

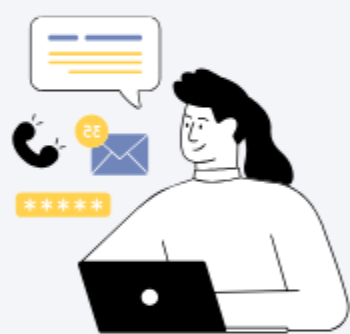
## XII Curso Nacional de Actividad Física Dirigida Grupal

**Dependencia:** Grupo Interno de Trabajo Actividad Física  
**tipo de ejercicio de participación:** Diseño de lineamientos de temáticas misionales  
**Ciclo de gestión:** Diagnóstico Participativa



### INFORMACIÓN GENERAL DEL EJERCICIO

**Fecha de inicio:** 14 de octubre de 2025  
**Fecha final:** 19 de octubre de 2025  
**Metodología:** mesas de trabajo  
**Tipo de espacio:** presencial  
**Canal de comunicación de la convocatoria:** WhatsApp y correo masivo.  
**Articulación con los planes internos del Ministerio del Deporte:** Plan de acción  
**Cobertura:** Nacional



### OBJETIVO DEL EJERCICIO DE PARTICIPACIÓN CIUDADANA

Apoyar a los equipos territoriales encargados de la promoción de HEVS para que los integrantes de estos y los líderes relacionados con la práctica de actividad de actividad física, mejoren sus competencias en actividad física grupal.

### DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS

El XII Curso Nacional de Actividad Física Dirigida Grupal inició con la llegada de las delegaciones y con la ceremonia de instalación. Luego, se realizó la presentación de la Estructura de Enfoques y Tipos de sesión del Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida saludable; la presentación de los Lineamientos para la Promoción de la Actividad Física en Colombia; y la presentación de los Componentes básicos de las sesiones. Al día siguiente, se realizó la distribución de los participantes de manera equitativa en 5 módulos:

- \* Módulo 1 - Gimnasia Aeróbica Musicalizada
- \* Módulo 2 - Rumba Aeróbica
- \* Módulo 3 - Tai Chi
- \* Módulo 4 - Estrategia Fuertemente Activos
- \* Módulo 5 - Estrategia Joven HEVS

Cada módulo tenía una duración de 6 horas y una vez finalizaban, rotaba el grupo al siguiente módulo hasta pasar por todos. Cada módulo tenía un componente teórico - práctico

Al tercer día, se realizó el evento masivo denominado "COLOMBIA EN MOVIMIENTO" donde participaron alrededor de 1.200 personas y se contó con la presencia de la señora Ministra Patricia Duque. En el último día realizó la prueba de conocimientos y la retroalimentación del evento. Se brindaron fechas de eventos y celebraciones especiales, aspectos generales de los convenios interadministrativos y tips para el registro fotográfico y filmico.

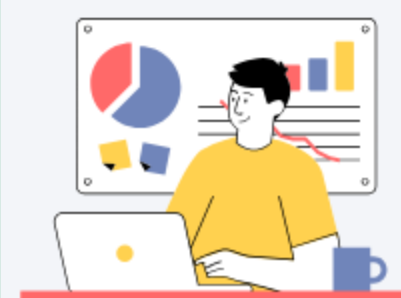


### RECURSOS ECONÓMICOS Y HUMANOS

**Recursos económicos invertidos en el desarrollo del ejercicio:** \$1.523.820.820  
**Otros recursos o alianzas utilizadas en el desarrollo del ejercicio:** Humanos y tecnológicos

### DATOS CLAVES

**Duración del evento:** 40 horas  
**Grupos de valor que participaron:** Gestores, Articuladores, monitores, promotores, líderes del programa HEVS e invitados de programas no cofinanciados  
**Número total de participantes:** 381 personas  
**¿El ejercicio se hizo en una instancia de participación definida?:** no



# Caracterización de los participantes

## ENFOQUE DIFERENCIAL Y ÉTNICO

	No. Personas	%
Pueblos Indígenas	8	7%
Negro (a), Mulato (a), Afrodescendiente	44	14%
Raizales	0	0%
Palenquero/a	1	0%
Comunidades Campesinas	2	0 %
Gitano/a (Rrom)	0	0%
Ninguno	326	79%
No informa	0	0%
Prefiero no decirlo	0	0%
Total	381	100%

