas con aptitudes para los selectivos de alto rendimiento basado en sus necesidades particulares.



**Líneas de acción:** Potencializar la llegada de más deportistas con habilidades y aptitudes requeridas en los selectivos de alto rendimiento con una importante disminución de los factores de riesgo de lesión y secuelas permanentes en los deportistas.

#### 4.6.4 Estrategias y Líneas de Acción de Ligas Deportivas

##### 1.- Fomentar la práctica deportiva por medio de apoyos.

**Líneas de acción:** A partir del apoyo de material deportivo y otorgamiento de trofeos se garantiza el incremento de equipos y ligas deportivas.

##### 2.- Metodología operativa de ligas deportivas.

**Líneas de acción:** Al finalizar cada liga se hará un pequeño convivio con los participantes, dando pie a fomentar la convivencia social.

#### 4.6.5 Estrategias y Líneas de Acción Eventos Espaciales

##### 1.- Generar eventos para todos los sectores de la población en variedad de localidades.

**Líneas de acción:** Es de vital importancia que los eventos que se gestionen puedan llegar a diferentes sectores de la población además por la gran extensión del municipio resulta muy importante el aplicarlos en gran variedad de localidades para que de esta manera se encuentren verdaderamente al alcance de toda la población.

#### 4.6.6 Estrategias y Líneas de Acción de Recreación

##### 1.- Actividades recreativas en centros recreativos, unidades deportivas y espacios al aire libre, así como en centros educativos según corresponda el programa.

**Líneas de acción:** Por medio de espacios designados de acuerdo al programa o evento planeado, los promotores recreativos estarán



recibiendo a los beneficiarios para brindar atención y brindar las actividades recreativas. Las actividades serán de participación, interactuando promotores recreativos con beneficiarios usando el material requerido, así como el espacio que se encuentra al alcance en los centros recreativos, unidades deportivas o espacios al aire libre. Las actividades están determinadas por el programa previamente elaborado, que pretende explotar al máximo la gran gama de actividades en materia de recreación.

## **2.- Vinculación con dependencias de gobierno para la operatividad de los eventos.**

**Líneas de acción:** Para garantizar el éxito de programa e iniciativas recreativas, se realizará la vinculación necesaria con dependencias del gobierno que aporten lo necesario para lograr la mejor operación de los proyectos.

## **3.- Adquirir datos estadísticos en cuánto a la participación de poblaciones infantiles, juveniles, adultos y adultos mayores.**

**Líneas de acción:** Se llevará una bitácora de los eventos y actividades recreativas, con variables que permitan al final del año ser analizadas para realizar estrategias de mejora buscando el mayor aprovechamiento de los proyectos.

### **4.6.7 Estrategias y Líneas de Acción de Mantenimiento de Unidades Deportivas**

#### **1.- Diagnóstico de Unidades Deportivas.**

**Línea de acción:** Se visitará de manera cíclica o con fechas específicas las unidades y centros deportivos con el fin de hacer un diagnóstico de los equipos generales e instalaciones, para a partir de ello tomar las acciones pertinentes.



## 2.- Implementación de un Plan de Mantenimiento Generalizado e Individualizado.

**Línea de acción:** Se trabajará en un plan municipal de mantenimiento de unidades deportivas para cada una de ellas en base a sus necesidades y capacidades, sin embargo, se contarán con aspectos generalizados que engloben a todas las instalaciones.

## 3.- Ejecución y Gestión de Remodelaciones Mayores.

**Línea de acción:** Se ejecutarán las acciones de remodelación que por diagnóstico se soliciten, además para remodelaciones mayores se gestionara la intervención previa autorización de la dirección general.

## 4.- Cuadrilla Especializada de Mantenimiento de Unidades Deportivas.

**Línea de acción:** Esta estrategia busca generar cuadrillas de mantenimiento donde un grupo de personas con distintos conocimientos y experiencia en albañilería, fontanería, electricidad, entre otras, visite continuamente y de manera cíclica las unidades deportivas, operando aspectos de un mantenimiento mas especializado y especifico en estas.

## 5.- Gestión de Seguridad Pública para Espacios y Unidades Deportivas

**Línea de acción:** Se buscará con seguridad pública municipal tener los espacios y unidades deportivas monitoreadas y vigiladas constantemente, con la intención de mantener seguras las instalaciones, así como disminuir las incidencias por consumo de alcohol y drogas en dichos espacios, llevando con estas acciones tener las unidades y espacios deportivos con una calidad sin precedentes.

## 6.-Generar Certificaciones de Calidad ante Instancias Correspondientes

**Línea de acción:** En base a un plan de mantenimiento bien planteado se buscarán las certificaciones de calidad y seguridad que marque tanto la Ley General de Cultura Física y Deporte, así como las normas Oficiales



Mexicanas que correspondan y con esto garantizar a la población que las acciones que se generen.

#### 4.6.8 Estrategias y Líneas de Acción de Deporte Adaptado

##### 1.- Valoraciones Funcionales a los Alumnos

**Líneas de Acción:** Los entrenadores responsables realizarán valoraciones para determinar las capacidades físicas de los alumnos y así realizar un plan de entrenamiento de acuerdo a las necesidades de cada alumno.

##### 2.- Evaluaciones de Progreso a los Alumnos

**Líneas de Acción:** Con la finalidad de mejorar las capacidades de desempeño de cada alumno se realizará evaluaciones de manera periódica durante el programa, asignando así un nivel competitivo a cada alumno.

##### 3.- Valoraciones Periódicas con el Área de Salud Integral

**Líneas de acción:** Con apoyo del programa multidisciplinario “ASI” se brindará evaluaciones periódicas de manera gratuita en la sede deportiva y de ser necesario se brindará atención nutricional, psicológica y fisioterapéutica a un costo accesible, al alumno y público en general.

##### 4.- Generación de Vínculos y Competencias Internas

**Líneas de acción:** Con la finalidad de impulsar el desarrollo competitivo del deportista se realizarán competencias internas, buscando la recreación y sana convivencia entre los alumnos, de acuerdo a sus capacidades y destrezas físicas, mentales y edad.

##### 5.- Capacitación Constante al Personal

**Líneas de acción:** Se buscará que el personal cuente con una experiencia teórica y práctica extensa cumpliendo con el perfil requerido, desarrollando actividades internas y externas con la finalidad de potencializar sus conocimientos, así como la asistencia a cursos,





diplomados y capacitaciones, para que el personal brinde un trabajo de calidad

#### **6.- Charlas Informativas y de Concientización a Padres y/o Tutores**

**Líneas de acción:** Con la finalidad de mejorar la relación social y convivencia se realizarán charlas informativas con los padres y /o tutores para brindarles información en cuanto al trato, salud y condición de sus hijos para así mejorar la calidad de vida de estos, empezando por el núcleo familiar.

#### **4.6.9 Estrategias y Líneas de Acción de Selectivos de Alto Rendimiento Municipal**

##### **1.- Diseñar macrociclos para cada selectivo.**

**Líneas de acción:** El entrenador de cada selectivo será responsable del diseño y ejecución de su macrociclo, siendo este una planificación anual de etapas de entrenamiento y competencias.

##### **2.- Sesiones de entrenamiento mínimo 2 horas diarias 4 veces por semana.**

**Líneas de acción:** El entrenador responsable del selectivo correspondiente, será el indicado para ejecutar las sesiones previamente diseñadas en base a su macrociclo, con la exigencia de un tiempo mínimo de entrenamiento diario y semanal para garantizar el desarrollo correcto de nuestros deportistas de alto rendimiento.

##### **3.- Mínimo 9 Competencias anuales para los deportes individuales de natación, gimnasia y atletismo.**

**Líneas de acción:** En los deportes de natación, gimnasia y atletismo, se harán 3 competencias foráneas y 6 competencias locales, las cuales serán cubiertas totalmente por los atletas, esto logrando aportar experiencia para el desarrollo del continuo nivel competitivo.

##### **4.- Mínimo 4 torneos cortos para deportes en conjunto.**



**Líneas de acción:** En los deportes en conjunto, se exigirán un mínimo de 4 torneos cortos, esto logrando aportar experiencia para el desarrollo del continuo nivel competitivo.

## 4.7 METAS

### 4.7.1 Metas de Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal

Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Generar clases de escuelas de iniciación deportiva municipal.	Cobertura	No. De beneficiarios de escuelas de iniciación deportiva municipal.	3 meses
	Logro	No. De horas donde los beneficiarios de iniciación deportiva municipal estén activos físicamente.	1 año
Selección de integrantes para equipos representativos.	Logro	No. De integrantes para equipos representativos.	6 meses

### 4.7.2 Metas de Activación Física

Activación Física			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Ofertar los distintos programas en el mayor número de sedes posibles	Cobertura	Nº de sedes disponibles	3 Meses
Programas			
Beneficiar con clases de Activación Física por medio del programa Aerokids.	Cobertura	Nº de beneficios del programa Aerokids.	3 Meses



Beneficiar con estrategias de Activación Física por medio del programa Actívate en tu Comunidad.	Cobertura	Nº de beneficios del programa Actívate en tu Comunidad.	3 Meses
Beneficiar con clases de Activación Física por medio del programa de Adultos Mayores.	Cobertura	Nº de beneficios del programa de Adultos Mayores.	3 Meses
Beneficiar con clases de Activación Física por medio del programa de Acuaerobics.	Cobertura	Nº de beneficios del programa de Acuaerobics.	3 Meses
Beneficiar con clases de Activación Física por medio del programa de Yoga.	Cobertura	Nº de beneficios del programa de Yoga.	3 Meses

