

**FORMULACIÓN Y ESTRUCTURACIÓN DEL PROYECTO: PROMOCIÓN DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO DE PUPIALES,
BAJO LA METODOLOGÍA GENERAL AJUSTADA (MGA).**

Presentado por:

**VIVIANA ALEJANDRA CUAYAL
ELEANA MARCELA REINA
DAYANA YICELA PIARPUEZÁN**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y ADMINISTRATIVAS
PROGRAMA DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS
COMERCIO INTERNACIONAL Y MERCADEO
SAN JUAN DE PASTO
2016**

**FORMULACIÓN Y ESTRUCTURACIÓN DEL PROYECTO: PROMOCIÓN DE LA
ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS ADOLESCENTES DEL MUNICIPIO DE PUIPALES,
BAJO LA METODOLOGÍA GENERAL AJUSTADA (MGA).**

**Trabajo de Grado Presentado Como Requisito Para Optar al Título de
Administrador de Empresas y Profesional en Comercio Internacional y
Mercadeo.**

Presentado por:

**VIVIANA ALEJANDRA CUAYAL
ELEANA MARCELA REINA
DAYANA YICELA PIARPUEZÁN**

**UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE CIENCIAS ECONÓMICAS Y ADMINISTRATIVAS
PROGRAMA DE ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS
COMERCIO INTERNACIONAL Y MERCADEO
SAN JUAN DE PASTO
2016**

NOTA DE RESPONSABILIDAD

“Las ideas y conclusiones aportadas en el trabajo de grado, son responsabilidad exclusiva de los autores”

Artículo 1 del acuerdo N° 324 de Octubre 11 de 1966, emanado por el Honorable Consejo Directivo de la Universidad de Nariño.

NOTA DE ACEPTACIÓN:

Firma del Presidente del Jurado

Firma del Jurado

Firma del Jurado

AGRADECIMIENTOS

A Dios todo poderoso, por darnos las fuerzas para alcanzar tan anhelada meta, por darnos la oportunidad de llegar hasta esta etapa de nuestras vidas.

A nuestros padres, quienes día a día nos han brindado su cariño, comprensión y sobre todo ese apoyo incondicional, gracias por esos consejos y por confiar siempre en nosotros, por estar allí cuando más los necesitamos y darnos la fortaleza para seguir adelante.

A nuestros amigos y compañeros que desde el primer momento nos brindaron su valiosa amistad y confianza, por escucharnos y compartir experiencias vividas, por esas palabras de ánimo.

A la Universidad de Nariño y sus docentes, por compartir sus conocimientos y su espíritu de servicio que contribuyen al desarrollo y mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad.

Sabemos que la vida pasa, la gente cambia pero esos bellos recuerdos siempre permanecerán.

RESUMEN

La lógica actual en los procesos de selección de proyectos de inversión pública por parte del Estado exige el seguimiento y cuidadoso manejo de las metodologías que se está utilizando para este tipo de proyectos. A raíz de esto utilizaremos la Metodología General Ajustada (MGA) para el desarrollo del proyecto: Promoción de la actividad física en los adolescentes del Municipio de Pupiales.

Para la estructuración del proyecto, partiremos del análisis, recolección y generación de información, la cual nos permitirá identificar la población, el problema central, las necesidades, las causas y efectos, así como también poder determinar los objetivos y la mejor alternativa de solución. Además utilizaremos la Matriz de Marco Lógico, para expresar en forma clara y tipificada la información, con incorporación rigurosa de indicadores que faciliten el seguimiento y evaluación de resultados.

El presente documento ha sido preparado como resultado de identificar cierta problemática que prevalece en los adolescentes del Municipio de Pupiales, como es la falta de actividad Física, ya que ellos no dedican tiempo para realizar ejercicio, deporte, actividades recreativas, entre otras fomentando en ellos el sedentarismo y generando una mala calidad de vida.

Por ende se plantea una solución que contribuya al desarrollo integral del ser humano, es decir que se forme en valores, y crear conciencia de utilizar el tiempo libre adecuadamente, por medio de la Promoción de la actividad Física en los adolescentes de dicho municipio creando un impacto positivo para la vida, por medio de diferentes actividades que se programarán de acuerdo a los gustos y preferencias de dicha población.

El proyecto está elaborado bajo la Metodología General Ajustada (MGA) por lo cual se pretende que éste sea financiado por recursos del Sistema General de Regalías del país.

ABSTRACT

The current logic in the selection processes of public investment projects by the State requires the monitoring and careful management of the methodologies that are being used for this type of projects. As a result of this we will use the Adjusted General Methodology (MGA) for the development of the project: Promotion of physical activity in the adolescents of the Municipality of Pupiales.

For the structuring of the project, we will start with the analysis, collection and generation of information, which will allow us to identify the population, the central problem, needs, causes and effects, as well as to determine the objectives and the best alternative solution. In addition, we will use the Logical Framework Matrix to express clearly and typified the information, with rigorous incorporation of indicators that facilitate the monitoring and evaluation of results.

The present document has been prepared as a result of identifying a certain problem that prevails in the adolescents of the Municipality of Pupiales, as it is the lack of Physical activity, since they do not dedicate time to exercise, sport, recreational activities, among others fomenting in them The sedentarismo and generating a poor quality of life.

Therefore, a solution is proposed that contributes to the integral development of the human being, that is to say that it is formed in values, and create awareness of using free time properly, by means of the Promotion of the physical activity in the adolescents of said municipality creating a Positive impact for life, through different activities that will be programmed according to the tastes and preferences of that population.

The project is elaborated under the Adjusted General Methodology (MGA), which is intended to be financed by resources of the General System of Royalties of the country.

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	14
1. ASPECTOS GENERALES DEL PROYECTO.....	15
1.1 TEMA.....	15
1.2 TITULO	15
1.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
1.4 JUSTIFICACION	16
1.5 OBJETIVOS.....	17
1.5.1 Objetivo General.....	17
1.5.2 Objetivos específicos	17
1.6 ALCANCE DEL PROYECTO	17
1.7 PROCESO METODOLOGICO.....	17
1.7.1 Tipo de investigación.	17
1.7.2 Fuentes y técnicas de recolección de información.....	18
1.7.2.1 Fuentes Primaria.....	18
1.7.2.2 Fuentes Secundarias	18
1.7.3 Población y muestra.....	18
1.7.3.1 Población.	18
1.7.3.2 Muestra	18
2. MARCOS REFERENCIALES	20
2.1 MARCO CONTEXTUAL.....	20
2.2. MARCO TEORICO	20
2.2.1 Formulación y estructuración de proyectos.....	21
2.2.2 Actividad física.	23
2.2.2.1 Importancia de la actividad física.	23
2.2.2.2 Beneficios de la actividad física en la adolescencia.....	24

2.2.3	Practica de actividades recreativas y deportivas	25
2.2.3.1	Ayuda a relacionarse.	26
2.2.4	Abandono de las actividades físicas, deportivas y recreativas.	27
2.2.5	Sugerencias prácticas para promover la actividad física.	28
2.2.5.1	Implementación de Programas.	29
2.6	MARCO LEGAL	30
3.	CAPITULO I: IDENTIFICAR LA SITUACIÓN ACTUAL DE LA POBLACIÓN.	33
3.1	IDENTIFICACIÓN DE LA POBLACIÓN.	33
3.2	POBLACIÓN OBJETIVO	34
3.3	IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES.....	34
3.4	IDENTIFICACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA.....	35
3.5	MAGNITUD DEL PROBLEMA	35
4.	CAPITULO II: FORMULAR Y ESTRUCTURAR ARBOL DE PROBLEMAS Y OBJETIVOS.	36
4.1	IDENTIFICACIÓN DE PARTICIPANTES.....	36
4.2	MATRIZ DE ANALISIS DE INVOLUCRADOS.	37
4.2.1	Caracterización de las posiciones.....	38
4.2.2	Análisis de participantes.	38
4.3	ARBOL DE PROBLEMAS.....	39
4.3.1	Problema central.....	40
4.3.2	Causas que generan el problema.	40
4.3.3	Efectos generados por el problema	41
4.3.4	Efecto final.	41
4.4	ARBOL DE OBJETIVOS.....	42
4.4.1	Objetivo general.....	43
4.4.2	Objetivos específicos- o.e.	43

5.	CAPITULO III: CONSTRUCCIÓN DE MATRIZ DE MARCO LÓGICO (MML).....	44
6.	CAPITULO IV: ESTRUCTURAR EL PROYECTO EN LA FICHA MGA (METODOLOGÍA GENERAL AJUSTADA).....	45
7.	CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES METAS	71
	CONCLUSIONES	72
	RECOMENDACIONES	73
	BIBLIOGRAFÍA	74
	NETGRAFIA	75
	ANEXOS.....	77

LISTA DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Identificación de participantes.....	36
Tabla 2. Matriz de involucrados.	37
Tabla 3. Matriz de marco lógico.....	44
Tabla 4. Cronograma de Actividades.....	71

LISTA DE GRAFICAS

Pág.

Gráfica 1. Caracterización de las posiciones.	38
Gráfica 2. Árbol de problemas.	39
Gráfica 3. Árbol de Objetivos.	42

GLOSARIO

Proyecto Social: es aquel que tiene el objetivo de modificar las condiciones de vida de las personas. La intención es que el proyecto mejore la cotidianidad de la sociedad en su conjunto o, al menos, de los grupos sociales más desfavorecidos.

Inversión pública: es la utilización del dinero recaudado en impuestos, por parte de las entidades del gobierno, para reinvertirlo en beneficios dirigidos a la población que atiende, representada en diferentes obras.

MGA (Metodología General Ajustada): es una herramienta informática que ayuda de forma esquemática y modular el desarrollo de los procesos de identificación, preparación, evaluación y programación de los Proyectos de Inversión.

Identificación: Se analizan tres momentos: Situación actual, Situación esperada y alternativas de solución, que corresponde a la determinación de soluciones que realmente puedan ser llevadas a cabo y que al analizarlas una de ellas pueda ser seleccionada.

Preparación: Se realizan los estudios de cada una de las alternativas identificadas en el proceso anterior. Los estudios más comunes son: estudio legal, estudio de mercado, estudio técnico, estudio ambiental, estudio de riesgos y estudio financiero, entre otros

Operación: Momento en el cual se empieza a utilizar el bien o servicio obtenido en la etapa anterior y por tanto, se inicia la generación del beneficio. Esta etapa dura el tiempo que se estipuló en la etapa de pre inversión para alcanzar los objetivos del proyecto.

Evaluación: etapa que se realiza generalmente al final del horizonte de evaluación del proyecto para medir cómo este contribuye en largo plazo a la solución de las problemáticas percibidas en un sector determinado.

Costos: en un proyecto consiste en estimar los costos de los recursos necesarios (humanos y materiales) para completar las actividades del proyecto. En la aproximación de costos la persona que estima considera las posibles variaciones del estimado final con propósito de mejorar la administración del presupuesto del proyecto.

INTRODUCCIÓN

El presente proyecto busca definir claramente la formulación y estructura de proyectos de inversión pública bajo la Metodología General Ajustada (MGA), la cual es una aplicación informática que sigue un orden lógico, para el registro de la información más relevante, basada en la Metodología de Marco lógico MML, y en los principios de preparación y evaluación económica de proyectos.

Por medio de esta herramienta, se pretende realizar un ejemplo práctico y detallado del proceso general para la formulación de proyectos, el cual se titula de la siguiente manera: Promoción de la Actividad Física en los Adolescentes del Municipio de Pupiales, buscando contribuir a la solución de una problemática social de dicho municipio, teniendo en cuenta que la población más afectada son los adolescentes quienes hoy en día no realizan actividad física de ninguna clase, dando paso al sedentarismo, el cual es considerado como un grave peligro para la salud y el desarrollo integral del ser humano.

Esta conducta sedentaria representa no sólo la ausencia de actividad pues se refiere también a la participación en conductas físicas pasivas; donde los movimientos corporales son mínimos y el gasto de energía se aproxima a la de la tasa metabólica en reposo, fomentando la inactividad. Por otro lado haremos mención a la relevante necesidad de realizar actividad física y beneficios que se obtiene de está.

