

REUNIÓN TÉCNICA NACIONAL

CEDEM

CENTROS DEL DEPORTE ESCOLAR Y MUNICIPAL



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



CONADE
COMISIÓN NACIONAL DE
CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

CEDEM
CENTROS DEL DEPORTE ESCOLAR Y MUNICIPAL

TALLER DE INCLUSIÓN SOCIAL AL DEPORTE



Objetivo

Dotar a los y las ***instructoras y entrenadores/ras***, de conocimiento especializado en deporte y **activación física y deporte adaptad para participantes con impedimentos motrices**, propiciando la inclusión social por medio del ejercicio físico.



Teoría

Basada en *documentos oficiales* establecidos por el **Comité Paralímpico Internacional (IPC)** máximo organismo del deporte paralímpico a nivel mundial.



Práctic a

Se tomó en cuenta las facilidades para la práctica de los mismos, considerando como punto importante la **infraestructura, material deportivo, complejidad en la enseñanza**, etc., lo cual propiciará que se puedan llevar a cabo estas actividades dentro de los centros municipales y hasta que se puedan organizar para la realización de eventos.





Duración



- Mes: Noviembre
- Días: 4
- Horas por día: 5 hrs
- Total de horas: 20 hrs

zoom



Medio (Online)

Temario



1) Fundamentos de los Para deportes, Activación Física Inclusiva y adaptada.

2) Programación y control del entrenamiento.

3) Aplicaciones practicas de los fundamentos nutricionales.

4) Herramientas psicológicas.

5) A, B, C de la diversidad sexual en el deporte.



COMISIÓN NACIONAL DE
CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

CEDEM

CENTROS DEL DEPORTE ESCOLAR Y MUNICIPAL

Fundamentos de los Para deportes, activación física inclusiva y



Programación y control del entrenamiento.





**Aplicaciones
prácticas de los
fundamentos
nutricionales.**



CONADE
COMISIÓN NACIONAL DE
CULTURA FÍSICA Y DEPORTE

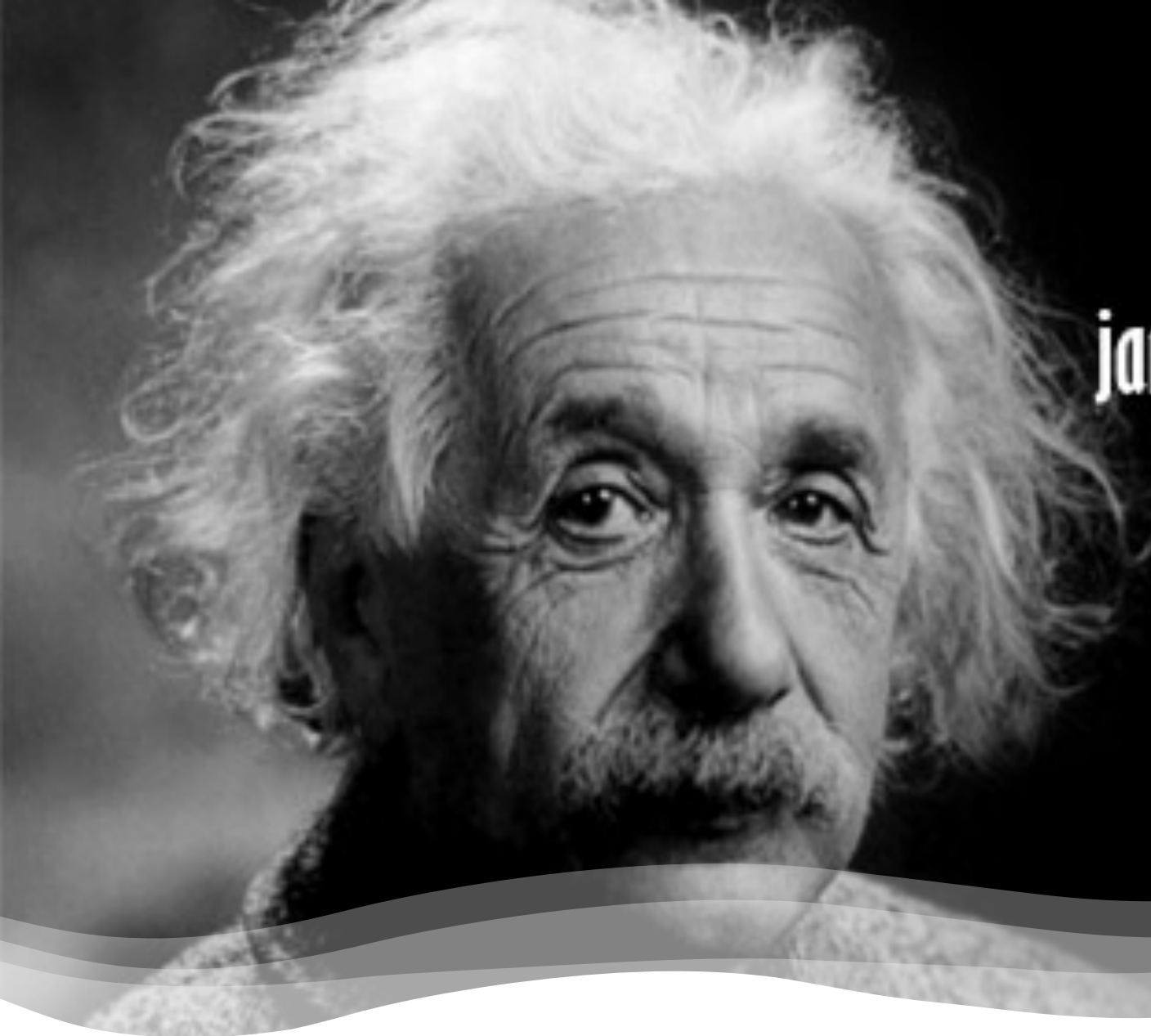
CEDEM
CENTROS DEL DEPORTE ESCOLAR Y MUNICIPAL