#### 4.7.3 Metas del Área de Salud Integral

Área de Salud Integral			
Programa de Atención y Educación Nutricional			
Escuelas Deportivas y Selectivos de Alto Rendimiento			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Realizar evaluación de alimentación en grupos de escuelas de iniciación deportiva.	Cobertura	No. De beneficiarios a los cuales se les hizo la evaluación.	6 Meses
Realizar evaluación de composición corporal en grupos de escuelas de iniciación deportiva.	Cobertura	No. De beneficiarios a los cuales se les hizo la evaluación.	6 Meses



Realizar charlas educativas nutricionales.	Cobertura	No. De beneficiarios que recibieron la información.	6 Meses
	Logro	No. De beneficiarios que mejoraron su conocimiento en materia de nutrición.	6 Meses
<b>Población General</b>			
<b>Metas</b>	<b>Nombre del indicador</b>	<b>Método de medición</b>	<b>Frecuencia de medición</b>
Brindar atención y educación en nutrición personalizada.	Cobertura	No. De inscritos al programa que reciben educación y atención en nutrición.	6 Meses
Brindar atención y educación en nutrición personalizada.	Logro	No. De beneficiarios que mejoraron su estado nutricional y hábitos de alimentación.	6 Meses
<b>Programa de Atención Psicológica</b>			
<b>Escuelas Deportivas y Selectivos de Alto Rendimiento</b>			
<b>Metas</b>	<b>Nombre del indicador</b>	<b>Método de medición</b>	<b>Frecuencia de medición</b>
Generar dinámicas de evaluación psicológica, individuales y grupales en beneficiarios de actividades deportivas municipales.	Cobertura	No. De beneficiarios a los cuales se les aplico dinámicas de grupos.	6 Meses
Generar y aplicar herramientas para la mejora de condiciones en deportes en conjunto e individuales.	Cobertura	No. De beneficiarios a los cuales se le aplicaron herramientas.	6 Meses
<b>Población General</b>			
<b>Metas</b>	<b>Nombre del indicador</b>	<b>Método de medición</b>	<b>Frecuencia de medición</b>
Brindar atención psicológica personalizada.	Cobertura	No. De inscritos al programa que reciben atención psicológica.	6 Meses



	Logro	No. De pacientes que se dieron de alta.	6 Meses
<b>Terapia Física y Rehabilitación</b>			
<b>Escuelas Deportivas y Selectivos de Alto Rendimiento</b>			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Realizar valoraciones en beneficiarios de actividades deportivas municipales.	Cobertura	No. De beneficiarios a los cuales se les hizo la valoración.	6 Meses
Brindar atención fisioterapéutica en beneficiarios de actividades deportivas municipales.	Cobertura	No. De beneficiarios que recibieron la atención.	6 Meses
	Logro	No. De beneficiarios que corrigieron la lesión.	6 Meses
<b>Población General</b>			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Brindar atención fisioterapéutica en la población general.	Cobertura	No. De inscritos al programa que reciben atención de población general.	6 Meses
	Logro	No. De pacientes que se dieron de alta.	6 Meses



#### 4.7.4 Metas de Ligas Deportivas

Ligas Deportivas			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Generar participación de ligas deportivas	Cobertura	No. De ligas deportivas inscritas.	1 año
Generar registro de jugadores de ligas deportivas.	Cobertura	No. De jugadores inscritos en ligas deportivas.	1 año

#### 4.7.5 Metas de Eventos Deportivos

Eventos Deportivos			
Carreras Temáticas			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Incentivar la práctica deportiva en el municipio.	Cobertura	No. de corredores inscritos en las carreras temáticas.	1 Año
Serial de Atletismo			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Generar la participación de corredores.	Cobertura	No. de corredores inscritos en el 2do Serial de Atletismo.	1 Año
Incentivar en la población Tlajomulquense la práctica del atletismo.	Cobertura	No. de corredores Tlajomulquenses inscritos.	1 Año



Medio Maratón Tlajomulco			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Generar la participación de corredores.	Cobertura	No. de corredores inscritos en el Medio Maratón Tlajomulco.	1 Año
Incentivar en la población Tlajomulquense la práctica del atletismo.	Cobertura	No. de corredores Tlajomulquenses inscritos.	1 Año
Copa de Box Tlajomulco			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Generar la participación en actividades competitivas dentro del municipio.	Cobertura	No. de participantes en la copa.	1 Año
Copa de Gimnasia Artística Tlajomulco			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Generar la participación en actividades competitivas dentro del municipio.	Cobertura	No. de participantes en la copa.	1 Año
Acuatlón Tlajomulco			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Generar la participación en actividades competitivas dentro del municipio.	Cobertura	No. de participantes del Acuatlón.	1 Año



## 4.7.6 Metas de Recreación

Recreación			
Programas			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Beneficiar con actividades recreativas a través del programa Diversión en el Recreo.	Cobertura	No. De Beneficiarios de actividades recreativas a los cuales se les atendió	12 meses
Beneficiar con actividades recreativas a través del programa Nosotros ponemos la Diversión.	Cobertura	No. De Beneficiarios de actividades recreativas a los cuales se les atendió	12 meses
Beneficiar con actividades recreativas a través del programa Marometa.	Cobertura	No. De Beneficiarios de actividades recreativas a los cuales se les atendió	12 meses
Beneficiar con actividades recreativas a través del programa Expo Recreativa.	Cobertura	No. De Beneficiarios de actividades recreativas a los cuales se les atendió	12 meses
Beneficiar con actividades recreativas a través del programa Cursos de Verano.	Cobertura	No. De Beneficiarios de actividades recreativas a los cuales se les atendió	12 meses





#### 4.7.7 Metas de Mantenimiento de Unidades Deportivas

Mantenimiento de Unidades Deportivas			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Garantizar el correcto mantenimiento de unidades y centros deportivos.	Logro	N° acciones y/o actividades de mantenimiento en unidades y centros deportivos.	6 meses
Operación y gestión de remodelaciones en unidades y centros deportivos.	Logro	N° acciones y/o actividades de remodelación en unidades y centros deportivos.	6 meses
Registro del control de acceso a unidades y centros deportivos.	Cobertura	N° de beneficiarios de unidades y centros deportivos.	6 meses

#### 4.7.8 Metas de Deporte Adaptado

Mantenimiento de Unidades Deportivas			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
Brindar clases a escuelas de iniciación deportiva para alumnos con capacidades diferentes.	Cobertura	N° de alumnos inscritos a la escuela iniciación deportiva de deporte adaptado.	3 meses
Selección de integrantes para formar un inter-selectivo representativo.	Cobertura	N° de alumnos seleccionados para inter-selectivo representativo.	6 meses
Realizar competencias internas.	Cobertura	N° de alumnos que participen en competencia internas.	6 meses



Adquirir habilidades de competencia.	Cobertura	N° de alumnos que desarrollen diversas actividades indicadas.	6 meses
Participar en las competencias externas.	Cobertura	N° de alumnos representativos que participen en competencias externas.	6 meses

#### 4.7.9 Metas de Selectivos de Alto Rendimiento Municipal

Alto Rendimiento			
Metas	Nombre del indicador	Método de medición	Frecuencia de medición
En deportes individuales posicionarse dentro de los primeros 10 lugares.	Logro	N° de atletas posicionados dentro de los 10 primeros lugares.	1 año
Formar el selectivo de Fútbol, Voleibol, Basquetbol.	Logro	N° de atletas en selectivos de Fútbol y Voleibol.	6 meses
En deportes en conjunto, posicionarse en finales.	Logro	N° de atletas posicionados en finales.	6 meses



# Proceso General de Operación

5



## 5.1 DEFINICIÓN DE ACTIVIDADES

### 5.1.1 Definición de Actividades del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 1: Programa Deportivo.</b>
<b>Descripción</b>	Elaborar y dirigir un programa deportivo que cubra las necesidades de la población.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 2: Dirección del Personal.</b>
<b>Descripción</b>	Dirigir al personal del Consejo Municipal del Deporte para el logro de los objetivos planteados.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 3: Representación del Consejo Municipal del Deporte.</b>
<b>Descripción</b>	Representar al Consejo Municipal del Deporte y al municipio en eventos internos y externos.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 4: Programa Anual.</b>
<b>Descripción</b>	Establecer el programa anual de deporte y recreación que cubra las necesidades de la población.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte



<b>Actividad</b>	<b>Actividad 5: Entregas de Reconocimientos.</b>
<b>Descripción</b>	Otorgar reconocimientos a deportistas destacados que participen en eventos estatales nacionales e internacionales.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 6: Desarrollo Organizacional.</b>
<b>Descripción</b>	Desarrollar y promover la práctica de las diferentes disciplinas deportivas entre todos los sectores de la población.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 7: Informes Presidenciales.</b>
<b>Descripción</b>	Realizar informes presidenciales de las actividades y resultados del Consejo Municipal del Deporte
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 8: Capacitación.</b>
<b>Descripción</b>	Propiciar la capacitación permanente de los instructores.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 9: Administración de Espacios.</b>
<b>Descripción</b>	Administrar el uso de las unidades y espacios deportivos.