## PERSONAS CON DISCAPACIDAD

	No. Personas	%
Física	0	0%
Visual	0	0%
Auditiva	0	0%
Sordo ceguera	0	0%
Múltiple	0	0%
Intelectual	0	0%
Psicosocial	0	0%
Ninguno	381	100%
No informa	0	0%
Prefiero no decirlo	0	0%
Total	381	100%

## CICLO VITAL

Grupos por rango de edad- años	No. Personas	%
Primera Infancia (0-5 años)	0	0%
Infancia (6-11 años)	0	0%
Adolescencia (12-17 años)	0	0%
Jóvenes (185-28 años)	114	30%
Adultos (29-59 años)	262	69%
Adultos mayores (60 o más)	5	1%
No informa	0	0%
Prefiero no decirlo	0	0%
Total	381	100%

## SEXO DE NACIMIENTO

	No. Personas	%
Mujer	178	47%
Hombre	203	53%
Intersexual	0	0
No informa	0	0
Prefiero no decirlo	0	0
Total	381	100%

## ¿HA SIDO VÍCTIMA DE CONFLICTO ARMADO?

	No. Personas	%
Si	11	3%
No	370	97%
No informa	0	0%
Total	381	100%



# Caracterización de los participantes

## IDENTIDAD DE GÉNERO

	No. Personas	%
Femenino	178	47%
Masculino	203	53%
Transgénero	0	0
No binario	0	0
No informa	0	0
Prefiero no decirlo	0	0
<b>Total</b>	<b>381</b>	<b>100%</b>

## ORIENTACIÓN SEXUAL

	No. Personas	%
Heterosexual	353	93%
Lesbiana	4	1%
Gay	11	3%
Bisexual	7	2%
No informa	0	0
Prefiero no decirlo	6	2%
<b>Total</b>	<b>381</b>	<b>100%</b>

## INDICADORES

**Espacios programados:** 1

**Espacios realizados:** 1

**Porcentaje del avance:** 100%

**Participantes proyectados:** 400

**Participantes efectivos:** 381

**Porcentaje de asistencia:** 95%

**Aportes-recomendaciones**

**Solicitudes recibidas:** 1

**Aportes recomendaciones**

**Solicitudes incidentes:** 1

**Porcentaje de participación incidente:** 100%

## TEMAS TRATADOS DURANTE EL EJERCICIO

\* Presentación "Estructura de Enfoques y Tipos de sesión del Programa Nacional de Hábitos y Estilos de Vida saludable"

\* Ceremonia de instalación del XII Curso Nacional Teórico Práctico de Actividad Física Dirigida Grupal

\* Presentación "Lineamientos para la Promoción de la Actividad Física en Colombia"

\* Presentación "Componentes básicos de las sesiones"

MÓDULOS DE SESIONES Y ESTRATEGIAS HEVS

\* Modulo 1 - Gimnasia Aeróbica Musicalizada

\* Modulo 2 - Rumba Aeróbica

\* Modulo 3 - Tai Chi

\* Modulo 4 - Estrategia Fuertemente Activos

\* Modulo 5 - Estrategia Joven HEVS

\* Evento masivo "COLOMBIA EN MOVIMIENTO"

\* Prueba de conocimientos - PONTE A PRUEBA

## OTROS ELEMENTOS A TENER EN CUENTA

ninguno

## FORTALEZAS EVIDENCIADAS

• Excelente organización

\* Capacitadores muy profesionales y técnicos

\* Temáticas apropiadas para abordar con la comunidad en cada uno de los territorios

\* Lugar, alimentación y escenarios acordes para el evento

\* Excelente participación de todas las personas en cada uno de los espacios

## ELEMENTOS POR MEJORAR

• Organizar los tiempos para generar más tiempos de descanso

\* Generar espacios de recuperación física al finalizar cada modulo

\* Entregar el material de las capacitaciones con anterioridad para que los participantes lleguen con un conocimiento previo