Herramientas psicológicas.



A, B, C de la diversidad sexual.



A black and white portrait of Albert Einstein, showing his characteristic wild, white hair and a mustache. He is looking directly at the camera with a slight smile. The background is dark.

"La mente que se abre
a una nueva idea
jamás vuelve a su tamaño original"

Albert Einstein

¡Muchas gracias !

Lic. Ashanti Ramirez Montes de Oca



Consideraciones para la reincorporación a la práctica deportiva (COVID 19)



Planeación de las actividades.

- Indicadores
- Ejemplo: Actividades al 30 % de su capacidad,
- Horarios reducidos tanto par actividades.
- Jornadas laborales reducidas.
- Rutas para desplazamiento de los usuarios. (sana distancia, señalética)
- Sistema de ventilación
- Sistema de vigilancia de posibles contagios
- Uso de Equipo de protección personal.



ROJO:

Ocupación mayor a 65%
O dos semanas de
incremento estable



NARANJA:

Ocupación menor a 65%
Y dos semanas de tendencia a
la baja



AMARILLO:

Ocupación menor a 50%
Y dos semanas de tendencia
a la baja



VERDE:

Ocupación menor a 50%
Al menos un mes con
ocupación baja estable



Semáforo epidemiológico

- Prioridad (salud).
- Para Usuarios, Empleados, Áreas Administrativas



Capacitación a todo el personal

- Externa o federal.
- Interna propia de la organización. (contexto, tamaño de la instalación, características de la instalación, número de usuarios, actividades ofrecidas, baños, vestidores.)