<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte
--------------------	--

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 10: Búsqueda de Patrocinios.</b>
<b>Descripción</b>	Crear vínculos con el sector privado para atraer recursos y beneficios para la población.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 11: Gestión de Recursos.</b>
<b>Descripción</b>	Gestión de recurso de gobierno estatal y federal para la infraestructura deportiva del municipio.
<b>Responsable</b>	Director general del Consejo Municipal del Deporte

### 5.1.2 Definición de Actividades de Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 1: Inscripciones a Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal.</b>
<b>Descripción</b>	Al inicio del ciclo recibir a nuevos alumnos para su integración administrativa en escuelas de iniciación deportivas municipales.
<b>Responsable</b>	Coordinadores e instructores de escuelas de iniciación deportiva.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 2: Inauguración de Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal.</b>
<b>Descripción</b>	Iniciar el periodo de trabajo de escuelas de iniciación deportiva municipal.
<b>Responsable</b>	Coordinadores de escuelas de iniciación deportiva



<b>Actividad</b>	<b>Actividad 3: Evaluación del Alumno.</b>
<b>Descripción</b>	Evaluar el nivel competitivo, categoría o experiencia del alumno para derivarlo al grupo correspondiente.
<b>Responsable</b>	Coordinadores e instructores de escuelas de iniciación deportiva

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 4: Clases Deportivas.</b>
<b>Descripción</b>	Generación de actividades de las escuelas de iniciación deportiva, para el desarrollo integral del alumno.
<b>Responsable</b>	Coordinadores e instructores de escuelas de iniciación deportiva

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 5: Competencias Internas.</b>
<b>Descripción</b>	Generación de competencias dentro de las escuelas de iniciación deportiva para el desarrollo de aptitudes y habilidades del alumno.
<b>Responsable</b>	Coordinadores e instructores de escuelas de iniciación deportiva

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 6: Clausura de Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal.</b>
<b>Descripción</b>	Finalizar el periodo de trabajo de las escuelas de iniciación deportiva municipal.
<b>Responsable</b>	Coordinadores e instructores de escuelas de iniciación deportiva.

### 5.1.3 Definición de Actividades de Activación Física

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 1: Inscripciones a Programas de Activación Física.</b>
------------------	---



<b>Descripción</b>	Al inicio del ciclo, recibir a nuevos beneficiarios para su integración administrativa en el programa de activación física para todos.
<b>Responsable</b>	Coordinador de activación física e Instructores

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 2: Determinar Sedes, Días y Horarios de Clase.</b>
<b>Descripción</b>	En base a los instructores, sedes y espacios disponibles se determinarán las clases de activación para cada programa según sus características y necesidades.
<b>Responsable</b>	Jefatura de Activación Física

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 3: Promoción de oferta de Activación Física.</b>
<b>Descripción</b>	Al inicio del ciclo, generar elementos publicitarios que ayuden a promocionar la oferta de los distintos programas de activación física.
<b>Responsable</b>	Coordinador de activación física e Instructores

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 4: Inauguración de Actividades.</b>
<b>Descripción</b>	Iniciar el periodo de trabajo de activación física.
<b>Responsable</b>	Coordinador de activación física e Instructores

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 5: Evaluación de beneficiarios.</b>
<b>Descripción</b>	Evaluar el nivel físico y a partir de los resultados generar sus actividades.
<b>Responsable</b>	Coordinador de activación física e Instructores





<b>Actividad</b>	<b>Actividad 6: Clases de Activación Física.</b>
<b>Descripción</b>	Generación de actividades físicas, para el desarrollo integral del beneficiario
<b>Responsable</b>	Instructores de actividades

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 7: Clausura de Programa de Activación Física para todos.</b>
<b>Descripción</b>	Finalizar el periodo de trabajo del programa de activación física.
<b>Responsable</b>	Coordinador e instructores de activación física para todos.

#### 5.1.4 Definición de Actividades del Área de Salud Integral

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 1: Obtener los estudiantes necesarios para la realización del programa.</b>
<b>Descripción</b>	A través de universidades, buscar el apoyo para reclutar a los estudiantes que por medio de sus prácticas profesionales se presten para la implementación del programa.
<b>Responsable</b>	Responsable general y responsables de áreas.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 2: Determinar cronograma de unidades deportivas/centros recreativos donde se implementará el programa.</b>
<b>Descripción</b>	En base a el número de estudiantes disponibles y con el apoyo del personal correspondiente de la dirección de deportes, se determinarán las visitas a unidades deportivas/centros recreativos.
<b>Responsable</b>	Responsable general y responsables de áreas.



<b>Actividad</b>	<b>Actividad 3: Coordinar estudiantes (equipos de trabajo) a unidades deportivas/centros recreativos.</b>
<b>Descripción</b>	En base a las unidades deportivas/centros, se coordinará a los estudiantes practicantes creando equipos de trabajo, donde apoyarán con la implementación del programa.
<b>Responsable</b>	Responsable general y responsables de áreas.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 4: Formulación de oficios y trámites.</b>
<b>Descripción</b>	Coordinación y formulación de los trámites necesarios para el inicio de las prácticas profesionales de los estudiantes, a través del apoyo de universidades y de dirección de deportes por medio del personal correspondiente.
<b>Responsable</b>	Responsable general

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 5: Organización y preparación de productos para explicación y capacitación a estudiantes practicantes.</b>
<b>Descripción</b>	Se busca solucionar situaciones que puedan surgir durante la organización antes de hacer las juntas con estudiantes practicantes y crear un producto para la explicación y su capacitación.
<b>Responsable</b>	Responsable general y responsables de áreas.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 6: Explicación del programa, roles y capacitación a estudiantes practicantes.</b>
<b>Descripción</b>	Para dar inicio a la implementación del programa, se tendrán juntas con los estudiantes practicantes donde se les entregara toda la información necesaria del programa, se capacitarán, explicarán los objetivos, se les informará su lugar correspondiente y su equipo de trabajo según se fue ideada por la coordinación, además de que en conjunto



	con ellos se determinaran los roles necesarios y que llevaran cada uno durante el proceso de sus prácticas, haciendo el compromiso de cumplir con sus fechas correspondientes.
<b>Responsable</b>	Responsable general y responsables de áreas.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 7: Actividad de difusión del programa.</b>
<b>Descripción</b>	Con el fin de dar a conocer el programa se harán visitas a los habitantes en los alrededores de las unidades deportivas/centros recreativos, se les explicara a los habitantes del nuevo beneficio disponible, además de entregar un volante informativo.
<b>Responsable</b>	Responsables de áreas y colaboradores.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 8: Educación nutricional.</b>
<b>Descripción</b>	Disertaciones orales a beneficiarios del programa donde según las herramientas y espacio que se encuentre a su alcance en las unidades deportivas, serán implementadas.
<b>Responsable</b>	Responsables de nutrición y colaboradores de nutrición.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 9: Evaluación y atención nutricional directa.</b>
<b>Descripción</b>	A través de una evaluación ideal se implementará atención nutricional a los a los beneficiarios del programa, donde se buscará principalmente un enfoque educacional, y un tratamiento adecuado.
<b>Responsable</b>	Responsables de nutrición y colaboradores de nutrición.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 10: Evaluación antropométrica y alimentaria a beneficiarios de actividades de escuelas deportivas municipales.</b>
<b>Descripción</b>	A los ya beneficiarios de las actividades de escuelas municipales, se les hará evaluación antropométrica y



	alimentaria básica para conocer su estado nutricional y remitirlos a atención nutricional directa si es necesario.
<b>Responsable</b>	Responsables de nutrición y colaboradores de nutrición.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 11: Medición de indicadores nutricios</b>
<b>Descripción</b>	Se pondrán a disposición la medición de glucosa, presión sanguínea, peso, talla y estado nutricional por medio del IMC, sin necesidad de inscribirse al programa y ser beneficiario.
<b>Responsable</b>	Responsables de nutrición y colaboradores de nutrición.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 12: Clases nutricionales.</b>
<b>Descripción</b>	Disertaciones orales a beneficiarios del programa donde según las herramientas y espacio que se encuentre a su alcance en las unidades deportivas, serán implementadas.
<b>Responsable</b>	Responsables de nutrición y colaboradores de nutrición.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 13: Evaluación y atención psicológica.</b>
<b>Descripción</b>	A través de una evaluación ideal se implementará atención psicológica los a los beneficiarios del programa, de manera no obligatoria.
<b>Responsable</b>	Responsables de psicología y colaboradores de psicología.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 14: Dinámicas psicológicas grupales.</b>
<b>Descripción</b>	Se realizarán diferentes dinámicas con el objetivo de evaluar a los diferentes grupos de beneficiarios de actividades deportivas municipales.
<b>Responsable</b>	Responsables de psicología y colaboradores de psicología.



<b>Actividad</b>	<b>Actividad 15: Promoción de prevención de lesiones.</b>
<b>Descripción</b>	Disertaciones orales a beneficiarios del programa donde según las herramientas y espacio que se encuentre a su alcance en las unidades deportivas, serán implementadas.
<b>Responsable</b>	Responsables de fisioterapia y colaboradores de fisioterapia.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 16: Evaluación y atención en fisioterapia.</b>
<b>Descripción</b>	A través de una evaluación ideal se implementará atención fisioterapéutica a los a los beneficiarios del programa, donde se buscará principalmente un enfoque de prevención, y un tratamiento adecuado.
<b>Responsable</b>	Responsables de fisioterapia y colaboradores de fisioterapia.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 17: Evaluaciones funcionales de fisioterapia.</b>
<b>Descripción</b>	Para conocer el estado del atleta y generar información relevante sobre prevención de lesiones se realizarán evaluaciones obligatorias en los beneficiarios de actividades deportivas municipales.
<b>Responsable</b>	Responsables de fisioterapia y colaboradores de fisioterapia.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 18: Supervisión del funcionamiento del programa.</b>
<b>Descripción</b>	Se estará supervisando el correcto trabajo de los estudiantes practicantes de acuerdo con los objetivos del programa, con visitas a los centros deportivos/unidades y evaluación del trabajo.
<b>Responsable</b>	Responsable general

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 19: Termino del ciclo y entrega de documentos de finalización de prácticas profesionales a estudiantes.</b>
------------------	--



<b>Descripción</b>	Al finalizar el tiempo de prácticas profesionales de los estudiantes, termina un ciclo de atención y educación a beneficiarios, los practicantes entregaran los documentos y datos obtenidos de los beneficiarios para el siguiente ciclo, a tiempo de entregarles los documentos correspondientes de finalización de sus prácticas.
<b>Responsable</b>	Responsable general

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 20: Recolección de los datos obtenidos.</b>
<b>Descripción</b>	A partir de los datos recolectados y conjuntados durante un ciclo del programa se generan datos epidemiológicos importantes.
<b>Responsable</b>	Responsable general y responsables de áreas.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 21: Análisis de impacto por medio de metas.</b>
<b>Descripción</b>	A partir de las metas establecidas y por medio de los indicadores establecidos, se evaluará la cobertura y logros del programa.
<b>Responsable</b>	Responsable general y responsables de áreas.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 22: Inicio del nuevo ciclo</b>
<b>Descripción</b>	Se organiza el nuevo ciclo del programa, para dar inicio nuevamente a las actividades.
<b>Responsable</b>	Responsable general y responsables de áreas.