Considerando significativamente los beneficios de la actividad física, se pretende liderar un proyecto donde se logre promover estas actividades, para el empleo sano y productivo del tiempo libre de los adolescentes, el cual traerá consigo un beneficio social y con ello el mejoramiento de la calidad de vida de los mismos, promoción de la salud, elevación de la cultura y educación de los adolescentes apoyados por los factores de la comunidad.

1. ASPECTOS GENERALES DEL PROYECTO

1.1 TEMA

Formulación y Estructuración de proyectos de Inversión Pública en base a la ficha MGA.

1.2 TITULO

Formulación y Estructuración del proyecto: Promoción de la Actividad Física en los Adolescentes del Municipio Pupiales, Bajo la Metodología General Ajustada (MGA).

1.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Desde tiempo atrás, la actividad física y la práctica de deporte vienen desempeñando un papel relevante en el desarrollo físico de los niños, adolescentes y también en los adultos, ya sea como actividad física o para esparcir la mente, por cuanto, todas las actividades en ella contenidas, son apropiadas para fortalecer la salud y de esta manera contribuir significativamente al desarrollo pleno de la personalidad del individuo. Por lo tanto, la promoción de actividades físicas se constituye en un desafío para nuestra época, puesto que tiende a transformar entre otros aspectos, las condiciones sociales y culturales de cada individuo.

En el Municipio de Pupiales, se ha observado que la mayoría de adolescentes no realizan una actividad física adecuada, problemática que perjudica directamente a la población juvenil, tendencia que ha ido aumentando en los últimos años, sin tener en cuenta que son óptimas para el ser humano y aún más para los adolescentes, ya que en esta etapa de la vida ocurren una serie de cambios que en gran medida influyen en la vida adulta. No existe conciencia alguna de que un sistema de vida sedentario se traduce automáticamente en un deterioro de vida, no hay preocupación por hacer algún tipo de ejercicio, aun cuando se sabe que al realizarlo se gana enormes ventajas.

Los adolescentes de este Municipio, no presentan entusiasmo e interés por las actividades físicas, recreativas y deportivas, la mayoría de los adolescentes ocupan su tiempo libre en actividades que nos les genera beneficios para su desarrollo personal y social. Teniendo en cuenta los resultados de la observación directa y del cuestionario aplicado a los adolescentes del Municipio de Pupiales se pudo identificar claramente cuál es el problema y las necesidades que requieren una solución.

1.4 JUSTIFICACION

La actividad física, el deporte y la recreación hacen parte de la formación integral del ser humano, ya que contribuyen a su bienestar en los ámbitos físico, psíquico y social, por tal motivo, su promoción y fomento son de vital importancia en una comunidad. A partir de esta información surge nuestro tema de investigación, enfocándonos en la población adolescente del Municipio de Pupiales.

Para ello desarrollaremos un proyecto que requiere de inversión pública, por lo tanto, es necesario ampliar y actualizar los conocimientos sobre la metodología que actualmente está utilizando el estado para este tipo de proyectos.

El desarrollo del proyecto: Promoción de la actividad física en los adolescentes del Municipio de Pupiales, será formulado y estructurado bajo la herramienta; Metodología General Ajustada, donde nos permitirá identificar la problemática y las necesidades de esta comunidad y así poder brindar la mejor alternativa de solución y garantizar el uso eficiente de los recursos estatales.

En este sentido y como integrantes de una sociedad queremos que prime el bienestar de esta zona objeto de estudio y creemos que la actividad física es la mejor forma de lograr la atención de los adolescentes, ya que la misma se vincula a la formación, participación, esparcimiento y diversión de los mismos.

A ello le sumamos el apoyo de la Secretaria de Cultura Deporte y Recreación, mediante decreto N°. 059 del 29 de Julio de 2012, que fue creada con el objetivo de generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación, fomento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento de tiempo libre.

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 Objetivo General. Formular y Estructurar el proyecto: Promoción de la Actividad Física en los Adolescentes del Municipio de Pupiales, bajo la Metodología General Ajustada (MGA).

1.5.2 Objetivos específicos

1. Identificar la Situación Actual de la Población.
2. Formular y Estructurar Árbol de Problemas y Objetivos.
3. Construcción de Matriz de Marco Lógico (MML)
4. Estructurar el Proyecto en la Ficha MGA (Metodología General Ajustada).

1.6 ALCANCE DEL PROYECTO

Mediante la ejecución de este proyecto, se pretende lograr acorto plazo la promoción de actividad física en los adolescentes del Municipio de Pupiales, favoreciendo el uso adecuado del tiempo libre y generando una mayor integración social. Además se pretende obtener un alto porcentaje de participación en las diferentes actividades programadas; todo con el fin de contribuir al desarrollo integral de cada individuo mediante y a una calidad de vida saludable. Con el óptimo resultado de este proyecto se busca generar un impacto positivo en la comunidad y por consiguiente en las comunidades aledañas.

1.7 PROCESO METODOLOGICO

1.7.1 Tipo de investigación. Para llevar a cabo esta investigación se tomó como referencia el libro Metodología de la Investigación, donde se identificó el tipo de estudio que se va a realizar que es de tipo cualitativo, puesto que la investigación conlleva a prácticas interpretativas que lo transforman y convierten en una serie de representaciones en forma de observaciones, anotaciones, cuestionario y documentos. En este caso para la presente investigación formularemos programas que promuevan la actividad recreativa y deportiva en los adolescentes del Municipio de Pupiales, en donde finalmente se logre cumplir a cabalidad los objetivos propuestos.

1.7.2 Fuentes y técnicas de recolección de información

1.7.2.1 Fuentes Primarias. Para llevar a cabo la investigación sobre la propuesta de Promocionar la Actividad Física en los adolescentes del municipio de Pupiales, se llevará a cabo un modelo de cuestionario directamente a la población beneficiaria, que en este caso son los adolescentes, por medio de los cuales se conocerá las causas y consecuencias del problema.

1.7.2.2 Fuentes Secundarias. Para la presente investigación se utilizara material bibliográfico como libros revistas, la web, tesis, periódicos y medios de comunicación regional, entre otros que nos servirá de apoyo para llevar acabo nuestra investigación.

1.7.3 Población y muestra

1.7.3.1 Población. La población que se tendrá en cuenta para la investigación son 2.945 adolescentes del municipio de Pupiales, quienes representan el 15,2% de la población.

1.7.3.2 Muestra. Para el presente proyecto de investigación se tomará como muestra de referencia a los adolescentes del Municipio de Pupiales. La aplicación de la encuesta para el segmento de mercado que se ha determinado como mercado potencial son los adolescentes del Municipio de Pupiales. La fórmula para conocer el número de encuesta a realizar será la siguiente, donde se utiliza un nivel de confianza del 95% y un error del 5%:

Dónde:

$$n = \frac{(N * Z^2 * (p * q))}{(e^2 * (N - 1) + Z^2 * (P * q))}$$

n: Tamaño de la muestra

N: Es el tamaño de la población o universo (número total de posibles encuestados).

e: Es el error muestra deseado.

p: Proporción de individuos que poseen en la población la característica de estudio.

q: Proporción de individuos que no poseen esa característica.

Remplazando:

$$\begin{aligned} N &= \left(\frac{(2945 * 1.96^2 * (0.5 * 0.5))}{(0.05^2 * (2945 - 1) + 1.96^2 * (0.5 * 0.5))} \right) \\ &= \frac{2828,38}{8,3204} \\ &= \mathbf{339} \approx \mathbf{340} \end{aligned}$$

Se aplicarán **340** encuestas a los adolescentes del Municipio de Pupiales.

2. MARCOS REFERENCIALES

2.1 MARCO CONTEXTUAL

Pupiales fue fundado el 29 de enero de 1536 por Sebastián de Belalcázar, en un caserío de una tribu de los pastos, en 1734 fue levantado como Parroquia y en 1871 se declaró como distrito municipal y se definieron sus límites. Pupiales es un Municipio ubicado al sur del Departamento de Nariño, se encuentra sobre la cordillera de los Andes a 10 Km. de la frontera con la Republica del Ecuador. Este Municipio es conocido como “La Cuna del Pensamiento”, debido a la cultura de su gente, ya que ha sido la cuna de grandes escritores e investigadores. El municipio de Pupiales está conformado por: 10 barrios, 29 veredas, y el Corregimiento de José María Hernández¹. Sus límites son:

Al Norte: con los Municipios de Guachucal, Iles y Sapúyes.

Al Sur: con los Municipios de Ipiales y Aldana.

Al Oriente: con los Municipios de Gualmatan e Ipiales.

Al occidente: con el Municipio de Aldana.

En el Municipio habitan 19480 personas entre hombres y mujeres; es una comunidad altruista, trabajadora, honesta y emprendedora; quienes comparten en su diario vivir las costumbres y tradiciones heredadas de sus ancestros, desde tiempos inmemorables. Social y culturalmente, es una tierra importante y promisoría, de un avasallante poderío intelectual, social, político y religioso, de sus entrañas han surgido numerosas y destacadas personalidades en los más diversos ámbitos de la ciencia, el saber y el trabajo, que son el orgullo y la vanguardia de aquella tierra que un día los vio nacer².

2.2. MARCO TEORICO

La MGA facilita el registro del análisis de la problemática a la que responde la iniciativa de inversión, refleja o incluye los principales estudios y análisis realizados para soportar su factibilidad, y apoya el proceso de toma de decisiones al mostrar los resultados de la evaluación económica. Además, contribuye en la programación de los productos a entregar, las actividades a desarrollar y las fuentes de financiación necesarias para cubrir los costos totales del proyecto.

¹ Web oficial. Alcaldía de Pupiales, Pupiales, Disponible en: www.pupiales@narino.gov.co/alcaldia@pupiales-narino.gov.co, Consultado el 12 de Mayo de 2016

² TAPIA BENAVIDES, Alvaro. Pupiales “Cuna del Pensamiento”, Primera edición 2015. (P.7)

La MGA facilita el registro del análisis de la problemática a la que responde la iniciativa de inversión, refleja o incluye los principales estudios y análisis realizados para soportar su factibilidad, y apoya el proceso de toma de decisiones al mostrar los resultados de la evaluación económica. Además, contribuye en la programación de los productos a entregar, las actividades a desarrollar y las fuentes de financiación necesarias para cubrir los costos totales del proyecto.

La principal tarea del adolescente, hombre o mujer, es la búsqueda de identidad. Como explorador de un mundo inmenso y desconocido, el adolescente prueba nuevos comportamientos y posibilidades. Con la orientación adecuada, desarrolla las habilidades que necesita para llegar a ser un adulto responsable y respetuoso de los demás. El desarrollo de actividades físicas o deporte organizado proporcionan al adolescente la oportunidad de expresarse, un aspecto esencial del proceso de descubrimiento. La razón es que esas actividades ayudan a desarrollar habilidades de comunicación, negociación y liderazgo.

2.2.1 Formulación y estructuración de proyectos. El proceso de formulación y estructuración de proyectos: Es dinámico, por tal razón, la información contenida en la MGA web permite actualizaciones.

No sigue de manera lineal una secuencia estricta como sí lo hace la MGA web, por eso es importante tener toda la información del proyecto previo a su registro en la herramienta.

Provee información adicional a la requerida para el diligenciamiento de la herramienta, ya que solamente se registra lo mínimo requerido. La información adicional deberá adjuntarse en archivos soporte.

La calidad de la formulación de un proyecto, independientemente de su fase (perfil, pre factibilidad o factibilidad), no se encuentra en el uso del aplicativo MGA web, sino que está directamente relacionada con la confiabilidad de la información que se registre en ella, previamente recolectada y analizada.

Atendiendo lo anterior, es importante garantizar la integralidad de todas las partes que conforman el proyecto, no solo de la información registrada en la MGA, sino también de los soportes que lo acompañan.

El inicio de un trabajo de grado de investigación (en la modalidad de proyecto de grado) exige que se tengan en cuenta conceptos varios de investigación. En primera medida el proyecto de grado es un requisito académico que por su importancia en la culminación de los estudios profesionales, implican el conocimiento sistemático de realidades propias de cada ciencia; en nuestro caso concreto la economía, la administración, y la contaduría. Por otro lado la calidad de la investigación depende en buena medida del ajuste que se logre en los resultados de procedimientos reconocidos como válidos en el conocimiento científico.