Clasificación de riesgo de contagio

- Edad
- Antecedentes médicos
- Estado de salud actual. (Situación de vulnerabilidad o no)



ELEMENTO 5 Tabla de Deportes bajo, medio y alto riesgo de contagio de Covid-19

Riesgo bajo	Riesgo medio	Riesgo alto
Atletismo	Buceo	Basquetbol
Bádminton	Dodgeball	Boxeo
Esgrima	Futbol soccer	Fisicoconstructivismo
E sport	Hockey sobre Pasto	Judo
Gimnasia artística	Polo acuático	Karate
Natación artística	Squash	Tai chi
Patinaje artístico	Futbol sala	Kendo
Patinaje sobre ruedas	Voleibol	Kung fu
Tenis de mesa		Lima lama
Tiro con arco		Lucha
Clavados		Roller derby
Natación		Taekwondo
		Apnea

propuesta por la que se dan a conocer lineamientos generales para la reincorporación a la activación física, ejercicio físico planificado, deporte de competición, amateur y aficionado en instalaciones públicas y privadas por la contingencia sanitaria (covid -19)

Clasificación deportiva de riesgo de contagio por frecuencia de

- **contacto.**
- Deportes individuales.
- Deportes de conjunto.



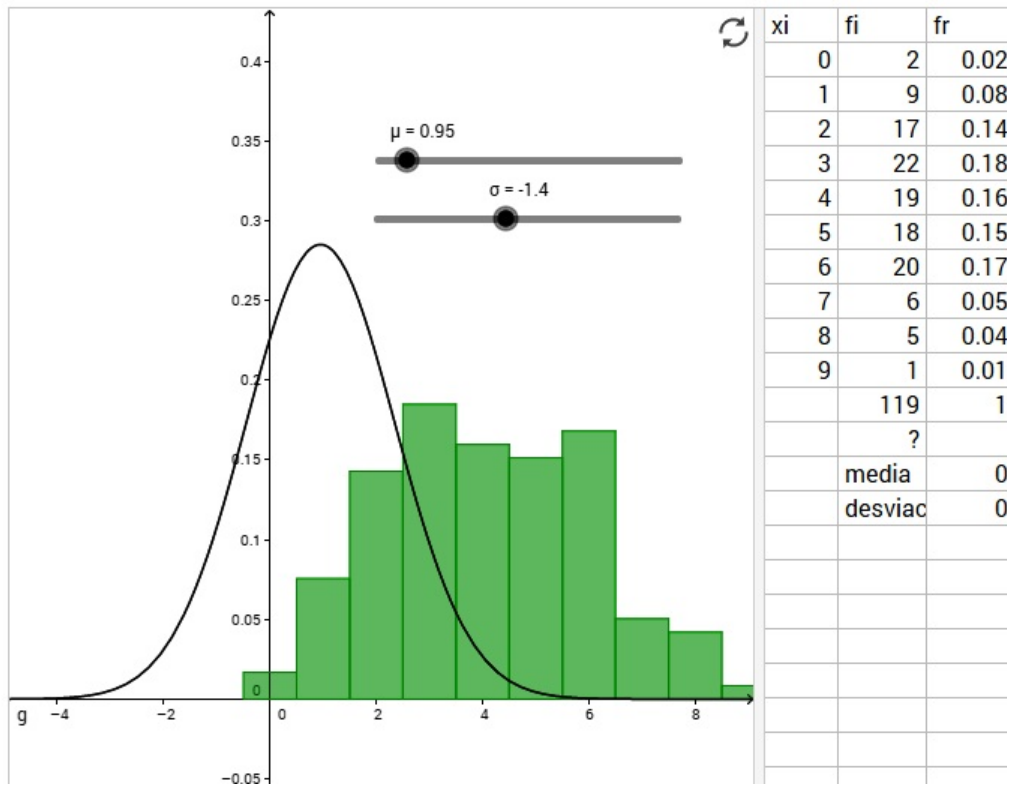
Medidas higiénicas

- Filtros de control
- Toma de temperatura.
- Gel antibacterial.
- Limpieza de calzado.
- Nivel de saturación de oxígeno.



Otros

- Número limitado de acompañantes.
- Eventos deportivos.
- Acceso a la información (plataformas formales, carteles)



Evaluación de la ejecución de las medidas.

- Estadística.
- Empleados con información adecuada.
- Contagiados dentro de la instalaciones.
- Número de usuarios.
- Quejas.

Muchas gracias

