



## CONSEJO ESTATAL PARA EL FOMENTO DEPORTIVO

### Sub Dirección de Actividad Física

#### JALISCO ESTA DE 10

En los países más desarrollados del mundo las políticas dicen: la actividad física y deporte es un derecho fundamental en los ciudadanos y obligación del gobierno (federal, estatal y municipal), el hacerlo alcanzable para todos.

Debemos entender que la práctica de la actividad física municipal, es también un servicio público, como lo es, la recolección de basura, el alumbrado público, parques y jardines, etc. Y como servicio público entendemos: es el conjunto de prestaciones reservadas en cada Estado a la órbita de las administraciones públicas y que tienen como finalidad ayudar a las personas que lo necesiten. Suelen tener un carácter gratuito.

Es necesario reafirmar que las actividades físicas, constituyen un fenómeno social que, bien estructurados, con objetivos y programas acordes son imprescindibles para promover el desarrollo social. Este concepto debe llegar a ser entendido por las autoridades competentes.

Hoy en día nuestro país y nuestro estado, tienen una centralización generalizada, lo que provoca una marginación de servicios en los rincones más lejanos de la urbe metropolitana.

El deporte no es la excepción, en los últimos años hemos vivido una concentración de funciones a través del Code, propiciando un desinterés participativo y un crecimiento desfavorable en los municipios.

Ante esta situación, una de nuestras principales políticas y estrategias de trabajo va en función de la descentralización de la Actividad Física en general y que sean los municipios los principales protagonistas del desarrollo, crecimiento y fortalecimiento de la actividad física municipal.

Para esto el Code Jalisco aplicará en los 125 municipios del estado el plan **Jalisco esta de 10**, donde a través de 10 programas de Actividad Física, el municipio con apoyo del Code, ofrecerá una serie de servicios enfocados a la práctica de la actividad física y deporte, será el mismo municipio quien se hará cargo de su aplicación, y estarán dirigidos para toda la población en general.





Este plan tiene como objetivo:

- Organizar, promover y desarrollar sistemáticamente actividades físicas, ampliando la oferta de servicios en el municipio.
- Poner las actividades al alcance de todos sin distinción de edad o sexo.
- Desarrollar una cultura física que permita ver los beneficios que estas actividades tienen como medio de prevención en problemas de salud, como factor educativo y como estímulo en el desarrollo de aptitudes de superación personal y grupal.
- Favorecer el bienestar de los jaliscienses a través del desarrollo de la actividad física municipal, como parte integrante de la educación y la cultura, respetando su libertad y rechazando toda discriminación social, política, racial y religiosa.

Es importante mencionar que los programas que se incluyen en este plan, van a estar programadas, normadas, fiscalizadas y evaluadas por el Code Jalisco.

En este plan se presenta un grupo de actividades, con la finalidad de que sean aplicados por el municipio, y donde se puedan evaluar, adaptar y poner en práctica donde mejor se encajen en su localidad.

ESTÁ DE DIEZ.

El plan se sujetara a normas de operación, siendo el code Jalisco el organismo rector de las mismas.





## JALISCO ESTA DE 10

### Programas:

#### 1. Feria de la Activación para tu Bienestar

**Fundamentación:** es de vital importancia para el municipio, contribuir a la práctica de la actividad física, a través de la promoción de la misma, llevar actividades de esta índole puede beneficiar al ciudadano ya que se busca generar una convivencia social a través de la práctica de la actividad física.

**Desarrollo:** consiste en llevar actividades pre deportivas y recreativas al municipio, canchas movibles de futbol, baloncesto, voleibol, ajedrez, damas inglesas y domino tamaño gigante, un templete para realizar macro clases de activación física, se contará con el apoyo del instituto de la juventud, secretaria de salud, de cultura, con actividades de estas instituciones en beneficio de la población.

Entre las actividades a desarrollar se encuentran:

- Torneo deportivos
- Actividades Recreativas
- Juegos interactivos
- Actividades de prevención
- Actividades Culturales

**Objetivo:** generar una cultura municipal sobre la práctica de la actividad física y sus beneficios de salud, educación y cultura.





## 2. Actívate Libre

**Fundamentación:** estudios diversos han mostrado como el nivel de forma física de los ciudadanos se correlaciona muy bien con la salud mental. La actividad física bien realizada mejora, entre otras cosas, el rendimiento académico, la personalidad, la estabilidad emocional, la memoria, la autoestima, el bienestar, y disminuye el estrés y la agresividad.