El Contexto de la Formulación y Evaluación de Proyectos: El aumento de la producción de bienes y servicios que contribuyan a mejorar el bienestar de la población, es un reto constante que tienen planteado los gobernantes de todos los países, en especial los de los países en desarrollo. Este hecho determina un problema básico de asignación de recursos limitados a tratar de satisfacer las necesidades de los diferentes sectores de dichos países, con el objetivo de fomentar su crecimiento, eliminar la pobreza y redistribuir equitativamente el ingreso.

El uso preferente de recursos económicos (recursos escasos o limitados) hacia un determinado sector, va en detrimento del desarrollo de otros sectores y por otra parte son ampliamente conocidas, las interrelaciones que existen entre los diferentes sectores de la economía, que requieren del fortalecimiento de uno ó varios de dichos sectores como requisitos indispensables para impulsar el crecimiento de otros. La formulación de proyectos económicos, es un método que ayuda a decidir hacia cuáles de los sectores en pugna y en qué cantidad, deben ser asignados los recursos limitados, en una forma conveniente a los objetivos señalados en los párrafos iniciales.

Los estudios de preinversión además de ser una herramienta de gran utilidad en la decisión de ejecutar un proyecto, constituyen una valiosa ayuda para identificar y promover proyectos en otros sectores de la economía. Los estudios económicos además de ser requeridos por Organismos Oficiales, también son utilizados por Inversionistas del Sector Privado, sobre los cuales descansa parte importante, de la responsabilidad de promover el desarrollo de proyectos de inversión. En estos casos, los estudios económicos son auspiciados y realizados por sectores empresariales, tomando en consideración el marco global definido por el Estado a través de sus normativas generales y sectoriales.

Para los inversionistas del sector privado los estudios económicos son una herramienta esencial que les permite jerarquizar las oportunidades de inversión en diferentes proyectos, en términos del rendimiento que generarán y del riesgo que involucra cada proyecto. Este ordenamiento les posibilita establecer un nivel máximo admisible de riesgo y seleccionar los proyectos de mayor rendimiento con un riesgo menor o igual al máximo admisible.

2.2.2 Actividad física. La actividad física se entiende como una actividad metódica, es decir, que implica que todos los órganos del cuerpo se pongan en movimiento, fortaleciendo los músculos, los huesos y revitalizan el sistema circulatorio. Muchas de esas actividades físicas son tan simples como caminar, bailar o usar su bicicleta. En ellas, la compañía de otra persona como amigos, familiares, etc. puede ser de magnífica ayuda para mantener el propósito y alcanzar el objetivo³.

El colegio Americano y la Medicina Deportiva (2000), van más allá, desarrollando los beneficios de orden físico y psicológico que nos proporcionan la práctica saludable de actividad física regular, concluyendo que desde el nivel fisiológico se influye positivamente en la salud mental, la calidad de vida, la reducción del estrés, las alteraciones el estado de ánimo, la disminución de la ansiedad y depresión, mejora del auto concepto incremento en el autoestima. En definitiva, la práctica deportiva moderada y bien dirigida es un medio excelente para mantener una vida sana.

2.2.2.1 Importancia de la actividad física. La actividad física y la práctica de deportes son vida y salud. Es por esto, que la ejecución de dichas actividades en la adolescencia es de suma importancia para la formación física, mental, emocional y social del menor. Unos programas y actividades bien organizadas y asesoradas con un entrenador le permitirán realizar un trabajo corporal correcto, en el que ejercite la resistencia, la fuerza muscular y la flexibilidad.

³ CASTILLO, E. (2006) Hábitos de Practica de Actividad Física y Estilo de Vida Saludable del Alumnado de la Universidad de Huelva. Tesis Doctoral Huelva, España.

Además, un joven que realice ciertas actividades físicas tendrá menos problemas de salud en su futuro adulto⁴. Es por esto que desde la infancia debe tener una adecuada educación física, fomentada desde el colegio y apoyada en casa. Esto le trae grandes beneficios para el desarrollo del cuerpo y la personalidad del joven, le ayuda a la estabilidad emocional, las buenas relaciones personales y repercute en todos los planos psíquicos y emocionales, contribuyendo a una mayor sensación de bienestar y optimismo. Cuando los adolescentes se dedican a estas actividades aprenden a ser más disciplinados y constantes. Asimismo, son más competitivos, disfrutan las victorias y aceptan las derrotas. Respecto a sus relaciones sociales, los adolescentes aprenden a trabajar en equipo y a respetar al otro. Así que un consejo para usted que está en la adolescencia, marque como prioridad dedicarle unas horas semanales a las actividades físicas, recreativas o deportivas⁵. Antes de hablar de qué actividades elegir, motivar la práctica es fundamental, ya que está influida por diversos factores como los personales y los situacionales. En este aspecto es primordial el comportamiento de los padres y el entrenador, ya que son quienes más influyen en momento. Sin embargo es el joven quien debe elegir lo que más le guste, en esta elección se debe mirar las preferencias, el carácter y la aptitud física.

2.2.2.2 Beneficios de la actividad física en la adolescencia. La práctica de ejercicio regular contribuye a instaurar estilos de vida más saludables y a reducir o eliminar factores de riesgo asociados al sedentarismo. (Dishman, y cols., 1985). Los beneficios que nos produce la actividad física a nivel general pueden clasificarse en 3 bloques: a nivel fisiológico, psicológico y social.

A nivel fisiológico, la actividad física produce una serie de adaptaciones en nuestro cuerpo:

- Reduce el riesgo de padecer enfermedades: enfermedades cardiovasculares cáncer de colon y mama etc.
- Ayuda a controlar el sobrepeso y la obesidad.
- Aumenta el índice de mineralización ósea, con lo cual se produce un fortalecimiento a nivel del tejido óseo.
- Acondicionamiento/desarrollo muscular.

⁴ SANCHES, Bañuelos, (1996). La actividad física orientada hacia la salud. Biblioteca Nueva. Madrid.

⁵ BING, Biblioteca Virtual, Importancia de Deporte, Disponible en: <http://adolescentes.about.com/deportes/importancia.htm>, (Consultado el 22 de Agosto de 2016)

- Mejora del aparato cardiovascular, respiratorio y muscular, tras la consecución de un buen estado de forma tras el desarrollo de las cualidades “saludables”: Fuerza General, resistencia aeróbica y amplitud de movimiento.

A nivel psicológico, se producen las siguientes mejoras:

- Mejora el estado de ánimo y la autoestima.
- Reduce el riesgo de depresión, ansiedad y estrés (esto a nivel normal, sin meternos en el alto rendimiento deportivo, donde se dan bastantes situaciones de estrés, ansiedad, etc., todo provocado por la competición).

Como mejorar a nivel social podemos nombrar las siguientes:

- Aumenta la autonomía y la integración social.
- Fomenta la sociabilidad.

Previene el consumo de drogas:

- Los adolescentes que practican un deporte presentan bajos índices de consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias como drogas.
- La práctica de ejercicio regular contribuye a instaurar estilos de vida más saludables y a reducir o eliminar factores de riesgo asociados al sedentarismo.

2.2.3 Practica de actividades recreativas y deportivas. El deporte y la diversión garantizan el derecho de todos los niños y adolescentes a jugar. Todos los niños tienen derecho a un comienzo saludable; a una educación. Y todos los adolescentes tienen derecho a poder convertirse en ciudadanos responsables y comprometidos⁶. La práctica regular de deportes y juegos desde la primera infancia y durante la adolescencia es esencial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social. La participación en actividades deportivas puede fortalecer la salud de la infancia, mejorar el rendimiento escolar y contribuir a reducir el nivel de delincuencia.

⁶ Web oficial, Unicef, Educación, Disponible en: www.unicef.org/spanish, (Consultado el 22 de Agosto de 2016)

Mediante el deporte, la recreación y el juego, los niños y los adolescentes de ambos sexos aprenden a pensar críticamente y a emplear su criterio para solucionar problemas. Esas actividades promueven el sentido de la amistad, la solidaridad y el juego limpio. También enseñan autodisciplina y respeto por los demás, fortalecen la autoconfianza, propician el liderazgo y desarrollan habilidades de afrontamiento y la capacidad de trabajar en equipo. No menos importante, el deporte, la recreación y el juego enseñan a los niños a hacer frente a las dificultades, y los preparan para asumir papeles de liderazgo y convertirse en individuos responsables y útiles a su comunidad⁷.

Practicar alguna actividad física de manera habitual es crucial para el desarrollo físico, mental, psicológico y social. Los buenos hábitos se adquieren temprano en la vida: según diversas investigaciones, los menores que hacen ejercicio tienen más probabilidades de mantenerse activos físicamente cuando son adultos.

2.2.3.1 Ayuda a relacionarse. Mientras que los adultos encuentran en la recreación una vía para controlar su peso y una forma de mantener una vida saludable, para menores y adolescentes el deporte y otras actividades en equipo puede ser un modo de socialización e integración. Practicado de forma sana, el deporte facilita las relaciones humanas en un contexto lúdico y permite aumentar la autoestima y la seguridad en uno mismo. Ante esto, la cultura recreativa y deportiva es el espacio privilegiado para estrechar vínculos de solidaridad y compromiso entre las personas, para combatir la discriminación y para promover la integración social.

Por otro lado también es necesario que la sociedad reconozca los derechos de todas las personas a la integración, que cree los espacios para ese ejercicio, y que establezca reglas que permitan que todos puedan realmente participar en forma equitativa. El conjunto de valores, actitudes, comportamientos y normas compartidas que generan sentimiento de pertenencia a una colectividad constituyen una cultura ciudadana y por lo tanto una adecuada integración. Al realizar actividades recreativas y deportivas se genera una interacción entre lo individual y lo colectivo, lo personal y lo comunitario. Y la cultura es el espacio donde nos encontramos y nos reconocemos, es lo que otorga sentido a nuestros hábitos y es la herramienta fundamental para lograr un equilibrio físico, emocional y psicológico y de esta manera promover un desarrollo integral en el individuo⁸.

⁷ Biblioteca Virtual, Bing, Adolescentes Y Deporte, Disponible en: [http://adolescentes.about.com/deporte/beneficios del deporte para los adolescentes](http://adolescentes.about.com/deporte/beneficios%20del%20deporte%20para%20los%20adolescentes).(Consultado el 22 de Agosto de 2016).

⁸ GARCIA, Fernando M. 1991. Aspectos sociales del deporte, una reflexión sociológica. Madrid, Alianza Editorial.

2.2.4 Abandono de las actividades físicas, deportivas y recreativas. Uno de los mayores problemas con los que nos encontramos es el sedentarismo y el abandono de las prácticas deportivas en la adolescencia, sea temporal o definitivo; esta situación se ha convertido en una de las grandes preocupaciones de la sociedad en la que vivimos. Sociedad que, para combatir dicho problema, demanda la práctica de actividad físico-deportiva como hábito saludable.

Para Puig (1996) el abandono de la actividad física y deportiva entre los jóvenes es un acontecimiento complejo, en el que puede darse la circunstancia que un niño deje de practicar temporalmente o cambie de actividad física a practicar, lo cual no puede ser considerado como abandono global. Puede ocurrir que los jóvenes tengan diversas opciones de ocupar su tiempo libre, por lo que dejar el deporte no es necesariamente el resultado de una falta de motivación hacia el deporte, sino el interés, también probablemente transitorio, por otra actividad, sin que la relación con el mundo del deporte haya sido conflictiva⁹.

Nuviala (2004) relacionó el modelo deportivo escolar y el abandono. Si el modelo organizativo se orienta únicamente hacia la competición y hacia una sola modalidad deportiva, donde el fin principal es la victoria, hecho que exige a los participantes un elevado coste físico y psicológico, esto derivará en una situación de frustración para un gran número de los que comienzan, produciendo un abandono prematuro de la actividad físico deportiva. Por el contrario, una mayor satisfacción del alumnado con su práctica, relacionada con la complacencia personal en diversos ámbitos que se da en el modelo formativo, conlleva un menor porcentaje de abandono.

Entre las razones expuestas por Boixadós y otros (1998) para el abandono deportivo, distinguen, por un lado, el énfasis competitivo de los campeonatos, tanto por parte del programa, como por parte de los entrenadores¹⁰. Por otro lado, de forma más reciente, se han argumentado razones como la competencia percibida, orientaciones de meta y respuestas de estrés, como motivos del mismo entre los jóvenes. Podemos suponer que estas nuevas argumentaciones sobre el abandono deportivo están ligadas con el itinerario competitivo.