### 5.1.5 Definición de Actividades de Recreación

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 1: Obtener los estudiantes necesarios para la realización del programa y contratación de personal de honorarios.</b>
------------------	---



<b>Descripción</b>	A través de Preparatorias y Universidades, buscar el apoyo para reclutar a los estudiantes que por medio de su servicio social y prácticas profesionales se presten para la implementación del programa. Evaluación de perfiles para la contratación de personal eventual.
<b>Responsable</b>	Responsable general del programa.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 2: Determinar Unidades deportivas, centros recreativos o espacios al aire libre donde se implementará el programa.</b>
<b>Descripción</b>	En base a las actividades, número de estudiantes disponibles y con el apoyo del personal correspondiente, se determinarán las unidades deportivas y centros recreativos donde podrá ser implementado el programa.
<b>Responsable</b>	Responsable general del programa.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 3: Coordinar estudiantes y personal eventual a unidades deportivas y centros recreativos.</b>
<b>Descripción</b>	Se coordinará a los estudiantes practicantes y personal eventual, creando equipos de trabajo, donde apoyarán con la implementación del programa.
<b>Responsable</b>	Responsable general del programa.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 4: Formulación de oficios y trámites</b>
<b>Descripción</b>	Coordinación y formulación de los trámites necesarios para el inicio de las prácticas profesionales de los estudiantes, a través del apoyo de universidades y comude por medio del personal correspondiente.
<b>Responsable</b>	Responsable general del programa.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 5: Explicación del programa, comisiones y capacitación al personal y a estudiantes practicantes/servicio social.</b>
<b>Descripción</b>	Para dar inicio a la implementación del programa, se tendrán juntas con el persona, estudiantes practicantes y



	servicio social, donde se les dará capacitación y se les entregará la información necesaria del programa. Se les informara su sede correspondiente y su equipo de trabajo según sea la planeación de la coordinación, además de determinar los roles necesarios, para cumplir con las fechas, objetivos y metas correspondientes.
<b>Responsable</b>	Responsable general del programa.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 6: Actividades de difusión del programa</b>
<b>Descripción</b>	Con el fin de dar a conocer el programa se harán visitas a los habitantes en los alrededores de los centros recreativos y unidades deportivas, se les entregarán volantes informativos, así como la información publicada en redes sociales
<b>Responsable</b>	Responsable general del programa.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 7: Actividades Recreativas en programas</b>
<b>Descripción</b>	Con el fin de dar a conocer el programa se harán visitas a los habitantes en los alrededores de los centros recreativos y unidades deportivas, se les entregarán volantes informativos, así como la información publicada en redes sociales
<b>Responsable</b>	Responsable general del programa/Coordinadores del programa.

#### 5.1.6 Definición de Actividades de Mantenimiento de Unidades Deportivas

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 1: Diagnostico de unidades y espacio deportivos.</b>
<b>Descripción</b>	Visitar unidades y espacios deportivos para realizar diagnóstico.
<b>Responsable</b>	Director de Mantenimiento de Unidades y Coordinadores de mantenimiento.





<b>Actividad</b>	<b>Actividad 2: Realizar presupuestos del mantenimiento y remodelación de unidades conforme al diagnóstico.</b>
<b>Descripción</b>	Realizar las cotizaciones para remodelar y mantener las unidades y espacio deportivos.
<b>Responsable</b>	Director de Mantenimiento de Unidades y Coordinadores de mantenimiento.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 3: Realizar las solicitudes de compras para las acciones de remodelación y mantenimiento</b>
<b>Descripción</b>	Realizar las solicitudes de compras ante la administración de general para la compra de insumos.
<b>Responsable</b>	Director de Mantenimiento de Unidades y Coordinadores de mantenimiento.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 4: Monitoreo y compra de insumos para mejora de infraestructura</b>
<b>Descripción</b>	Verificar el inventario de insumos y realizar las compras de estos en caso de ser necesario.
<b>Responsable</b>	Director de Mantenimiento de Unidades y Coordinadores de mantenimiento.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 5: Ejecución de acciones para la mejora y remodelación de espacios.</b>
<b>Descripción</b>	Planear, coordinar y poner en marcha conforme el presupuesto y autorización de insumos las mejoras y remodelaciones en las unidades deportivas
<b>Responsable</b>	Director de Mantenimiento de Unidades, Coordinadores de mantenimiento, Auxiliares de mantenimiento.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 6: Mantenimiento de espacios y unidades Deportivas.</b>
<b>Descripción</b>	Mantener en óptimas condiciones el funcionamiento de equipos, así como los espacios deportivos.



<b>Responsable</b>	Coordinadores de mantenimiento y Auxiliar de mantenimiento.
--------------------	---

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 7: Supervisión del correcto funcionamiento de espacios y unidades deportivas.</b>
<b>Descripción</b>	Supervisar el correcto funcionamiento de los equipos y espacios deportivos.
<b>Responsable</b>	Coordinadores de mantenimiento.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 8: Gestionar con seguridad publica la seguridad de unidades y espacios deportivos</b>
<b>Descripción</b>	Realizar oficios y gestiones necesarias para que seguridad publica tenga un monitoreo constantemente las unidades deportivas
<b>Responsable</b>	Director de Mantenimiento de Unidades y Coordinadores de mantenimiento.

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 9: Generar certificaciones de seguridad, salubridad y calidad para espacios y unidades deportivas</b>
<b>Descripción</b>	Conseguir las certificaciones debidas ante las instancias pertinentes
<b>Responsable</b>	Director de Mantenimiento de Unidades

### 5.1.7 Definición de Actividades de Deporte Adaptado

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 1: Inscripciones al programa Deporte Adaptado</b>
<b>Descripción</b>	Inicio de ciclo, recibir a los alumnos para su integración administrativa al programa de Deporte Adaptado. Evaluación del alumno para verificar su capacidad para realizar la actividad deportiva.



<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa
--------------------	----------------------------

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 2: Capacitación al personal de programa deporte adaptado</b>
<b>Descripción</b>	Realizar capacitaciones a personal interno del programa como son: instructores, prestadores de servicio social, practicantes, personal de estancias y estadías.
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 3: Inauguración del programa Deporte Adaptado</b>
<b>Descripción</b>	Inicio del periodo de trabajo del programa Deporte Adaptado
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 4: Campañas informativas a universidades</b>
<b>Descripción</b>	Realizar campañas informativas a escuelas universitarias con el fin de dar a conocer el programa como una nueva sede para prestación de servicio social y prácticas profesionales.
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 5: Campañas informativas y de difusión en escuelas.</b>
<b>Descripción</b>	Realizar campañas en distintas escuelas del municipio con el fin de difundir el programa en escuelas y crear el interés por el deporte adaptado.
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 6: Capacitación a prestadores de servicio social, prácticas profesionales y estadías.</b>
------------------	--



<b>Descripción</b>	Instruir a los prestadores de servicio para que estén completamente capacitados para desempeñar las actividades dentro del programa.
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 7: Evaluaciones a los alumnos</b>
<b>Descripción</b>	Evaluar la capacidad de cada alumno en su correspondiente disciplina para derivarlo a un grupo o categoría
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 8: Clases deportivas.</b>
<b>Descripción</b>	Planeación y realización de actividades para el desarrollo integral del alumno en el ámbito deportivo.
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 9: Competencias internas y premiaciones.</b>
<b>Descripción</b>	Realizar competencias entre los alumnos para medir sus potenciales así como una breve premiación
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 10: Clausura del primer periodo de Deporte Adaptado</b>
<b>Descripción</b>	Dar por finalizado el periodo de trabajo en el programa de deporte adaptado en todas las disciplinas.
<b>Responsable</b>	Coordinadores del programa



### 5.1.8 Definición de Actividades de Selectivos de Alto Rendimiento Municipal

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 1: Planificación de visorias para convocados.</b>
<b>Descripción</b>	Se harán pruebas en tiempos determinados para convocar a visorias y evaluaciones para posibles integrantes a preseleccionados.
<b>Responsable</b>	Entrenador del selectivo correspondiente

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 2: Visorias y evaluaciones para preseleccionados.</b>
<b>Descripción</b>	En base a los resultados de las evaluaciones y visorias, se realizarán las listas de los integrantes para formar parte de los preseleccionados.
<b>Responsable</b>	Entrenador del selectivo correspondiente

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 3: Entrenamientos para preselecciones.</b>
<b>Descripción</b>	Se darán entrenamientos con tiempo determinado por el entrenador correspondiente, para evaluar su posible ingreso a las selecciones.
<b>Responsable</b>	Entrenador del selectivo correspondiente

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 4: Evaluaciones de los preseleccionados.</b>
<b>Descripción</b>	Después de las pruebas de preselección se convocarán a los que formarán parte de las selecciones.
<b>Responsable</b>	Entrenador del selectivo correspondiente

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 5: Entrenamientos.</b>
------------------	-------------------------------------



<b>Descripción</b>	Sesiones diseñadas y planificadas previamente en base al macrociclo de cada deporte.
<b>Responsable</b>	Entrenador del selectivo correspondiente

<b>Actividad</b>	<b>Actividad 6: Competencias.</b>
<b>Descripción</b>	Se convocarán a los seleccionados por el entrenador para las competencias.
<b>Responsable</b>	Entrenador del selectivo correspondiente.

