

**SANTA TECLA DEPORTIVA
, DEPORTE PARA TOD@S
2010**

**DEPARTAMENTO DE RECREACION
Y DEPORTES**

JUSTIFICACION

- La práctica de la actividad física se remonta a los orígenes del hombre, y prevalece en la actualidad, sin embargo, hace muy poco tiempo, que nace un movimiento denominado **“Deporte para Todos”**, que promueve ésta práctica orientada a todos los niveles de condición física, como propuesta de solución al sedentarismo.
- Por esa razón, día a día los países promueven programas y proyectos de deporte para todos que contribuyan a la práctica de algún tipo de actividad física, enfatizando en el mejoramiento de la salud y de la calidad de vida de la población.
- Es una necesidad imperante estimular a la población para que practique algún tipo de actividad física, pero más importante es educar a la población para que sepa ¿qué hacer?, ¿dónde hacerlo?, ¿cómo hacerlo? y ¿por qué hacerlo? Y habilitar espacios donde las personas puedan realizar sus prácticas de ejercicios físicos y gozar de sus beneficios, sin tener que aferrarse a objetivos competitivos y mucho menos, someterse a rígidos entrenamientos
- Es así como nace el proyecto **“MUÉVETE TECLEÑ@”**, ESCUELAS DEPORTIVAS Y RUTA DEPORTIVA Y RECREATIVA ; tiene como ejes principales *promover la práctica de actividad física de una manera recreativa* para lograr un gran avance en la lucha contra las enfermedades provocadas por el sedentarismo, beneficiando a la población del Municipio y otros alrededores.

COBERTURA DE LA ACTIVIDAD

- Instalaciones de Complejo Deportivo El Cafetalón, Estadio Las Delicias, Parque Acuático El Cafetalón, Parque Ecológico Tecleño, Parque Extremo y Zonas Verdes de colonias del Municipio

OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD

- Contribuir al desarrollo, la diversificación y Masificación de los deportes en el Municipio; promoviendo la Participación y organización comunitaria a través del deporte y la recreación, con la inclusión de otros actores involucrados en el deporte
- Lograr que las diferentes instalaciones deportivas y recreativas cumplan con las condiciones adecuadas que garantice una mejor calidad de vida a la población
- Desarrollar las habilidades y destrezas de las niñas, niños, jóvenes en las diversas disciplinas deportivas contribuyendo a su formación integral
- Promover y coordinar actividades deportivas y recreativas con diferentes actores internos y externos que contribuyan a mejorar las condiciones de vida de la población

COMPONENTES

- SANTA TECLA MUEVETE
- RUTA DEPORTIVA Y RECREATIVA

OBJETIVOS SANTA TECLA MUEVETE

- Objetivo 1: Educar a los participantes sobre los beneficios de la práctica regular de actividades físicas en consonancia con una sana y adecuada alimentación
- Objetivo 2: Promover el cuidado de la salud de los participantes por medio de la práctica de la actividad física para prevenir enfermedades causadas por el sedentarismo
- Objetivo 3: Realizar una actividad física en la que se promuevan los valores familiares de amistad, solidaridad, cooperación y respeto con el medio ambiente
- Objetivo 4: Implementar actividades físicas divertidas que estimulen la participación masiva de los ciudadanos y ciudadanas teceleñas y otros lugares

VALORES SANTA TECLA MUEVETE

- Respeto por el medio ambiente
- Unidad Familiar, Amistad y Cooperación
- Cuidado por la salud
- Práctica de la actividad física

ACTIVIDADES SANTA TECLA MUEVETE

- Aeróbicos
- Fútbol Calle
- Baloncesto Calle
- Baile
- Juegos Tradicionales

OBJETIVOS RUTA DEPORTIVA Y RECREATIVA

- Promover la actividad física familiar
- Contribuir a la convivencia Ciudadana con la práctica deportiva
- Utilizar el espacio público para realizar actividades en beneficio de la salud de la población

ACTIVIDADES RUTA DEPORTIVA Y RECREATIVA

- Aeróbicos
- Caminata
- Chequeo en Salud
- Charlas sobre hábitos alimenticios e hidratación