⁹ PUIG, N. (1996). *Joves i esport*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.

¹⁰ BOIXADOS, M. y Otros. "Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar". En *Revista de Psicología del Deporte*, 1998; Vol. 7, 2, 295-310.

2.2.5 Sugerencias prácticas para promover la actividad física. La actividad física mejora la salud de toda persona, pero toma una vital importancia en determinados grupos de edad. Los niños y adolescentes son un buen ejemplo, ya que será más fácil mantener unos buenos hábitos si se inician ya en la infancia, así como también les ayudará a crecer mejor y más sanos. Además, la práctica física puede contribuir a su relación con otros niños o jóvenes y se convierte en una gran forma de hacer amigos. Pero a veces no resulta fácil que los más pequeños practiquen algún deporte o hagan ejercicio, debido a los hábitos sedentarios de la sociedad actual. Se deben mejorar los niveles de actividad física y de condición física de la infancia y la adolescencia y para ello todas las personas adultas de nuestra sociedad son responsables de incluir la actividad física en sus rutinas diarias. Algunos consejos sobre cómo fomentar la actividad física en la infancia y adolescencia¹¹.

Estas recomendaciones son válidas para todos los niños y jóvenes independientemente de su sexo, raza, origen étnico o nivel de ingresos. Si es usted padre, tutor, entrenador, monitor de actividad o de campamento, administrador escolar, supervisor de ocio o de deportes de la comunidad, profesional de la salud o una persona que se preocupa por la salud de los niños y adolescentes, a continuación reseñamos algunas sugerencias prácticas que le serán de utilidad¹². Todos podemos:

- Defender la existencia de lugares adecuados, seguros y bien situados para que niños, niñas y adolescentes jueguen y participen en programas de actividad física.
- Ejercer una influencia sobre los administradores escolares y los miembros del consejo escolar para que respalden la actividad física diaria y otros programas escolares que promuevan la actividad física durante toda la vida, y no sólo los deportes de competición.
- Asesorar a los niños y adolescentes sobre cómo y por qué deben ser físicamente activos.
- Conocer cuáles son los deseos de los adolescentes en relación con los programas de actividad física y ayudarles a elegir las actividades adecuadas a través de la combinación de diferentes tipos de actividad física.
- Proporcionar un buen ejemplo a través de la propia actividad física y apoyarles en todo momento.

¹¹ SWENEY, A.B.; CATTELL, R.B.; y DRUG, S.E. (1990) Test de motivaciones en adolescentes SMAT. TEA Ediciones, S.A. Madrid.

¹² ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Estrategia mundial sobre la dieta, la actividad recreativa y la salud. 2003 OMS.

Delgado y Torres (1998) indican que para la actividad física sea atractiva para el alumno debe tener una serie de características e implicaciones didácticas, entre las que destacan:

- Debe ser lúdica, saludable y significativa;
- Debe permitir su autonomía y conseguir funcionalidad futura;
- Debe aprovechar y recuperar espacios no utilizados y evitar la infrautilización de los existentes;
- Debe permitir horarios flexibles; y debe acoger la interdisciplinariedad con otros profesionales.

2.2.5.1 Implementación de Programas. Se trata de promover una campaña de actividades físicas y deportivas que por su variedad, atractivo, divertimento y cercanía logre la participación de los jóvenes, permitiendo que ésta pueda ser individual, con los amigos y en familia. Así mismo, el programa de actividades, aunque dirigido a todos, debe conseguir que no se abandone la práctica del ejercicio físico, disminuyendo el sedentarismo tan frecuente a estas edades.

Los programas contarán con una oferta recreativa-deportiva en la que se encuentren una serie de actividades que sean del agrado de la población investigada, pues estas están encaminadas a satisfacer la amplia diversidad de intereses existentes. Resulta de vital importancia el apoyo que pueden brindar los organismos e instituciones de la comunidad, así como la interacción entre estos, pues el éxito de la implementación de los programas depende en gran medida de ello.

Con esta implementación se busca erradicar todo un grupo de deficiencias que se presentan en el desarrollo de las actividades deportivas-recreativas en la comunidad y lograr su fomento, para de esta forma lograr una mayor participación e incorporación de adolescentes a las actividades que para ellos se organizan. Para la creación de los mismos, se tendrá en cuenta en gran medida el diagnóstico que se realizara a los miembros de la comunidad, lo que obligará a proponer un amplio y variado programa de actividades deportivas y recreativas. El proyecto debe permitir en el diseño su retroalimentación y modificación por los mismos protagonistas de las actividades: los jóvenes. Así, en su desarrollo se deben habilitar canales de participación de estos para que sean ellos mismos los que puedan valorar, proponer y modificar los programas de actividades. Para ello se habilitarán dos instrumentos; el primero elaboración de cuestionarios de satisfacción de las actividades que realicen, y el segundo consistirá en facilitarles ventanas de participación a través de medios informáticos.

Para que el programa sea viable necesita lograr engranar la participación complementaria del Ayuntamiento, las Asociaciones de Vecinos, los Centros de Salud, Los padres de familia, los Centros Docentes, algunos clubes deportivos, Protección Civil y Cruz Roja. Es por ello que en la elaboración, desarrollo y evaluación del programa debe haber representación de cada una de estas entidades. El ámbito territorial preferencial para el desarrollo de las actividades que conforman el presente programa será en las instalaciones deportivas existentes, así como en las salas de usos múltiples de los distintos Centros Sociales.

Programa de actividades:

En el programa se contemplan cinco tipos o modalidades de actividades diferentes.

En todas ellas hemos procurado cumplir las siguientes premisas:

- a) Que en su desarrollo sean divertidas.
- b) Que sean atractivas para todos, pero especialmente para las mujeres jóvenes.
- c) Que las actividades sean muy variadas y con una duración máxima mensual.
- d) Que no exijan un nivel de habilidad y destreza alto.
- e) Promover la máxima participación procurando un máximo de cinco jugadores por equipo, así como poner en marcha por parejas.
- f) Que no se haga necesaria la presencia de jueces y/o árbitros.
- g) Que las actividades que lo requieran dispongan de calendario.
- h) Que casi todas las actividades se desarrollen en el ámbito geográfico del barrio.

2.6 MARCO LEGAL

Ley 1530 de 17 de Mayo de 2012: "Por la cual se regula la organización y el funcionamiento del sistema general de regalías"

ACUERDO 0015 DEL 17 DE JULIO DE 2013: Por el cual se establecen los lineamientos para la formulación, presentación, verificación, viabilización, priorización y aprobación de los programas y proyectos de inversión de ciencia tecnología e innovación a ser financiados con recursos del sistema general de regalías.

ACUERDO 0016 DE 17 DE JULIO DE 2013: Por el cual se fija la política de inversión de recursos del fondo de ciencia tecnología e innovación del Sistema general de regalías.

LEY 181 DE 1995, Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento de tiempo libre y la educación física y se crea el sistema nacional del deporte. (Nota: Modificada en lo pertinente por la Ley 344 de 1996 artículo 44). El Congreso de Colombia, DECRETA:

ART. 1°—Los objetivos generales de la presente ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas las personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad..

ART. 3° Para garantizar el acceso del individuo y de la comunidad al conocimiento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, el Estado tendrá en cuenta los siguientes objetivos rectores:

Objetivos generales y rectores de la ley

1. Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo general en todos sus niveles.

5 .Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.

DECRETO 2771 DE 2008 (julio 30): Por el cual se crea la Comisión Nacional Intersectorial para la coordinación y orientación superior del fomento, desarrollo y medición de impacto de la actividad física. EL PRESIDENTE DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA, en ejercicio de sus facultades constitucionales y legales, en especial la conferida por el numeral 11 del artículo 189 de la Constitución Política, y el artículo 45 de la Ley 489 de 1998, y

CONSIDERANDO: Que de conformidad con el artículo 49 de la Constitución Política, corresponde al Estado garantizar a todas las personas el acceso a los servicios de promoción, protección y recuperación de la salud;

Que el artículo 52 de la Carta Política, establece que el ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano;

Que la Ley 1122 de 2007, estableció en sus artículos 32 y 33 que la salud pública está constituida por el conjunto de políticas que buscan garantizar de una manera integrada, la salud de la población por medio de acciones de salubridad dirigidas tanto de manera individual como colectiva, ya que sus resultados se constituyen en indicadores de las condiciones de vida, bienestar y desarrollo del país;

Que la Ley 1083 de 2006, establece normas sobre planeación urbana sostenible, dispone criterios que se deben adoptar por los municipios y distritos en los planes de ordenamiento territorial en relación con la movilización en modos alternativos de transporte;

Que la Ley General de la Cultura, Ley 397 de 1997, señala diferentes alternativas para promover la práctica de la actividad física, en la medida que múltiples expresiones culturales están basadas en el movimiento;

Que la Ley 181 de 1995, en su artículo 3°, numeral 5, dispone como uno de los objetivos del Estado para garantizar el acceso de las personas a la práctica del deporte y la recreación, fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social;

Que la Ley 115 de 1994, Ley General de Educación, reconoce a la educación física, la recreación y la utilización adecuada del tiempo libre, como uno de los fines de la educación colombiana, y establece su carácter de proyecto pedagógico transversal obligatorio del currículo en la educación preescolar, básica y media; Que el incremento del sedentarismo es un serio problema de salud pública que afecta la calidad de vida de los individuos, especialmente a los niños y adolescentes, el cual debe ser abordado por el sector de la salud y los demás sectores involucrados de manera integral, por lo que se hace necesario a través del Instituto Colombiano del Deporte, Coldeportes, coordinar las políticas nacionales y locales para promover la actividad física, involucrando la participación de los sectores señalados en el presente decreto, a fin de darle un carácter intersectorial que favorezca el papel de las alianzas y la organización social, y que contribuya a reducir los alarmantes y crecientes niveles de sedentarismo, así como a disminuir un porcentaje del incremento de la morbilidad por enfermedad cardiovascular en la población colombiana, mediante la creación de un programa nacional de actividad física.

3. CAPITULO I: IDENTIFICAR LA SITUACIÓN ACTUAL DE LA POBLACIÓN.

3.1 IDENTIFICACIÓN DE LA POBLACIÓN.

Se ha seleccionado esta población debido a que en los últimos tiempos se ha observado un incremento del sedentarismo, acción que está ligada a los actos delictivos que preocupa y perjudica altamente a la población civil, puesto que existe formación de grupos que dedican su tiempo libre a realizar diferentes clases de actos que van en contra de la sociedad.

El proyecto se desarrollara en El Municipio de Pupiales, seleccionamos esta comunidad debido a la prevalencia de inactividad por parte de los adolescentes y al inadecuado uso que se le da al tiempo libre. Nos enfocaremos únicamente en los adolescentes, ya que estos representa uno de los mayores grupos poblacionales y se encuentran en una etapa de formación y evolución de la personalidad, además en esta etapa de la vida ocurren una serie de cambios que en gran medida influyen en la vida adulta, por lo que se necesita una verdadera orientación específica tanto de la familia como de personal idóneo en el tema, por ser una etapa difícil de llevar. También tuvimos en cuenta unos factores importantes que determinaron la localización de nuestro proyecto como son:

- Cercanía a la población objetivo.
- Aspectos administrativos y políticos.
- Disponibilidad de servicios públicos domiciliarios.
- Comunicaciones.
- Cercanía a fuentes de abastecimiento.
- Disponibilidad y costos de mano de obra.
- Medios y costos de transporte.

El Municipio tiene una población aproximada de 19.480 habitantes que corresponden al 1,08% del total del Departamento de Nariño; de los cuales 5.266 están ubicados en el sector urbano y 14.214 en el sector rural, de ellos 9.828 son mujeres que corresponden al 50,45% y 9.652 son hombres que corresponden al 49,55%, Según proyección del DANE (2015).