**Desarrollo:** consiste en realizar eventos de activación física en plazas principales, parques, jardines, fabricas, realizar eventos masivos en el municipio

Entre las actividades a desarrollar se mencionan:

- Zumba
- Yoga
- Bailes
- Aerobics

**Objetivo:** Desarrollar un programa que de manera sistemática incentive la participación de la población en actividades físicas desarrolladas en parques, jardines, escuelas, fábricas, así como eventos masivos municipales.

## 3. Activación Física en Poblaciones Vulnerables

**Fundamentación:** bien es sabido lo importante que es la práctica de la actividad física no solamente en niños, sino también en jóvenes, adultos, adultos mayores, en poblaciones especiales, y/o personas con capacidades diferentes, la cual ha sido poco a poco relegada por la sociedad, siendo estos un ejemplo de vida, ya que pese a sus limitaciones sociales o físicas buscan espacios y actividades para la práctica de la misma.

**Desarrollo:** realizar actividades físicas para las poblaciones llamadas vulnerables, adaptando los programas a sus necesidades o buscando alternativas que a través de sus hábitos, creencias y costumbres puedan realizar.

Entre los grupos llamados vulnerables:

- Adulto Mayor
- Comunidades Indígenas
- Personas con Capacidades Diferentes

**Objetivo:** Optimizar el tiempo libre en forma constructiva apuntando a mejorar su calidad de vida.





#### 4. Parques Lineales

**Fundamentación:** La promoción por la práctica de la actividad física, no solo está enfocada en las unidades deportivas, hoy en día se busca cualquier espacio público para este fin, generar un sentido de pertenencia al municipio, utilizando las principales avenidas, calles, plazas, etc., de la ciudad y generando una convivencia social, se ha vuelto una necesidad actual en los ciudadanos.

**Desarrollo:** Consiste en crear o fortalecer, espacios urbanos o rurales para la práctica de la actividad física y la recreación.

Actividades sugeridas:

- Via recreativa
- Paseos ciclistas urbanos o rurales
- Caminatas

**Objetivo:** Recuperación de espacios públicos, así como el fomento a una cultura de movilidad no motorizada.

#### 5. Actividades Físico Recreativas en el Medio Natural

**Fundamentación:** el turismo deportivo, comúnmente llamado puede representar un sector importante para los municipios, ya que la gran mayoría de ellos posee un nivel de riqueza natural, hoy en día los ciudadanos buscan opciones diferentes para vacacionar o simplemente para conocer otros lugares, donde se les pueda ofrecer un servicio adicional, la actividad física, en sus diferentes dimensiones y modalidades de práctica, se ha convertido en un recurso fundamental para satisfacer esta necesidad dando lugar a un tipo de servicio turístico-recreativo en el medio natural.

**Desarrollo:** Realizar actividades físico-recreativas de aventura en el medio natural. Consiste fundamentalmente en la visita de espacios naturales con el objetivo de disfrutar la naturaleza.

Las actividades físico recreativas en el medio natural las clasificaremos de la siguiente manera:

- Senderos naturales
- Terreno de aventuras
- Excursiones
- Cicloturismo



- Actividades deportivas específicas
- Campamentos
- Recorridos en el bosque y de orientación.
- Programa de Vías Verdes

**Objetivo:** Tener una conexión entre la actividad física y el ecoturismo, respetando el medio ambiente, integrado en los espacios rurales y favoreciendo intercambios entre la cultura urbana y rural. Además de potenciar este servicio en el Estado.

#### 6. Actividades Deportivas Municipales

**Fundamentación:** el individuo a través del deporte desarrolla libremente sus fuerzas vitales, se identifica con su cuerpo, mejora sus capacidades condicionales de movimiento, no solo se reduce a una simple actividad del organismo sino que es un proceso de interacción total consigo mismo y con otros organismos y su medio ambiente.

**Desarrollo:** Creación y fortalecimiento de las siguientes actividades deportivas:

- Escuelas deportivas municipales
- Ligas deportivas
- Torneos y Campeonatos

**Objetivo:** Organizar, promover y desarrollar sistemáticamente actividades físicas-deportivas, ampliando la oferta de servicios, así como poner las actividades al alcance de todos los ciudadanos.