## 5.2 CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Cronograma de actividades			
Actividad	Día/s	Hora	Lugar
<b>Escuelas de Iniciación Deportiva Municipal</b>			
Inscripciones en escuelas deportivas municipales.	Enero 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva municipal.
Inauguración de escuelas de iniciación deportiva municipal.	Febrero 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva municipal.
Clases regulares de escuelas de iniciación deportiva municipal.	Febrero –Diciembre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva municipal.
Clausura de escuelas de iniciación deportiva municipal.	Diciembre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva municipal.



Activación Física para Todos			
Mega Clase Por la Igualdad	Marzo de 2019	N/A	Malecón Cajititlán
Mega Clase Día Mundial de la Activación Física	Abril de 2019	N/A	Mazapán de la Rosa
Mega Clase Día del Niño	Abril de 2019	N/A	Escuela Primaria Iguiniz Fraccionamiento Eucaliptos
Mega Clase Adultos Mayores	Agosto de 2019	N/A	CEDIAM
Mega Clase Aerokids	Septiembre de 2019	N/A	Centro Administrativo de Tlajomulco
Mega Clase Yoga	Octubre de 2019	N/A	San Lucas
Activa tu Comunidad	Ultimo Viernes de cada Mes de Febrero – Noviembre de 2019	N/A	Centros Recreativos Correspondientes
Área de Salud Integral			
Periodo de inicio y organización	Noviembre-Diciembre 2018	N/A	N/A
Obtener los estudiantes necesarios para la realización del programa.	Noviembre-Diciembre 2018	N/A	N/A



Determinar unidades deportivas/centros recreativos para realización de cronograma.	Enero 2019	N/A	N/A
Coordinar estudiantes (equipos de trabajo) a unidades deportivas/centros recreativos.	Enero 2019	N/A	N/A
Formulación de oficios y trámites.	Enero 2019	N/A	N/A
Organización y preparación de productos para explicación y capacitación a estudiantes practicantes.	Enero 2019	N/A	N/A
Explicación del programa, roles y capacitación a estudiantes practicantes.	Enero 2019	10:00 am	Unidad Deportiva Chivabarrio
Actividad de difusión del programa.	Enero 2019	Horarios según tiempo de trabajo de cada unidad.	Alrededores del centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Clases Nutricionales	Días alternados del periodo de trabajo.	Horarios según cronograma por centro recreativo/unidad deportiva correspondiente	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.





Evaluación y Atención Nutricional directa	Disponible todos los días del periodo de trabajo.	Horarios según tiempo de trabajo de cada unidad.	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Evaluación Antropométrica y de alimentación a beneficiarios de actividades deportivas.	Días alternados del periodo de trabajo.	Horarios según cronograma por centro recreativo/unidad deportiva correspondiente	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Medición de indicadores nutricios	Disponible todos los días del periodo de trabajo.	Horarios según tiempo de trabajo de cada unidad.	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Evaluación y atención psicológica.	Disponible todos los días del periodo de trabajo.	Horarios según tiempo de trabajo de cada unidad.	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Dinámicas psicológicas grupales.	Disponible todos los días del periodo de trabajo.	Horarios según tiempo de trabajo de cada unidad.	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Promoción de prevención de lesiones.	Disponible todos los días del periodo de trabajo.	Horarios según tiempo de trabajo de cada unidad.	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.



Evaluación y atención en fisioterapia.	Disponible todos los días del periodo de trabajo.	Horarios según tiempo de trabajo de cada unidad.	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Evaluaciones funcionales de fisioterapia.	Disponible todos los días del periodo de trabajo.	Horarios según tiempo de trabajo de cada unidad.	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Supervisión del funcionamiento del programa	Días alternados del periodo de trabajo.	Horarios por determinar.	Centros recreativos/unidades deportivas totales.
Recolección de los datos obtenidos.	Días alternados del periodo de trabajo.	Horarios por determinar.	Centros recreativos/unidades deportivas totales.
Termino del ciclo y entrega de documentos de finalización de prácticas profesionales a estudiantes.	Últimos días del periodo de trabajo.	Horarios por determinar.	Centros recreativos/unidades deportivas correspondientes.
Recolección de los datos obtenidos.	Junio 2019	N/A	N/A
Análisis de impacto por medio de metas.	Junio-Julio 2019	N/A	N/A
Inicio del nuevo ciclo del año	Agosto 2019	N/A	N/A



Eventos Deportivos			
Carreras Temáticas			
Eventos de carreras temáticas	Por Definir	Por Definir	Por Definir
Serial de Atletismo			
Carrera 5k	Por Definir	8:00 am	Por Definir
Carrera 5k y 10k	Por Definir	8:00 am	Por Definir
Carrera 5k y 15k	Por Definir	8:00 am	Por Definir
Competencias Deportivas			
Copa de Box Tlajomulco	Por Definir	N/A	Por Definir
Copa de Gimnasia Artística Tlajomulco	Por Definir	N/A	Por Definir
Acuatlón Tlajomulco	Por Definir	N/A	Por Definir
Medio Maratón Tlajomulco			
Desarrollo del Plan de Trabajo Operativo, Marketing y Logístico	Enero 2019	N/A	N/A
Trámites Oficiales de la Carrera	Marzo 2019	N/A	N/A
Búsqueda de patrocinios	Enero - Julio 2019	N/A	N/A



Rueda de Prensa del Medio Maratón.	Mayo 2019	A Definir	Centro Administrativo Tlajomulco
Presentación Kit del Medio Maratón	Agosto 2019	N/A	N/A
Convocatoria para Voluntarios como Staff del Medio Maratón	Enero 2019	N/A	N/A
Reunión del Equipo Operativo y de Logística.	Agosto 2019	A Definir	A Definir
Entrega de Paquetes	Septiembre 2019	A Definir	Las Plazas Outlet
Medio Maratón (Disparo de Salida)	Septiembre 2019	07:00 am	CAT Tlajomulco
<b>Ligas Deportivas</b>			
Inscripción de Ligas	Enero – Febrero 2019	N/A	Centro Administrativo de Tlajomulco / Oficinas de Atención COMUDE
Actividades Normales de Ligas Deportivas	Enero – Diciembre 2019	N/A	Centro recreativo/unidad deportiva correspondiente.
Torneo Internos	Abril – Julio de 2019	N/A	Campos Ibarra



Recreación			
Cursos de Verano Deportivos			
Inauguración de Cursos de Verano Deportivos	Julio de 2019	N/A	Unidad Deportiva Chivabarrio
Cursos de Verano Deportivos	Julio – Agosto 2019	N/A	Distintas sedes de unidades y espacios deportivos.
Clausura de Cursos de Verano Deportivos	Agosto de 2019	N/A	Unidad Deportiva Mariano Otero
Diversión en el Recreo			
Inscripción de instituciones escolares	Enero a Febrero 2019	N/A	Instalaciones educativas
Inauguración del programa	Febrero 2019	N/A	Instalaciones educativas
Actividades recreativas regulares	Febrero-Diciembre 2019	N/A	Instalaciones educativas
Nosotros Ponemos la Diversión			
Inscripciones en unidades deportivas o centros recreativos	01 al 12 de Abril 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
Inauguración del programa	14 de Abril 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
Actividades recreativas regulares	14 al 21 de Abril 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos



Clausura del programa	21 de Abril 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
<b>Marometa</b>			
Inauguración del programa	1 Abril 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
Actividades recreativas regulares	1-30 Abril 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
Clausura del programa	30 de Abril 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
<b>Expo Juega y Recreáctivate</b>			
Inscripciones	14 al 19 Octubre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
Inauguración del programa	21 de Octubre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
Actividades recreativas regulares	21 al 23 de Octubre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
Clausura del programa	23 de Octubre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades deportivas o centros recreativos
<b>Mantenimiento de Unidades Deportivas</b>			
Diagnóstico de unidades y espacios deportivos	Enero 2019 Julio 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades y espacios deportivos



Presupuestos de unidades y espacios deportivos	Enero – Diciembre 2019	N/A	Oficinas de Comude
Solicitudes de compra para insumos	Enero – Diciembre 2019	N/A	Oficinas de Comude
Compra de Insumos	Por definir	N/A	Oficinas de Comude
Ejecución de acciones para la mejora de la infraestructura deportiva	Enero – Diciembre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades y espacios deportivos
Mantenimiento de espacios y unidades deportivas	Enero – Diciembre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades y espacios deportivos
Supervisión del correcto funcionamiento de espacios y unidades deportivos	Enero – Diciembre 2019.	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades y espacios deportivos
Gestionar con seguridad publica la seguridad de equipos e instalaciones de unidades y espacios deportivos	Enero – Diciembre 2019	N/A	Oficinas de Comude
Generar certificaciones de seguridad, salubridad y calidad para espacios y	Enero – Diciembre 2019	N/A	Oficinas de Comude



unidades deportivas			
Diagnóstico de unidades y espacios deportivos	Enero 2019 Julio 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades y espacios deportivos
Presupuestos de unidades y espacios deportivos	Enero – Diciembre 2019	N/A	Oficinas de Comude
Solicitudes de compra para insumos	Enero – Diciembre 2019	N/A	Oficinas de Comude
Compra de Insumos	Por definir	N/A	Oficinas de Comude
Ejecución de acciones para la mejora de la infraestructura deportiva	Enero – Diciembre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades y espacios deportivos
Mantenimiento de espacios y unidades deportivas	Enero – Diciembre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades y espacios deportivos
Supervisión del correcto funcionamiento de espacios y unidades deportivas	Enero – Diciembre 2019.	N/A	Instalaciones de cada una de las unidades y espacios deportivos
<b>Deporte Adaptado</b>			
Inscripción a escuela de iniciación deportiva	Enero 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva





Capacitación de personal	Enero – Diciembre 2019	N/A	N/D
Difusión y promoción del programa	Enero – Diciembre 2019	N/A	N/D
Inauguración de escuelas de iniciación deportiva	2019	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva
Convenios con diversas escuelas para la captación de alumnos	Enero 2019	N/A	N/D
Clases regulares de escuela de iniciación deportiva	Enero - Diciembre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva
Valoración de avances de alumnos	Por Definir	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva
Competencias internas y premiación de alumnos	Por Definir	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva
Difusión, información y concientización del programa	Por Definir	N/A	N/D
Asistencia a competencias interestatales	Por Definir	N/A	N/D
Clausura de escuelas de iniciación deportiva	Diciembre 2019	N/A	Instalaciones de cada una de las escuelas de iniciación deportiva



Alto Rendimiento			
Selección de Natación			
Acuatón Aquagym	Febrero 2019	N/A	Zapopan
3 y 5 k Aguas Abiertas Nado Seguro	Abril 2019	N/A	Bucerías, Nayarit
Estatat Curso Largo	Junio 2019	N/A	Guadalajara
Serial Tlajomulco	Marzo – Agosto 2019	N/A	Tlajomulco
Campeonato Aguas Abiertas	Agosto 2019	N/A	Por definir
Acuatlón	Septiembre 2019	N/A	Por definir
Estatat Curso Corto	Octubre de 2019	N/A	Guadalajara
Selectivo nacional	Noviembre de 2019	N/A	Guadalajara
3 k aguas abiertas	Diciembre de 2019	N/A	Melaque
Selección de Futbol			
1er Torneo Corto	Enero – Junio 2019	A Definir	A Definir
2do Torneo Corto	Julio – Diciembre 2019	A Definir	A Definir
Selección de Voleibol			
1er Torneo Corto	Enero – Junio 2019	A Definir	A Definir
2do Torneo Corto	Julio – Diciembre 2019	A Definir	A Definir
1er Copa	Por Definir	N/A	N/A



2da Copa	Por Definir	N/A	N/A
<b>Selección de Gimnasia</b>			
Copa Kinettes Tlajomulco	Marzo 2019	N/A	Tlajomulco
Copa Jaime Romero	Abril 2019	N/A	Guadalajara
Copa del Sol	Mayo 2019	N/A	Puerto Vallarta
Copa Amistosa Areba	Junio 2019	N/A	Guadalajara
Copa Tlajomulco	Agosto 2019	N/A	Tlajomulco
Copa Aguascalientes	Octubre 2019	N/A	Aguascalientes
Copa León Guanajuato	Noviembre 2019	N/A	León, Guanajuato
Copa Gyma de Occidente	Diciembre 2019	N/A	Guadalajara
<b>Selección Atletismo</b>			
Serial de Atletismo	Distintas Fechas Marzo -Agosto 2019	N/A	Distintas Sedes
Carrera de las Crucitas	Mayo 2019	N/A	Tlaquepaque
Medio Maratón Tlajomulco	Septiembre 2019	7:00 am	Tlajomulco



# Políticas de Operación

6



## 6.1 POLÍTICAS DE OPERACIÓN DE ESCUELAS DE INICIACION DEPORTIVA MUNICIPAL

### 6.1.1 Otorgamiento del Beneficio

#### 6.1.1.1 Respecto a los requisitos necesarios para pertenecer a las escuelas de iniciación deportiva municipal.

Tener un mínimo de 6 años, comprobar mediante una certificación médica vigente su estado de salud para realizar un trabajo físico deportivo, asistir a una asesoría nutricional como mínimo y firmar la carta responsiva.

#### 6.1.1.2 Respecto a la documentación necesaria para pertenecer al programa.

Para integrarse al programa de escuelas deportivas municipales serán estrictamente necesarios los siguientes requisitos:

- 1.- Acta de nacimiento.
- 2.- Comprobante de domicilio.
- 3.- Certificado médico.
- 4.- Identificación oficial vigente de padre o tutor.
- 5.- Asistir al Área de Salud Integral.
- 6.- Firmar carta responsiva.

### 6.1.2 Respecto a las Cuotas de Recuperación.

Las cuotas de recuperación pueden ser modificadas debido a las características de cada deporte, de manera general corresponden a las siguientes:

#### Inscripciones:

Futbol, Voleibol y Basquetbol: \$150



Gimnasia, Natación, y Karate: \$300

**Mensualidad:**

Futbol, Voleibol y Basquetbol: \$50

Gimnasia, Natación y Karate: \$70

### 6.1.3 Perdida del Beneficio

Será correspondiente la pérdida del beneficio cuando se presenten las siguientes condiciones:

En caso de provocar algún conflicto pelea o agresión tanto al interior o exterior de las instalaciones donde se obtenga el beneficio del programa.

Tener más de 3 inasistencias sin justificar en el curso.

Presentarse en estado de ebriedad o bajo el influjo de alguna droga.

Alterar o afectar de manera negativa las actividades del programa.

No cumplir con la asistencia nutricional mínima requerida.

## 6.2 POLÍTICAS DE OPERACIÓN DE ACTIVACION FÍSICA

### 6.2.1 Otorgamiento del Beneficio

**6.2.1.1 Respecto a los requisitos necesarios para pertenecer a las actividades de activación física.**

Cumplir con las características necesarias a corde a cada programa de activación física, además de firmar la carta responsiva.



### 6.2.1.2 Respeto a la documentación necesaria para pertenecer al programa.

Para integrarse a las actividades del programa de activación física será estrictamente necesarios los siguientes requisitos:

- 1.- Acta de nacimiento.
- 2.- Comprobante de domicilio.
- 3.- Identificación oficial vigente.
- 4.- Asistir al programa de nutrición.
- 5.- Firmar carta responsiva.

### 6.2.2 Respeto a las Cuotas de Recuperación.

Las cuotas de recuperación pueden ser modificadas debido a las características de cada tipo de actividad disponible, de manera general corresponden a las siguientes:

Inscripción: Sin Costo

Mensualidad: \$40 General

### 6.2.3 Perdida del Beneficio

Será correspondiente la pérdida del beneficio cuando se presenten las siguientes condiciones:

En caso de provocar algún conflicto pelea o agresión tanto al interior o exterior de las instalaciones donde se obtenga el beneficio del programa.

Tener más de 3 inasistencias sin justificar en el curso.



Presentarse en estado de ebriedad o bajo el influjo de alguna droga.

Alterar o afectar de manera negativa las actividades del programa.

No cumplir con la asistencia nutricional mínima requerida.

## 6.3 POLÍTICAS DE OPERACIÓN DEL ÁREA DE SALUD INTEGRAL

### 6.3.1 Otorgamiento del Beneficio

**6.3.1.1 Respeto a educación y atención en nutrición en los ya beneficiarios de alguna de las actividades físicas y recreativas.**

El ser parte ya de alguno de los programas o actividades de las escuelas de iniciación deportivas o selectivos de alto rendimiento los convertirá en beneficiarios directos para actividades creadas especialmente para ellos. La asistencia a dichas actividades será de carácter obligatorio con el fin de potenciar los resultados y objetivos de todos los programas.

Los padres o tutores de los menores de edad que ya son parte de alguna de las actividades de las escuelas deportivas municipales también son beneficiarios de este programa, siendo también para ellos de carácter obligatoria la asistencia a las actividades creadas para ellos.

En caso de ser necesario el recibir atención personalizada de cualquiera de las áreas, se abrirá expediente clínico y se atenderá como individuo inscrito exclusivamente al programa que corresponda.





### 6.3.1.2 Respeto a la población general y deportistas externos.

Para aquellos que no son beneficiarios de los de programas deportivos municipales, el beneficio de este programa será de carácter voluntario, donde el individuo cumpla de los requisitos necesarios.

Los beneficiarios menores de edad siempre recibirán la atención y educación en compañía del padre, tutor o familiar adulto.

### 6.3.1.3 Respeto a la documentación necesaria para pertenecer al programa.

No existirá documentación obligatoria para dar la atención y pertenecer al programa, sin embargo, previa valoración puede ser necesario algún tipo de identificación oficial, única y exclusivamente para obtener datos comprobables del individuo e integrarla a su expediente.

### 6.3.1.4 Respeto a los requisitos necesarios para pertenecer al programa.

#### Nutrición:

- Disposición de estar descalzo.
- Vestimenta:  
General Ropa Ligera  
Mujeres Blusa de Tirantes
- Mencionar:  
Embarazo  
Marcapasos
- Menores de edad acompañados de un adulto.
- Puntualidad:



Tolerancia 15min

- Solo si es necesario mostrar identificación oficial.

#### Psicología:

- Asistencia Voluntaria NO Obligada.
- Menores de edad acompañados de un adulto.
- Puntualidad:  
Tolerancia 15min
- Solo si es necesario mostrar identificación oficial.

#### Fisioterapia:

- 2 toallas grandes limpias y secas.
- Cabello recogido.
- Vestimenta:  
General Ropa Ligera  
Que permita acceder a la lesión
- Menores de edad acompañados de un adulto
- Puntualidad:  
Tolerancia 15min
- Solo si es necesario mostrar identificación oficial.



### 6.3.1.5 Respeto a medición de indicadores nutricios.

La medición de indicadores nutricios estarán disponibles sin necesidad de pertenecer al programa y en caso de ser necesario solo implicara el pago de la cuota de recuperación.

## 6.3.2 Respeto a las Cuotas De Recuperación

### 6.3.2.1 Cuotas de Recuperación Nutrición

- Consulta nutricional general: \$10
- Prueba de Glucosa: \$15

### 6.3.2.2 Cuotas de Recuperación Psicología

- Consulta psicológica general: \$10

### 6.3.2.3 Cuotas de Recuperación Fisioterapia

- Consulta fisioterapéutica general: \$10
- Rehabilitación de Lesión: \$15 - \$40 (El rango de presión depende de la gravedad de la lesión y material utilizado)

## 6.3.3 Perdida del Beneficio

Será correspondiente la pérdida del beneficio cuando se presenten las siguientes condiciones:

En caso de provocar algún conflicto pelea o agresión tanto al interior o exterior de las instalaciones donde se obtenga el beneficio del programa.