3.2 POBLACIÓN OBJETIVO

La población objetivo para la estructuración de la Metodología General Ajustada, son los adolescentes del Municipio de Pupiales, quienes representan un gran porcentaje de la población y quienes hoy en día necesitan de mayor cuidado debido a que ellos se encuentran inmersos de los factores externos que no son utilizados con la responsabilidad que éstos requieren, dando paso al sedentarismo, mal aprovechamiento del tiempo libre; causas que afectan la formación integral del ser humano. Por tal motivo, la promoción y fomento de actividades físicas, son del interés de los entes departamentales y municipales quienes con su apoyo permitirán el desarrollo, estimulación y uso de estilos de vida saludables.

La población objeto de estudio son los adolescentes del Municipio de Pupiales, específicamente las personas que estén dentro de la edad requerida entre los 10 y 19 años. Entonces el total de adolescentes son 2945 individuos, de ellos 1503 son hombres y 1442 son mujeres. Equivalente al 15.12% del total de la población del Municipio.

3.3 IDENTIFICACIÓN DE NECESIDADES

En el Municipio se cuenta con varios escenarios recreativos y deportivos, pero que no tiene bien definidas sus áreas para el desarrollo de las diferentes disciplinas y que ahora está abandonado por su deterioro; esto por la débil e insuficiente gestión, tanto de Juntas de Acción Comunal como Autoridades municipales. Consideramos que esta puede ser una de las razones por lo que la actividad física y el deporte se están dejando en un segundo plano, ya que los adolescentes no tienen acceso a escenarios apropiados y a la falta de personal especializado en el tema. Para ello se requiere de la remodelación y mejoramiento de los diferentes escenarios y así ofrecer un ambiente sano, seguro y confortable para la práctica de las diferentes actividades.

Además es necesario motivar a los adolescentes a realizar actividad física y evitar su abandono mediante la elaboración de nuevos programas que sean del agrado de la población investigada, es decir que se tenga en cuenta sus gustos y preferencias. Por otro lado se necesita una verdadera orientación específica tanto de la familia como de personal idóneo en el tema. La aplicación de dichas estrategias motivadoras que serán acordes a la edad, por ser una etapa difícil de llevar.

Es por ello que la comunidad requiere en primera instancia el mejoramiento y adecuación de los escenarios diferentes escenarios deportivos públicos, rurales y urbanos, para la práctica de actividades físicas, poder contar con apoyo de personal idóneo para los procesos de formación deportiva en las diferentes disciplinas, también contar con implementos deportivos para las diferentes disciplinas y así incrementar la motivación y participación de los adolescentes, una buena gestión de recursos que promuevan e incentiven el deporte, y excluir espacios de inseguridad y proliferación de actividades ilícitas (consumo de sustancias psicoactivas) en escenarios deportivos en condiciones de abandono.

3.4 IDENTIFICACIÓN DE LA PROBLEMÁTICA

Se ha descubierto que la mayoría de adolescentes dedican varias horas a actividades de ocio sedentarias, como mirar la televisión, navegar por internet, chatear con sus amigos, jugar en la computadora o hablar por el celular. Estamos en la era de las comunicaciones y es muy beneficioso que los adolescentes estén conectados con ese mundo, pero si a esas horas les sumamos las que pasan en la escuela y las que dedican a hacer otras labores en el hogar, el resultado es un exceso de actividad sedentaria.

Se observa que los adolescentes del Municipio de Pupiales realizan actividades pasivas, es decir que no tienen movimiento y eso no es beneficioso para ellos, lo que está generando el incremento de problemas de salud y dando lugar al mal aprovechamiento del tiempo libre. Además hay presencia de hábitos perjudiciales como consumo de sustancias psicoactivas (fumar, alcohol, drogas) y delincuencia juvenil, afectando así directamente la calidad de vida y la integración social.

3.5 MAGNITUD DEL PROBLEMA

Actualmente la Inactividad física se presenta en la mayoría de la población adolescentes del Municipio de Pupiales, además el municipio cuenta con 25 escenarios deportivos en la zona rural y 2 polideportivos en el área urbana, de los cuales 16 se encuentran abandonados por su deterioro y necesitan ser remodelados. En el plan de desarrollo existen dos programas relacionados con el deporte y la recreación.

4. CAPITULO II: FORMULAR Y ESTRUCTURAR ARBOL DE PROBLEMAS Y OBJETIVOS.

4.1 IDENTIFICACIÓN DE PARTICIPANTES

Tabla 1. Identificación de participantes.

PARTICIPANTES	CONTRIBUCION
<p>Actor: DEPARTAMENTAL Entidad: Gobernación de Nariño Posición: Cooperante Intereses: Promover, fortalecer y masificar la participación de todos los sectores poblacionales en los programas deportivos, recreativos y de actividad física en el Departamento de Nariño.</p>	<p>APOYAR EL DESARROLLO DEL PROYECTO CON CALIDAD TECNICA Y FINANCIERA.</p>
<p>Actor: MUNICIPAL Entidad: Alcaldía de Pupiales Posición: Cooperante Intereses: Fomentar el bienestar personal y social, estimulando el desarrollo de actitudes positivas en los niños y población en general del Municipio.</p>	<p>ASIGNAR RECURSOS PARA REMODELACION DE INFRAESTRUCTURA E IMPLEMENTACION DE PROGRAMAS. ASISTENCIA TECNICA.</p>
<p>Actor: OTRO Entidad: Adolescentes del Municipio de Pupiales. Posición: Beneficiarios. Intereses: Contar con espacios abiertos al público, que ofrezcan un ambiente atractivo, seguro y confortable para realizar actividades en el tiempo libre y compartir con sus amigos.</p>	<p>UTLIZAR ADECUADAMENTE LOS ESCENARIOS Y PARTICIPAR EN LOS PROGRAMAS.</p>
<p>Actor: OTRO Entidad: Locales de internet y video juegos. Posición: Perjudicado Intereses: Ofrecer diferentes programas y juegos para atraer nuevos usuarios y así obtener mayores ingresos.</p>	<p>UTLIZAR ALTERNATIVAS QUE MOTIVEN A LA PRACTICA DE ACTIVIDAD FISICA.</p>
<p>Actor: OTRO Entidad: Algunos padres de familia Posición: Oponente Intereses: Mantener a sus hijos en el hogar, allí están más seguros y no quieren exponerlos a influencias perjudiciales que ofrece el entorno.</p>	<p>ORIENTAR A LOS ADOLESCENTES A CREAR HABITOS SALUDABLES.</p>

Fuente: Está Investigación.

4.2 MATRIZ DE ANALISIS DE INVOLUCRADOS.

Tabla 2. Matriz de involucrados.

Clasificación		Grupos	Intereses	posición	Poder	Intensi dad	Factor
Los que se oponen	OP1	Algunos padres de familia	- Mantener a sus hijos en el hogar, allí están más seguros y no quieren exponerlos a influencias perjudiciales que ofrece el entorno.	-	3	2	6
	OP2	Propietarios de internet y videojuegos.	Ofrecer diferentes programas y juegos para atraer nuevos usuarios y así obtener mayores ingresos.	-	2	4	8
Los que apoyan	AF1	Departamento de Nariño	- Promover, fortalecer y masificar la participación de todos los sectores poblacionales en los programas deportivos, recreativos y de actividad física en el Departamento de Nariño.	+	5	5	25
	AF2	Municipio de Pupiales	- Fomentar el bienestar personal y social, estimulando el desarrollo de actitudes positivas en los niños y población en general del Municipio.	+	5	5	25
	AF3	Adolescentes.	- Contar con espacios abiertos al público, que ofrezcan un ambiente atractivo, seguro y confortable para realizar actividades en el tiempo libre y compartir con sus amigos.	+	2	3	6

Fuente: Esta Investigación.

4.2.1 Caracterización de las posiciones.

Gráfica 1. Caracterización de las posiciones.

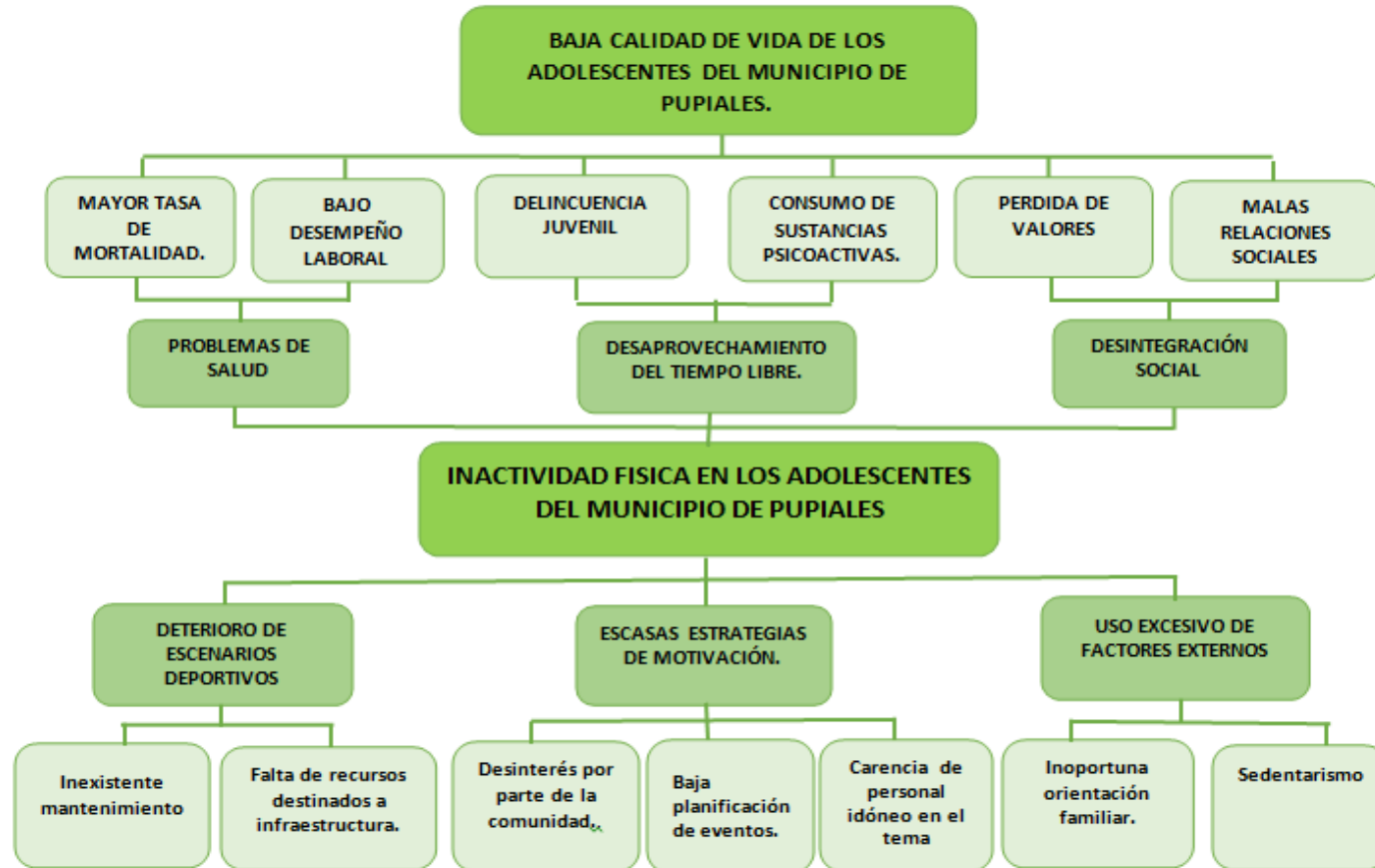


Fuente: Está Investigación.

4.2.2 Análisis de participantes. A través de la ejecución del proyecto los participantes buscan el bienestar y la prosperidad de todos, para ello se gestionara recursos y aunaran esfuerzos para que el proyecto se lleve a cabo de acuerdo a lo programado. Además los beneficiarios y la comunidad en general contribuirán en actividades que requieran de su mano de obra. Además se velará por una eficiente administración de recursos y por el cumplimiento del proyecto como tal.

4.3 ARBOL DE PROBLEMAS.

Gráfica 2. Árbol de problemas.



Fuente: Esta Investigación.

4.3.1 Problema central

➤ Inactividad Física en los adolescentes del municipio de Pupiales.