#### 7. Actualización y Capacitación Municipal

**Fundamentación:** La capacitación y el perfeccionamiento debe estar contemplado en cualquier acción de gobierno, pues llevará a las personas que trabajan en el quehacer diario de la función pública como en este caso, una herramienta indispensable para mejorar cualitativamente y cuantitativamente el servicio que el área le brindará a los ciudadanos del municipio

**Desarrollo:** se realizaran las siguientes actividades:

- Cursos de capacitación





- Seminarios de actualización
- Talleres especializados
- Charlas
- Congresos Municipales

**Objetivo:** Propiciar la actualización y mejoramiento de todos los recursos humanos que constituyen el deporte municipal, con la intención de facilitar una superación técnica para el servicio de la actividad física.

## 8. Recuperación de Espacios Públicos

**Fundamentación:** Ya no basta con solo construir un espacio para la práctica de la actividad física, existe una exigencia de parte del ciudadano para recibir un servicio sistemático y profesional de parte del municipio, en la actualidad existen instalaciones deportivas en el abandono o en algunos casos con altos índices de delincuencia, ante esta situación se pretende que todo proyecto de infraestructura venga acompañado de la justificación del mismo.

**Desarrollo:** Existirá un conjunto de normas y reglamentos para la elaboración de proyectos y obras con este fin.

**Objetivo:** Recuperar, Remozar y Construir Infraestructura deportiva municipal, para la práctica de la actividad física.

## 9. Detección de Talentos Deportivos

**Fundamentación:** Durante varios años el deporte de Jalisco se mantuvo centralizado, lo que ocasiono la falta de interés participativa de los municipios para no ser tomados en cuenta en las actividades de carácter representacional en el estado, ante esto mucho atletas se alejaron del estado participando con otro en los eventos nacionales.

Es por eso que se iniciara con la recuperación de los atletas emigrados a otros estados, así como el tener en cuenta a los municipios con representación deportiva.

**Desarrollo:** se realizaran las actividades necesarias para captación de talentos deportivos, con el apoyo de la Dirección de Educación Física del Estado, como pueden ser:

- Campamentos Municipales
- Campamentos Regionales
- Exhibiciones deportivas
- Partición de instructores capacitados



**Objetivo:** Tener identificado a los municipios que desarrollan actividades deportivas de manera sistemática y con un perfil de competitivo.

#### 10. Conformación de la Selección Jalisco

**Fundamentación:** Al estar centralizado el deporte de nuestro estado, la representación participativa de los municipios en la selección Jalisco, es muy baja, teniendo grandes prospectos deportivos en todo el estado y al no ser tomados en cuenta se pierden, no solo del deporte sino de la misma sociedad, dejando de ser personal de bien social.

**Desarrollo:** Se pretende realizar en algunos deportes, etapas para la conformación de la selección Jalisco:

- Municipal
- Regional
- Estatal
- Campamentos Estatales

**Objetivos:** Conformar la Selección Jalisco en base a las orientaciones de la sub dirección de deporte del Code

Jalisco  
ESTÁ DE DIEZ.



### Reglas de Operación

Para la operación del plan Jalisco esta de 10 se deberá cumplir con lo siguiente:

1. Firma del convenio de colaboración entre Municipio y Code (General y Particular)
2. Censo de Instalaciones Deportivas
3. Censo de Escuelas Deportivas Municipales
4. Censo de Ligas Deportivas Municipales
5. Petición Municipal para la participación de los programas
6. Ficha de Inscripción al programa (justificación, objetivo, número de beneficiados, etc.)
7. Listado de disciplinas deportivas para la aplicación del programa no. 6 Actividades Deportivas Municipales:

Ajedrez	Atletismo	Bádminton	Basquetbol	Beisbol
Frontón	Boxeo	Tae kwon do	Ciclismo	Natación
Handball	Futbol	Triatlón	Voleibol	Gimnasia Rítmica
Luchas Asociadas	Hockey	Judo	Karate	Levantamiento de Pesas
Tenis de Mesa	Tiro Deportivo	Deportes Especiales	Patines sobre Ruedas	Softbol
				Voleibol de Playa

Se podrá dar de alta un deporte que no esté contemplado en el listado, siempre y cuando se compruebe un arraigo del mismo en el municipio.