Tener más de 3 inasistencias a las citas o actividades requeridas por el programa.



No cumplir con las recomendaciones que cada área prescriba.

Presentarse en estado de ebriedad o bajo el influjo de alguna droga.

Alterar o afectar de manera negativa las actividades del programa.

## **6.4 POLÍTICAS DE OPERACIÓN DE EVENTOS DEPORTIVOS**

### **6.4.1 Otorgamiento del Beneficio**

#### **6.4.1.1 Respecto a los requisitos necesarios para pertenecer a los equipos de alto rendimiento.**

Los requisitos necesarios para la entrega de los beneficios de cada evento especial dependerán del proyecto, la población podrá obtener la información de cada uno de estos mediante las distintas convocatorias generadas para cada uno de los eventos.

### **6.4.2 Respecto a las Cuotas de Recuperación.**

La cuota de recuperación dependerá del proyecto:

Eventos atléticos: Definidos partir de la apertura de inscripciones.

Torneos: Gratuitos o definidos partir de la apertura de inscripciones.

### **6.4.3 Perdida del Beneficio**

Será correspondiente la pérdida del beneficio cuando se presenten las siguientes condiciones:

En caso de provocar algún conflicto pelea o agresión dentro de la temática del evento.



No cumplir en tiempo y forma los periodos de inscripción o entrega.

Presentarse en estado de ebriedad o bajo el influjo de alguna droga a los eventos especiales.

Alterar o afectar de manera negativa las actividades del evento.

Sanciones adicionales según la reglamentación o características de cada convocatoria de evento.

## 6.5 POLÍTICAS DE OPERACIÓN DE LIGAS DEPORTIVAS

### 6.5.1 Otorgamiento del Beneficio

#### 6.5.1.1 Respecto a los requisitos necesarios para pertenecer a ligas deportivas.

Sera necesario entregar formato de inscripción a ligas deportivas y plan de trabajo de los equipos que harán servicio comunitario, antes del 15 de febrero de 2018, después de esta fecha se deberá de entregar tabla de posiciones cada mes junto la credencial de archivo de cada jugador inscrito.

#### 6.5.1.2 Respecto a la documentación necesaria para pertenecer al programa.

Para integrarse al programa de ligas deportivas será estrictamente necesario los siguientes requisitos:

- 1.- Entregar formato de inscripción a ligas deportivas.
- 2.- Copia de INE de mesa directiva de liga (presidente, secretario y tesorero).



3.- Entregar formato de deporte limpio y social Tlajomulco (si desea apoyo de uniforme y/o equipo deportivo).

### 6.5.2 Respeto a las Cuotas de Recuperación.

La cuota de recuperación corresponde a la membresía anual, con descuentos en tiendas deportivas corresponde al siguiente:

Membresía anual: \$ 100 pesos

### 6.5.3 Perdida del Beneficio

Será correspondiente la pérdida del beneficio cuando se presenten las siguientes condiciones:

No se entregue la documentación requerida.

No entreguen los reportes requeridos en tiempo y forma.

No cumplir con la entrega de fotografías de cada premiación.

En caso de provocar algún conflicto pelea o agresión tanto al interior o exterior de las instalaciones donde se obtenga el beneficio.

Presentarse en estado de ebriedad o bajo el influjo de alguna droga.

Alterar o afectar de manera negativa las actividades.

## 6.6 POLÍTICAS DE OPERACIÓN DE RECREACIÓN

### 6.6.1 Otorgamiento del Beneficio

6.6.1.1 Respeto a los requisitos necesarios para pertenecer a las actividades de activación física.



Cumplir con las características necesarias acorde a cada programa de recreación, en base a la convocatoria individual.

#### **6.6.1.2 Respeto a la documentación necesaria para pertenecer al programa.**

Para algunos programas no es necesaria documentación.

Para aquellas actividades que se requiera documentación serán estrictamente necesarios los siguientes:

- 1.- Acta de nacimiento.
- 2.- Comprobante de domicilio.
- 3.- Identificación oficial vigente.
- 4.- Asistir al programa de nutrición.
- 5.- Firmar carta responsiva.

#### **6.6.2 Respeto a las Cuotas de Recuperación.**

Las cuotas de recuperación pueden ser modificadas debido a las características de cada tipo de actividad disponible, de manera general corresponden a las siguientes:

##### **6.6.2.1 Programa Marometa, Nosotros Ponemos la Diversión, Expo Recreativa, Diversión en el Recreo.**

Sin Costo

##### **6.6.2.2 Cursos de Verano Deportivo.**

Totalidad del Curso: \$100 General



### 6.6.3 Perdida del Beneficio

Será correspondiente la pérdida del beneficio cuando se presenten las siguientes condiciones:

En caso de provocar algún conflicto pelea o agresión tanto al interior o exterior de las instalaciones donde se obtenga el beneficio del programa.

Tener más de 3 inasistencias sin justificar en el curso.

Presentarse en estado de ebriedad o bajo el influjo de alguna droga.

Alterar o afectar de manera negativa las actividades del programa.

No cumplir con la asistencia nutricional mínima requerida.

## 6.7 POLÍTICAS DE OPERACIÓN DE DEPORTE ADAPTADO

### 6.7.1 Otorgamiento del Beneficio

#### **6.7.1.1 Respecto a los requisitos necesarios para pertenecer al programa Deporte Adaptado**

Tener mínimo 6 años de edad cumplidos.

Cumplir con todas las estipulaciones acordadas por la Federación Mexicana del Deporte para Ciegos y Débiles Visuales, la Federación Mexicana de Deportes para Personas con Parálisis Cerebral, la Federación Mexicana de Deportistas Especiales y la Federación Mexicana de Deportes para Sordos para poder realizar la actividad deportiva.

Presentar certificado médico que lo avale, así como también una certificación médica de su estado de salud para realizar un trabajo físico deportivo. De una institución oficial.

El alumno deberá estar acompañado siempre por un adulto.





Firmar carta responsiva.

### 6.7.2 Respeto a la documentación necesaria para pertenecer al programa

Para integrarse al programa de deporte adaptado en cualquiera de las disciplinas serán estrictamente necesarios los siguientes requisitos:

- 1.- Acta de nacimiento.
- 2.- Comprobante de domicilio.
- 3.- Certificado médico. Que avale el grado de discapacidad y de tipo. De instrucciones oficiales
- 4.- Identificación oficial vigente (en caso de ser menor de edad deberá presentar identificación oficial vigente de padre o tutor).
- 5.- Carta responsiva.

### 6.7.3 Respeto a las Cuotas de Recuperación.

Sin costo.

### 6.7.4 Perdida del Beneficio

Será correspondiente la pérdida del beneficio cuando se presenten las siguientes condiciones:

- Provocar cualquier conflicto dentro de las instalaciones donde se haya adquirido el beneficio del programa.
- Alumno que se presente a la clase deportiva sin algún guía u acompañante se le tomara como inasistencia, así como la asistencia sin el material necesario.
- Alumno que no acate las reglas internas de las instalaciones de forma adecuada será motivo de sanción.
- Alumno (o acompañante) que se presente en estado de ebriedad o bajo la influencia de cualquier narcótico.
- Alterar o afectar de manera negativa las actividades del programa.



## 6.8 POLÍTICAS DE OPERACIÓN DE SELECTIVOS DE ALTO RENDIMIENTO MUNICIPAL

### 6.8.1 Otorgamiento del Beneficio

#### 6.8.1.1 Respecto a los requisitos necesarios para pertenecer a los equipos de alto rendimiento.

Calificar para las visorias de selecciones, comprobar mediante una certificación médica vigente su estado de salud para realizar un trabajo físico deportivo, asistir y seguir las recomendaciones nutricionales y médicas, firmar la carta responsiva y finalmente estar afiliado a sus respectivas asociaciones o federaciones.

#### 6.8.1.2 Respecto a la documentación necesaria para pertenecer al programa.

Para integrarse al programa de alto rendimiento serán estrictamente necesarios los siguientes requisitos:

- 1.- Acta de nacimiento.
- 2.- Comprobante de domicilio.
- 3.- CURP.
- 4.- Certificado médico.
- 5.- Identificación oficial vigente.
- 6.- Asistir al programa de nutrición.
- 7.- Firmar carta responsiva.
- 8.- Firmar Reglamento de selectivos
- 9.- Registrarse a las asociaciones correspondientes.



### 6.8.2 Respecto a las Cuotas de Recuperación.

La cuota de recuperación para alto rendimiento solo incluye el pago de las competencias que participe el atleta.

### 6.8.3 Perdida del Beneficio

Será correspondiente la pérdida del beneficio cuando se presenten las siguientes condiciones:

En caso de provocar algún conflicto pelea o agresión tanto al interior o exterior de las instalaciones donde se obtenga el beneficio del programa.

Tener más de 3 inasistencias sin justificar por temporada.

Presentarse en estado de ebriedad o bajo el influjo de alguna droga.

Alterar o afectar de manera negativa las actividades del programa.

No cumplir con la asistencia nutricional y médica mínima requerida.

Sanciones adicionales según el reglamento de selecciones.

## 6.9 REGLAMENTO DE SELECTIVOS DE ALTO RENDIMIENTO MUNICIPAL

### 6.9.1 Objeto

A los integrantes de las selecciones y preselecciones del Consejo Municipal del Deporte de Tlajomulco de Zúñiga Jalisco.

El Consejo Municipal del Deporte da un valor especial a sus selecciones y preselecciones competitivos, de ahí nuestra disposición para destinar condiciones al desarrollo de los atletas.