4.3.2 Causas que generan el problema.

1. Deterioro de escenarios: se ha generado al hecho que algunas personas no dan buen uso a los implementos existentes y nadie se encarga de preservarlos, dichos espacios no están en condiciones dignas, lo que ha ocasionado su abandono. La comunidad no es consciente de que es un espacio asignado para su beneficio, propicio para la convivencia social y que por tal razón se debe dar buen uso. El deterioro se debe a:

1.1 La inexistencia de mantenimiento, nadie se preocupa por mantener unos espacios adecuados y acogedores, estos se llenan de maleza ocasionando un ambiente inseguro y una mala presentación.

1.2 Escasa gestión de recursos por parte de autoridades locales, para la contratación de personal para la preservación y cuidado de los espacios.

2. Escasas estrategias de motivación: las actividades tradicionales dejan de tener sentido para los adolescentes, los programas no son atractivos y poco divertidos, lo que ha disminuido notablemente la participación. Actualmente, en el municipio se programa actividades competitivas, más no para recrearse o esparcir la mente lo que ocasiona desinterés y alejamiento por parte de los adolescentes.

2.1 Desinterés de la comunidad, la población cada vez tiende a depender mucho de otros factores, y no muestra importancia en realizar actividad física.

2.2. Baja planificación de eventos, se presenta por el desinterés de la comunidad y los pocos incentivos para los participantes, no hay una mutua colaboración.

2.3 Carencia de personal idóneo en el tema, no existe una persona que los guíe, los instruya y los forme correctamente.

3. Uso excesivo de factores externos: los intereses cambian con la edad, es por eso que los adolescentes de hoy en día se ven atraídos por nuevas formas de ocupar el tiempo libre, como chatear en el celular, juegos ex box, mayor tiempo en internet, televisión, etc. Muchas de esas nuevas formas son actividades pasivas, es decir que requieren de poco movimiento y esfuerzo para realizarlas, lo que genera estilos de vida poco saludables. Se cree el uso excesivo se dan a causa de:

1.7 Escasa orientación e influencia por parte de los padres, actualmente los padres no ejercen influencia sobre cómo y porque deben ser físicamente activos, no existe un apoyo para motivarlos a la actividad física.

1.8 Sedentarismo, debido a la oferta de motivaciones externas que ofrece la sociedad actual.

4.3.3 Efectos generados por el problema

1. Problemas de salud: los adolescentes no están logrando un desarrollo integral óptimo, en algunos está ocasionando algún tipo de desequilibrio que puede ser físico, emocional o psicológico, presencia de enfermedades cardiovasculares e incremento de peso corporal (obesidad), además de un bajo desarrollo locomotor (huesos, músculos, articulaciones). Por consiguiente:

1.1 Hay un bajo desempeño laboral, los malestares y la poca energía impide trabajar eficientemente incumpliendo con las responsabilidades y compromisos.

1.2 Mayor tasa de Mortalidad, la presencia de algunas enfermedades han provocado la muerte de adolescentes.

2. Uso inadecuado del tiempo libre: la carencia de planes y proyectos de vida en los adolescentes han permitido la influencia de agentes socializantes, que a su vez repercuten en las toma de decisiones y es probable que realice malas elecciones. Vivimos en una sociedad donde la falta de oportunidades han permitido que los adolescentes caigan con facilidad en hábitos perjudiciales que ofrece el entorno.

2.1 Delincuencia juvenil, la presencia de conflictos familiares, sociales y económicos, afectan la población adolescente muchas veces convirtiéndolos en víctimas de la discriminación social, excluidos de las decisiones importantes y considerados incapaces de adaptarse al medio social, toman la delincuencia como alternativa de sobrevivencia.

2.2 Consumo de sustancias psicoactivas, los adolescentes de hoy en día no saben enfrentar los problemas que se les presenta, no buscan una salida sino que se refugian en el alcohol, el tabaco y en las drogas, como alternativa de escapar y calmar sus frustraciones.

3. Desintegración social: La inactividad ha permitido que la sociedad fomente un excesivo individualismo, la marginación, la exclusión social y una baja interacción colectiva. Escasamente se brinda al individuo un tipo de vida en comunidad donde se pueda compartir e intercambiar experiencias. En esta comunidad el trabajo en equipo es deficiente ya que prima los intereses personales más no los comunitarios.

3.1 Pérdida de valores, incrementa la indisciplina, no hay respeto hacia los demás, hay escasa comunicación lo que genera desconfianza y baja autoestima en el individuo.

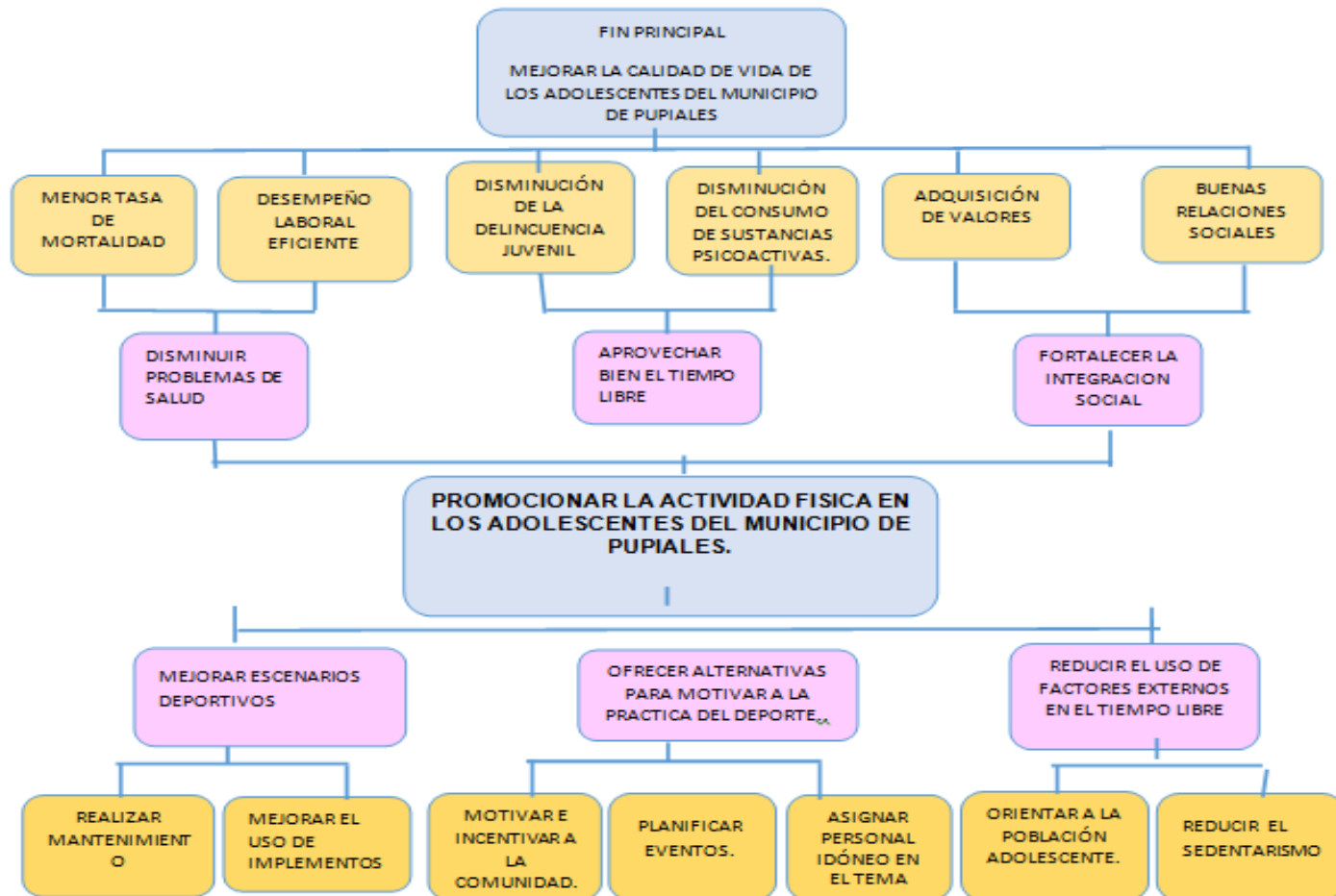
3.2 Malas relaciones personales, se genera conflictos ya que el individuo no sabe controlar sus impulsos y no sabe interactuar con lo demás.

4.3.4 Efecto final.

➤ Baja calidad de vida en los adolescentes del municipio de Pupiales.

4.4 ARBOL DE OBJETIVOS.

Gráfica 3. Árbol de Objetivos.



Fuente: Esta Investigación.

4.4.1 Objetivo general. Promover la actividad física en los adolescentes del Municipio de Pupiales para generar estilos de vida saludable.

4.4.2 Objetivos específicos- o.e.

O.E 1. Mejoramiento de los escenarios deportivos. Descripción: el objetivo pretende, mediante un diagnóstico detallado identificar la situación actual de los escenarios deportivos para realizar el respectivo mejoramiento.

O.E 2. Ofrecer alternativas para motivar a la práctica de actividades físicas. Descripción: el objetivo pretende motivar a los adolescentes a que practiquen actividades físicas, ofreciéndoles alternativas, es decir que ellos encuentren la forma de hacer deporte, escoger libremente según sus gustos, de tal manera que se sientan bien con lo que hacen

O.E.3 Capacitación para reducir el uso excesivo de otros factores en el tiempo libre. Descripción: el objetivo pretende disminuir el uso excesivo de factores externos en el tiempo libre, como la televisión, el uso de internet, el uso de teléfonos móviles, entre otros mediante el acompañamiento de profesionales expertos en el tema.

5. CAPITULO III: CONSTRUCCIÓN DE MATRIZ DE MARCO LÓGICO (MML)

Tabla 3. Matriz de marco lógico

	Objetivo	Indicador	Medios de Verificación	Supuestos
FIN	Contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los adolescentes del Municipio de Pupiales	Número de programas que contribuyan al mejoramiento de la calidad de vida de los adolescentes.	- Informe de programaciones recreativas del Municipio de Pupiales.	Se genera un impacto positivo en la comunidad y se contribuye al mejoramiento de la calidad de vida de los Adolescentes.
Componente 1: Promover el bienestar físico de los adolescentes.	Promover la actividad física en los adolescentes del Municipio de Pupiales para generar estilos de vida saludable.	Número de adolescentes vinculados en actividades recreativas y deportivas / Número total de adolescentes del municipio.	- Informe de actividades programadas. - Control de seguimiento del Instituto Pupialeño de la Cultura, el Deporte y la Recreación.	Se logra un alto nivel de participación en las actividades programadas, generando un adecuado aprovechamiento de tiempo libre y una mayor integración social.
Componente 2: Mejorar los escenarios deportivos.	Mejoramiento de los escenarios deportivos.	Porcentaje % de escenarios a mejorar.	Informe del estado actual de los escenarios deportivos.	Se tiene acceso a espacios seguros y confortables para realizar actividades físicas.
Componente 3: Ofrecer alternativas para motivar a la práctica de actividades físicas.	Ofrecer alternativas para motivar a la práctica de actividades físicas.	Número de alternativas implementadas.	Programación de las alternativas.	Los adolescentes se acogen a las alternativas ofrecidas
Componente 4: Capacitación para reducir el uso excesivo de otros factores externos en el tiempo libre.	Capacitación para reducir el uso excesivo de otros factores externos en el tiempo libre.	Número de capacitaciones programadas.	- Registro de capacitaciones. - Cronograma de Actividades.	Se capacita en temas de distinta índole y se reduce el uso excesivo de factores externos.
Actividades componente: 1. Mejoramiento de los escenarios deportivos.				
Actividad 1.1	Diagnóstico de la situación actual de los escenarios.	Número de escenarios en deterioro / Número de escenarios totales.	- Informe de resultados del diagnóstico.	Las áreas de los escenarios se encuentran definidas y acondicionadas para su buen funcionamiento.
Actividad 1.2	Estructurar diseños y presupuesto.	-Número de diseños programados. - Porcentaje del presupuesto asignado.	- Informe final de diseños. - Informe financiero.	Se implementan los diseños acordes al presupuesto establecido.
Actividad 1.3	Contratación de personal para el mejoramiento y mantenimiento de los escenarios.	- Número de personal contratado/ Número de escenarios a mejorar..	- Hojas de vida. - Contratos laborales.	Se realiza contratación para el mejoramiento y mantenimiento de los escenarios deportivos.
Actividades componente: 2. Ofrecer alternativas para motivar a la práctica de actividades físicas.				
Actividad 2.1	Determinar gustos y preferencias de actividades.	- Número de personas que prefieren deportes en equipo. - Número de personas que prefieren deportes individuales. -Número de personas que prefieren actividades de destreza.	- Formato de encuesta aplicado. - Entrevistas	Se conoce los gustos y preferencias de los adolescentes y se adoptan en las alternativas..
Actividad 2.2	Creación de estrategias a implementar.	Número de estrategias creadas / Número de estrategias proyectadas.	-Cronograma de estrategias. - Encuesta - observación	Los adolescentes se acogen a las estrategias y se implementan alternativas para motivar a la práctica del deporte.
Actividad 2.3	Contratación de profesional especializado.	- Número de profesionales especializados en distintas áreas / Mayor cantidad de profesionales especializados por área.	1. - Hojas de Vida. 2. - 3. - Contratos laborales.	Se contrata personal profesional idóneo que instruya de manera adecuada.
Actividades componente: 3 Capacitación para reducir el uso excesivo de otros factores externos en el tiempo libre.				
Actividad 3.1	Definir temas con profesionales especializados	Número de temas de mayor preferencia / Número total de temas.	-Informe de temas definidos. -Encuesta - Banco de temas	Se definen los temas a tratar con los profesionales para ser socializados a los adolescentes.
Actividad 3.2	Preparación de temas a exponer.	Número de temas expuestos.	Informe de supervisión. -Registro de talleres	Se exponen los temas de diferente índole a la población.
Actividad 3.3	Taller: Importancia de la Práctica de Actividad Física.	Número de talleres dictados/ Numero de talleres programados.	- Registro de asistencia a talleres.	Se instruye sobre las buenas prácticas de realizar actividad física.
Actividad 3.4	Conferencia : Uso Inadecuado de las TIC'S	Numero de conferencias realizadas/ Número de conferencias programadas.	-Informe de conferencias. -Registro de asistentes.	De dictan conferencias programadas en cuanto al mal uso de las Tic 's.
Actividad 3.5	Foro: Consumo de Sustancias Psicoactivas en Adolescentes.	Número de foros expuestos / Número de foros planificados.	-Registro de participantes	Se debate el tema de Consumo de Sustancias Psicoactivas y se profundiza en el tema para mejorar los estilos de vida.
Actividad 3.6	Encuentro de Jóvenes: Experiencias de vida Formativas para el Desarrollo Integral del Ser Humano.	-Número de encuentros realizados / Número de encuentros programados.	- Informe de encuentros realizados. - Registro de participantes.	Las experiencias de vida hacen un gran aporte al proyecto de vida de los adolescentes.

Fuente: Está Investigación.

6. CAPITULO IV: ESTRUCTURAR EL PROYECTO EN LA FICHA MGA (METODOLOGÍA GENERAL AJUSTADA).

Metodología General de Formulación

Proyecto

Mejoramiento Escenarios deportivos Pupiales, Nariño, Occidente



Código BPIN:

Impreso el 15 de noviembre de 2016

Datos del Formulador

Tipo de documento:	Cedula de Ciudadania	No. Documento:	1086102617
Nombres:	ELEANA MARCELA	Apellidos:	REINA ACOSTA
Cargo:	Estudiante		
Telefonos:	3148102739		
Entidad:	UNIVERSIDAD DE NARIÑO		
E-mail:	marccareina04@yahoo.es		

Módulo de identificación del problema o necesidad

1. Contribución a la política pública

Plan del PND

(2010-2014) Prosperidad para Todos

Programa del PND

21703. Infraestructura para la actividad física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre

Indicador de seguimiento al PND

Deporte y Recreación Numero de escenarios deportivos recuperados

Unidad de medida

Escenarios

Meta

4500

Plan de Desarrollo Departamental o Sectorial

Nariño Corazón del Mundo (2016 - 2019)

Programa del Plan desarrollo Departamental o Sectorial

0007 Deporte, Recreación y Actividad Física.

Plan de Desarrollo Distrital o Municipal

Todos por un Pupiales Mejor (2016 -2019)

Programa del Plan desarrollo Distrital o Municipal

Deporte para Todos.

--

Módulo de identificación del problema o necesidad

2. Identificación y descripción del problema

Problema Central

Inactividad física en los adolescentes del Municipio de Pupiales.

Descripción de la situación existente

los adolescente del municipio de Pupiales no presentan mayor interés por el deporte y la recreación ya que dedican su tiempo libre a distintas actividades que no generan ningún beneficio para su desarrollo personal y social, lo cual genera un incremento en problemas de salud y dando lugar al mal aprovechamiento del tiempo libre, afectando la integración social, todo esto perjudica la calidad de vida de los individuos.

Magnitud actual

los adolescentes del municipio de Pupiales, presentan un alto índice de delincuencia juvenil.

Módulo de identificación del problema o necesidad

2.1 Identificación y descripción del problema

Causas que generan el problema

Tipo: Directa

1.DETERIORO DE ESCENARIOS DEPORTIVOS.

2.INOPORTUNAS ESTRATEGIAS DE MOTIVACIÓN.

3.USO EXCESIVO DE FACTORES EXTERNOS.

Tipo: indirecta

1.1 - Inexistente mantenimiento.

1.2 - Escasa gestión de recursos destinados a infraestructura.

2.1 - Desinterés por parte de la comunidad.
2.2 - Baja planificación de eventos.
2.3 - Falta de personal idóneo en el tema.
3.1 Escasa orientación e influencia por parte de los padres.
3.2 Sedentarismo.
Efectos generados por el problema
Tipo: Directo
1. PROBLEMAS DE SALUD.
2. DESAPROVECHAMIENTO DEL TIEMPO LIBRE.
3. DESINTEGRACIÓN SOCIAL.
Tipo: Indirecto
1.1 - Mayor tasa de mortalidad.
1.2 - Bajo desempeño laboral.
2.1 - Mayor delincuencia Juvenil.
2.2 - Consumo de sustancias psicoactivas.
3.1 - Pérdida de valores.
3.2 - Malas relaciones sociales.

Módulo de identificación del problema o necesidad					
3. Análisis de participantes					
Participantes					
Actor	Entidad	Posición	Tipo de contribución	Otro participante	Experiencia Previa

Departamental	Nariño	Cooperante	TECNICA, HUMANA Y FINANCIERA.		Contribuir al Desarrollo Humano, la convivencia y paz en el departamento de Nariño para garantizar el derecho al deporte, la recreación y la actividad física como derechos fundamentales, con criterios de equidad e inclusión en el marco de las políticas sociales del país.
Municipal	Pupiales	Cooperante	TECNICA Y FINANCIERA.		Apoyar proyectos para generar y brindar a la comunidad oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación, fomento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre.
Otro		Beneficiario	PARTICIPACION EN LOS DIFERENTES PROGRAMAS.	Adolescentes del Municipio de Pupiales.	Acoger y participar en los programas, colaborar y poner en práctica los conocimientos adquiridos.
Otro		Oponente	ORIENTACION A MANTENER BUENOS HABITOS.	Algunos padres de familia.	Ofrecer lo mejor para sus hijos, orientarlos para su bienestar y seguridad. No quieren exponerlos a influencias perjudiciales que ofrece el entorno.
Otro		Perjudicado	COLABORAR CON LA COMUNIDAD	Propietarios de Internet y Videojuegos.	Colaborar con avisos, carteleras y publicidad, en cuanto a mensajes que favorezcan al bienestar de la comunidad en general.

Concertación entre los participantes

A través de la ejecución del proyecto los participantes buscan el bienestar y la prosperidad de todos, para ello se gestionara recursos y aunaran esfuerzos para que el proyecto se lleve a cabo de acuerdo a lo programado. Además los beneficiarios y la comunidad en general contribuirán en actividades que requieran de su mano de obra. Además se velará por una eficiente administración de recursos y por el cumplimiento del proyecto como tal.

Módulo de identificación del problema o necesidad

4. Población afectada y objetivo del problema

Personas Afectadas

Número de personas Afectadas

19480

Fuente de información

DANE

Región	Departamento	Municipio	Centro poblado	Resguardo	Específica
--------	--------------	-----------	----------------	-----------	------------

Occidente	Nariño	Pupiales	Cabecera Municipal		Pupiales ubicado al sur del Departamento de Nariño, a 10 Km. de la frontera con la República del Ecuador. Sus límites son: Al Norte: con los Municipios de Guachucal, Iles y Sapúyes. Al Sur: con los Municipios de Ipiales y Aidana. Al Oriente: con los Municipios de Gualmatan e Ipiales. Al occidente: con el Municipio de Aidana.
-----------	--------	----------	--------------------	--	--

Personas Objetivo

Número de personas Objetivo

2945

Fuente de información

DANE

Región	Departamento	Municipio	Centro poblado	Resguardo	Específica
Occidente	Nariño	Pupiales	Cabecera Municipal		Pupiales ubicado al sur del Departamento de Nariño, a 10 Km. de la frontera con la República del Ecuador. Los escenarios están ubicados en 15 veredas y 1 en el casco urbano.

Módulo de identificación del problema o necesidad

4.1 Población afectada y objetivo del problema

Características demográficas de la población

Clasificación	Detalle	Numero de Personas	Fuente de Información
Género	Hombre	1503	DANE
Género	Mujer	1442	DANE
Edad (años)	0 - 6	0	
Edad (años)	7 - 14	960	DANE
Edad (años)	15 - 17	1340	DANE
Edad (años)	18 - 26	643	DANE
Edad (años)	27 - 59	0	
Edad (años)	60 en adelante	0	
Grupos Étnicos	Indígenas	0	
Grupos Étnicos	Afrocolombianos	0	
Grupos Étnicos	ROM	0	
Población Vulnerable	Desplazados	0	
Población Vulnerable	Discapacitados	0	
Población Vulnerable	Pobres Extremos	0	

Módulo de identificación del problema o necesidad

5. Objetivo - Propósito

Objetivo General - Propósito

Promover la actividad física en los adolescentes del Municipio de Pupiales para generar estilos de vida saludables.

Indicadores que miden el objetivo general

Nombre del Indicador	Unidad de Medida	Meta
2945 adolescentes beneficiarios del proyecto.	Porcentaje	19450

Objetivo Especificos

Mejorar los escenarios deportivos.
Ofrecer alternativas para motivar a la actividad física.
Reducir el uso de factores externos.
Realizar Mantenimiento.
Gestionar Recursos destinados a infraestructura.
Motivar e incentivar a la Comunidad.
Planificar Eventos.
Contratar personal idóneo en el tema.
Orientar a la Población Adolescente.
Reducir el Sedentarismo.

Módulo de identificación del problema o necesidad

5. Alternativas de solución

Alternativa	Se evaluó con la MGA
Promoción de la actividad física en los adolescentes.	Si

Evaluación Realizada

Costo Eficiencia y costo mínimo	NO
Beneficio costo y Costo Eficiencia y costo mínimo	SI



Módulo de Preparación de la alternativa de solución

1. Descripción de la alternativa

Alternativa

Promoción de la actividad física en los adolescentes.

Año inicio: 2017

Año final: 2019

Descripción de la alternativa

En el municipio de Púlpates se mejorará y adecuará los escenarios deportivos, mediante actividades lúdicas y recreativas, con dotación de implementos deportivos, capacitaciones, foros y encuentros juveniles, diseños de infraestructura, acompañados de personal profesional para el cumplimiento de los programas planeados.

Módulo de Preparación de la alternativa de solución

2. Estudio de mercado

Detalle para estudio: ofrecer espacios para la práctica del deporte.

Bien o Servicio	Unidad de medida	Descripción	Año inicial histórico	Año final histórico	Año final proyección
ofrecer espacios para la práctica del deporte.	Unidad	los espacios seran mejorados y adecuados.	2015	2019	2019

Año	Oferta	Demanda	Déficit
2015	500,00	2.945,00	-2.445,00
2016	500,00	2.945,00	-2.445,00
2017	1.500,00	2.945,00	-1.445,00
2018	2.500,00	2.945,00	-445,00
2019	2.945,00	2.945,00	0,00

Módulo de Preparación de la alternativa de solución

3. Capacidad y beneficiarios

Alternativa:

Promoción de la actividad física en los adolescentes.