El pertenecer a las selecciones y preselecciones es un privilegio que debe ganarse y la permanencia en los mismos está sujeta al cumplimiento de varias normas, objetivos y obligaciones.



El representar primero a Tlajomulco como municipio, a Jalisco como estado y a México como país, nunca es una carga, sino todo lo contrario, es un privilegio y un honor poder representarlos a través de nuestro instituto y nuestros deportes.

Este reglamento tiene como objetivo, el establecer por escrito las bases que rigen el comportamiento y los procedimientos que deben seguir todos y cada uno de los integrantes de nuestros selectivos y preseleccionados.

## 6.9.2 CAPITULO I

### De las Responsabilidades del Seleccionado

**Artículo 1.-** Todos los atletas que formen parte de selectivos y preseleccionados, desde el momento inmediato de su incorporación a los mismos tienen como obligación los cumplimientos estrictos del presente Reglamento, del Reglamento General de COMUDE, de las indicaciones dadas por el entrenador en jefe y auxiliares.

**Artículo 2.-** El seleccionado deberá respetar de manera disciplinada a sus compañeros, entrenadores, profesores y demás personal tanto dentro como fuera de los entrenamientos.

**Artículo 3.-** El seleccionado tiene prohibido usar y expresarse de manera grosera y violenta y así como el uso de palabras altisonantes.

**Artículo 4.-** No se tolerará ninguna agresión o falta de respeto física, moral o emocional de los seleccionados a sus compañeros de equipos, atletas de otros equipos, entrenadores, directivos, padres de familia, alumnos, personal COMUDE sin importar el nivel jerárquico.

**Artículo 5.-** El seleccionado deberá cuidar y conservar todo el material didáctico, así como conservar las instalaciones con las que cuenta COMUDE.



**Artículo 6.-** El seleccionado de manera cotidiana queda obligado a demostrar respeto, saludando a todos los profesores, compañeros y entrenadores, así como a agradecer por el entrenamiento a los mismos.

**Artículo 7.-** El seleccionado deberá de portar su credencial, la cual lo acredita como alumno y atleta.

**Artículo 8.-** El seleccionado presentará su credencial todos los días antes de comenzar su entrenamiento, lo cual contará como su asistencia.

**Artículo 9.-** El seleccionado que cuente con más de tres faltas sin justificar por mes, será dado de baja del equipo.

**Artículo 10.-** Es un compromiso irrenunciable de todos los integrantes del selectivo y preselectivo el realizarse los estudios médicos, deportivos, psicológicos y nutricionales que le sean requeridos, así como someterse a los tratamientos que sean indicados por el entrenador y por el especialista.

**Artículo 11.-** Queda estrictamente prohibido para cualquier seleccionado el uso de sustancias estimulantes o consideradas como dopaje por las Autoridades Deportivas Nacionales e Internacionales. Por lo cual, los seleccionados no podrán tomar ningún medicamento o suplemento alimenticio que no sea recetado por un médico, preferentemente con especialidad deportiva.

**Artículo 12.-** El seleccionado es responsable de todas y cada una de sus pertenencias, exentando así de cualquier extravió o daño al personal de COMUDE.

**Artículo 13.-** El seleccionado tiene la obligación de cumplir con su preparación académica satisfactoriamente y con calificación aprobatoria poniendo como promedio mínimo 80.



### 6.9.3 CAPITULO II

#### Del Entrenamiento

**Artículo 14.-** El seleccionado deberá de presentarse todos los días de manera puntual a sus sesiones, teniendo como tolerancia 15 minutos.

**Artículo 15.-** El horario de entrenamiento no podrá tener interrupciones, por lo que los Padres y/o seleccionados deberán tratar cualquier asunto que requieran con el entrenador fuera de dicho horario programando una cita. Los seleccionados no podrán abandonar el entrenamiento sin la autorización previa del entrenador.

**Artículo 16.-** El seleccionado deberá portar ropa, calzado y material adecuado para realizar sus sesiones. Además de acuerdo con las particularidades de la progresión de los entrenamientos se podrá solicitar algún material adicional.

**Artículo 17.-** En caso de pérdida, ruptura o descompostura de alguno de los implementos de entrenamiento, se otorgará un plazo de 15 días para que el seleccionado pueda reponer dicho material. Después de dicha fecha, se tomará como un incumplimiento.

**Artículo 18.-** El entrenador podrá impedir el ingreso al entrenamiento si el seleccionado no cuenta con todo el material requerido o bien tomar alguna otra medida disciplinaria que considere necesaria.

### 6.9.4 CAPITULO III

#### De las Competencias

**Artículo 19.-** El seleccionado tiene la obligación de asistir anualmente a 3 competencias fuera de la ciudad y a 6 competencias en el interior de la zona metropolitana de Guadalajara en el caso de natación, gimnasia y atletismo. Y en



deportes de conjunto futbol, basquetbol y voleibol 4 torneos cortos por temporada.

**Artículo 20.-** El seleccionado queda obligado a participar ya sea como competidor, auxiliar y/o apoyo voluntario en las competencias que realice el Consejo Municipal del Deporte.

**Artículo 21.-** Una vez publicada la convocatoria de la competencia en turno, el seleccionado tendrá un término de 10 días hábiles para confirmar su asistencia.

**Artículo 22.-** El seleccionado tiene la obligación de liquidar el costo de la competencia en la fecha establecida por sus entrenadores.

**Artículo 23.-** Durante las competencias los seleccionados atenderán estricta y únicamente las instrucciones técnicas y tácticas que le indiquen sus entrenadores. Asimismo, deberán permanecer en las áreas de descanso o espera que le sean especificadas por el mismo, quedando prohibido ausentarse de dicha área sin la autorización previa del entrenador, si el seleccionado se ausenta y pierde alguna prueba será acreedor a una sanción.

**Artículo 24.-** El seleccionado queda obligado a portar el uniforme oficial de competencias.

**Artículo 25.-** Tanto en los eventos internos como en los externos, los padres de familia y acompañantes deberán permanecer en las áreas especificadas para público en general, no podrán permanecer en las áreas de competencia o descanso designadas para atletas, entrenadores y directivos. En caso de no cumplir con la disposición el seleccionado podrá ser suspendido de la competencia.

**Artículo 26.-** El entrenador es la persona responsable y facultada para la toma de todas las decisiones técnicas durante la competencia: conformación de



relevos, estrategias, autorización de bajas y altas, etc., dichas indicaciones las dará directamente a los seleccionados y deberán ser seguidas por los mismos. Cualquier observación se deberá realizar de forma respetuosa y posterior al evento.

**Artículo 27.-** El seleccionado que obtenga un lugar en pódium deberá portar el uniforme oficial de la selección.

**Artículo 28.-** El seleccionado queda obligado a presentar su carta responsiva debidamente firmada, la cual será proporcionada por los respectivos entrenadores cada competencia.

#### 6.9.5 CAPITULO IV

##### De los Viajes

**Artículo 29.-** Los gastos que se generen por concepto de viáticos de los entrenadores y auxiliares serán cubiertos de manera igualitaria por todos los seleccionados.

**Artículo 30.-** Los seleccionados que no asistan a las competencias, quedan obligados a pagar la parte proporcional que les corresponde por concepto de viáticos de los entrenadores y auxiliares.

**Artículo 31.-** Todos los seleccionados que viajen por su cuenta a las competencias deberán cumplir con la parte proporcional que les corresponde por concepto de viáticos de los entrenadores y auxiliares, así como es su responsabilidad mantenerse en contacto con los entrenadores para conocer horarios de entrenamiento y competencia que establezca el entrenador, así como los cambios que se tenga necesidad de realizar.

**Artículo 32.-** Todos los gastos de viaje y que se deriven de la participación de los seleccionados en competencias ya sea en el interior de la República o en el





Extranjero, deberán ser cubiertos en su totalidad por cada seleccionado que participe.

**Artículo 33.-** Todos los seleccionados deben cumplir a cabalidad todas las indicaciones de viaje y organizativas que se establezcan por el entrenador, debiendo respetar los itinerarios establecidos, horarios para alimentación, entrenamiento, competencia, para acostarse y levantarse, etc.

**Artículo 34.-** Queda estrictamente prohibido el ingerir bebidas alcohólicas (de cualquier tipo) y fumar. El atleta que sea sorprendido en esta falta será regresado a su casa, siendo responsabilidad del mismo el cubrir el costo del traslado.

## 6.9.6 CAPITULO V

### De las Sanciones

**Artículo 35.-** Toda falta a las normas establecidas en este documento y/o todos los mencionados con anterioridad será acreedora de una sanción.

**Artículo 36.-** Las sanciones por faltas a la normatividad emitida aplicable al selectivos y preseleccionados son las siguientes:

- a) Amonestación Verbal
- b) Amonestación Escrita
- c) Suspensión de alguna actividad
- d) Suspensión temporal del equipo
- e) Suspensión definitiva del equipo
- f) Expulsión de las selecciones

Cuando la falta incluya algún daño o pérdida de material o instalación, además de la sanción se deberá cubrir el costo para la reparación o reposición del daño realizado.



**Artículo 37.-** El seleccionado que sea dado de baja por indisciplina no podrá reingresar al selectivo.

**Artículo 38.-** El seleccionado que no cumpla con el artículo 13 será separado inmediatamente del selectivo y será considerado baja por indisciplina.

**Artículo 39.-** El seleccionado que haya pedido su baja voluntaria, no podrá reingresar a selecciones en un mínimo de 24 meses y aprobado por el consejo entrenadores.

**Artículo 40.-** Las sanciones, según la gravedad de la falta serán determinadas e impartidas por:

- El entrenador responsable del grupo.
- El Entrenador en Jefe de selecciones.
- Director de COMUDE.





Ayuntamiento Constitucional de  
Tlajomulco de Zúñiga, Jalisco  
2018 - 2021

**Tlajomulco**