3.1 Capacidad Generada

Satisfacción a toda la población adolescente.

Unidad de medida Total Capacidad generada

Número 2945

3.2 Beneficiarios

Número de beneficiarios:

2.945

Módulo de Preparación de la alternativa de solución

4. Localización

Alternativa

Promoción de la actividad física en los adolescentes.

Geográficamente

Región	Departamento	Municipio	Centro - Poblado	Localización	Resguardo
Occidente	Nariño	Pupiales	Gabecora Municipal	VEREDAS: Espino Alto, Chitaquez, Pusialquez, Chiras Mirador, Casafina, Placun, Miraflores, El Guaillo, San Marcos, Imbula Grande, El Cristal, Calpután, San Juan Chiquito, La Concordia y Cuisa. BARRIO: La Unión.	

Factores que determinan la localización

Aspectos administrativos y políticos

Cercanía a la población objetivo

Cercanía de fuentes de abastecimiento

Disponibilidad de servicios públicos domiciliarios (Agua, energía y otros)

Disponibilidad y costo de mano de obra

Medios y costos de transporte

Módulo de Preparación de la alternativa de solución

5 - Estudio Ambiental

Alternativa

Promoción de la actividad física en los adolescentes.

Estudios requeridos

Estudio	Se requiere
Licencia Ambiental	NO
Diagnóstico ambiental	NO
Plan de manejo ambiental	NO
Otros permisos ambientales	NO

Módulo de Preparación de la alternativa de solución

6 - Análisis de Riesgos

Alternativa

Promoción de la actividad física en los adolescentes.

Descripción del Riesgo	Probabilidad	Efectos	Impacto	Medidas de Mitigación
Dificultades administrativas.	Poco probable	El proyecto se posponga	Alto	Campañas y actividades lúdicas para fomentar hábitos saludables en los adolescentes.

Módulo de Preparación de la alternativa de solución

7 - Costos del proyecto

Alternativa

Promoción de la actividad física en los adolescentes.

Relación Objetivos - Productos - Actividades

Objetivos	Productos	Actividades
Mejorar los escenarios deportivos.	Escenarios mejorados	Contratación de personal para mejoramiento y mantenimiento de escenarios.
		Diagnóstico de la situación actual.

Mejorar los escenarios deportivos.	Escenarios mejorados	Estructurar diseños y presupuesto.	
Ofrecer alternativas para motivar a la actividad física.	Programas	Creación de estrategias a implementar	
		Definir gustos y preferencias de actividades.	
		Implementar y ejecutar programas.	
Reducir el uso de factores externos.	Capacitaciones.	Capacitar a los adolescentes.	

Reducir el uso de factores externos.	Capacitaciones.	Definir temas con profesionales especializados.	
		Preparación de temas a exponer.	

Relación Productos

Objetivo: Mejorar los escenarios deportivos.

Codigo CPC	Nombre del Producto	Unidad	Cantidad
	Escenarios mejorados	Número	16

Objetivo: Ofrecer alternativas para motivar a la actividad física.

Codigo CPC	Nombre del Producto	Unidad	Cantidad
	Programas	Número	6

Objetivo: Reducir el uso de factores externos.

Codigo CPC	Nombre del Producto	Unidad	Cantidad
	Capacitaciones	Número	9

--	--	--	--

Relación de Actividades

Etapas	Año	Código - CIJU	Nombre de la Actividad	Ruta Crítica	Valor
Inversión	2019		Diagnóstico de la situación actual.	SI	80,000,000.00
Inversión	2018		Diagnóstico de la situación actual.	SI	50,000,000.00
Inversión	2018		Estructurar diseños y presupuesto.	SI	50,000,000.00
Inversión	2019		Estructurar diseños y presupuesto.	SI	50,000,000.00
Inversión	2017		Contratación de personal para mejoramiento y mantenimiento de escenarios.	SI	150,000,000.00
Inversión	2019		Contratación de personal para mejoramiento y mantenimiento de escenarios.	SI	150,000,000.00
Inversión	2018		Contratación de personal para mejoramiento y mantenimiento de escenarios.	SI	150,000,000.00
Inversión	2018		Determinar gustos y preferencias de actividades.	SI	10,000,000.00
Inversión	2019		Determinar gustos y preferencias de actividades.	SI	10,000,000.00
Inversión	2017		Creación de estrategias a implementar.	SI	3,000,000.00
Inversión	2018		Creación de estrategias a implementar.	SI	3,000,000.00

Inversión	2019		Creación de estrategias a implementar	SI	3,000,000.00
Inversión	2018		Implementar y ejecutar programas	SI	40,000,000.00
Inversión	2019		Implementar y ejecutar programas	SI	40,000,000.00
Inversión	2018		Definir temas con profesionales especializados	SI	5,000,000.00
Inversión	2019		Definir temas con profesionales especializados	SI	3,000,000.00
Inversión	2018		Preparación de temas a exponer	SI	50,000,000.00
Inversión	2019		Preparación de temas a exponer	SI	50,000,000.00
Inversión	2018		Capacitar a los adolescentes	SI	50,000,000.00
Inversión	2019		Capacitar a los adolescentes	SI	50,000,000.00
Valor Total					988,000,000

Módulo de Preparación de la alternativa de solución

9 - Detalle beneficios e ingresos

Tipo de beneficio o ingreso Se logra un ahorro ya que no es necesario arquilar escenarios.

Tipo	Bien	Descripción	Unidad Medida
Ingreso	Obra Física	Se logra un ahorro ya que no es necesario arquilar escenarios.	Pesos

Año	Cantidad	Valor unitario	Valor total
2017	0,00	0,00	0,00
2018	1.100,00	450.000,00	495.000.000,00
2019	1.170,00	490.000,00	573.300.000,00

9 - Totales beneficios e ingresos

Año	Total Ingresos
2017	0,00
2018	495.000.000,00
2019	573.300.000,00

Módulo de Evaluación de la alternativa de solución

1 - Costo de oportunidad

Tasa de interés oportunidad: %

Justificación de la tasa de oportunidad

El promedio del DTF es de 7.08%.

Flujo de Caja

	Año 0 (2017)	Año 1 (2018)	Año 2 (2019)
Amortización créditos	0.00	0.00	0.00
Costos de Intereses	153,000,000.00	409,000,000.00	436,000,000.00
Costos de Operación	0.00	0.00	0.00
Costos de Prevención	0.00	0.00	0.00
Créditos	0.00	0.00	0.00
Flujo Neto de Caja	(153,000,000.00)	86,000,000.00	137,300,000.00
Ingresos y beneficios	0.00	409,000,000.00	573,300,000.00
Intereses créditos	0.00	0.00	0.00
Valor de salvamento	0.00	0.00	0.00

Flujo Económico

	Año 0 (2017)	Año 1 (2018)	Año 2 (2019)	RPC
Ingresos y beneficios	0,00	0,00	0,00	0,00
Se logra un ahorro ya que no es	0,00	398 000 000,00	458 640 000,00	0,80
Créditos	0,00	0,00	0,00	0,00
Costos de Preinversión	0,00	0,00	0,00	0,00
Costos de Inversión	0,00	0,00	0,00	0,00
1.1. Mano Obra Calificada	153 000 000,00	209 000 000,00	238 000 000,00	1,00
-4.2. Otros Servicios	0,00	35 500 000,00	35 500 000,00	0,71
5.3. Maq. y Equipo	0,00	77 000 000,00	77 000 000,00	0,77
8.1. Otros Gastos Generales	0,00	48 000 000,00	48 000 000,00	0,80
Costos de Operación	0,00	0,00	0,00	0,00
Amortización créditos	0,00	0,00	0,00	0,00
Intereses créditos	0,00	0,00	0,00	0,00
Valor de salvamento	0,00	0,00	0,00	0,00
Flujo Económico	(153 000 000,00)	34 500 000,00	70 140 000,00	0,00

Resumen Evaluación Financiera y Económica o Social

Alternativa	Evaluación Financiera						Evaluación Económica							
	Valor Presente Neto - Financiero	Tasa Interna de Retorno - Financiero	Relación Beneficio - Costo - Financiero	Costo Por Capacidad - Financiero	Costo Por Beneficiario - Financiero	Valor Presente de los Costos - Financiero	Costo Anual Equivalente - Financiero	Valor Presente Neto - Económico	Tasa Interna de Retorno - Económico	Relación Beneficio - Costo - Económico	Costo Por Capacidad - Económico	Costo Por Beneficiario - Económico	Valor Presente de los Costos - Económico	Costo Anual Equivalente - Económico
Financiación de la actividad física en las administrativas	47 117,544.79	26.92	-1.02	388,879.46	388,879.46	915 421 306.38	398,733 124.36	48 281,25 9.92	-20.09	0.92	358,621.38	358,621.38	785 477 678.57	484 782,080,3 8

Módulo de programación

1 - Selección de alternativa y rubro presupuestal

Alternativa Seleccionada

Promoción de la actividad física en los adolescentes.

Tipo de Gasto (Programa presupuestal)

0113 mejoramiento y mantenimiento de infraestructura propia del sector

Sector (Subprograma presupuestal)

1604 recreación y deporte

Módulo de programación

2 - Fuentes de financiación

Tipo de entidad

Municipios

Nombre de entidad

Pupiales

Tipo de recurso

Asignaciones Directas

Año	Valor
2017	153.000.000,00
2018	409.000.000,00
2019	436.000.000,00

Costos

Vigencia	Costos de Preinversión	Costos de Inversión	Costos de Operación
2017	0	153,000,000	0
2018	0	409,000,000	0
2019	0	436,000,000	0

Indicadores de producto

Objetivo Mejorar los escenarios deportivos.

Producto Escenarios mejorados.

Código	Indicador	Unidad	Formula
0700P046	área Construida Y Dotada.	Metro cuadrado	Ac Act - Aco

Objetivo Ofrecer alternativas para motivar a la actividad física.

Producto Programas

Código	Indicador	Unidad	Formula
0700P061	Programas De Apoyo Al Deporte	Número	Pd Pd1 - Pdo

Objetivo Reducir el uso de factores externos.

Producto Capacitaciones

Código	Indicador	Unidad	Formula
0700P050	Capacitaciones Ofrecidas Y Realizadas.	Número	C C1 - Co

Indicadores de producto

Metas

Objetivo	Producto	Indicador	2017	2018	2019
Mejorar los asentamientos deportivos.	Escuelas mejoradas.	Áreas Construidas Y Dictadas.	8,00	5,00	5,00
Ofrecer alternativas para motivar a la actividad física.	Programas	Programas De Apeyo Al Deporte.	2,00	2,00	2,00
Reducir el uso de factores externos.	Capacitaciones	Capacitaciones Ofrecidas Y Realizadas.	1,00	1,00	1,00

Indicadores de gestión

Metas

Indicador	Unidad	Fórmula	2017	2018	2019
Personas inscritas al programa	Número	Sumatoria de personas con competencias individuales ejecutadas por sí	2.945,00	2.945,00	2.945,00

Módulo de Decisión

Componente	Resumen narrativo	Indicador	Meta	Verificación	Supuestos
Fines	21703. Infraestructura para la actividad física, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre	Deporte y Recreación Número de escenarios deportivos recuperados	4.500,00		
Objetivo General - Propósito	Promover la actividad física en los adolescentes del Municipio de Pupiales para generar estilos de vida saludable.	2945 adolescentes beneficiarios del proyecto.	19.480,00		
Objetivos Específicos General - Componentes o Productos	Escenarios mejorados	Área Construida Y Dotada.	16,00		
Objetivos Específicos General - Componentes o Productos	Programas	Programas De Apoyo Al Deporte	6,00		

Objetivos Especificos General - Componentes o Productos	Capacitaciones	Capacitaciones Ofrecidas Y Realizadas	9,00		
Actividades	Diagnóstico de la situación actual.	Recursos Ejecutados	130.000.000,00		
Actividades	Estructurar diseños y presupuesto.	Recursos Ejecutados	100.000.000,00		
Actividades	Contratación de personal para mejoramiento y mantenimiento de escenarios.	Recursos Ejecutados	450.000.000,00		
Actividades	Determinar gustos y preferencias de actividades.	Recursos Ejecutados	20.000.000,00		
Actividades	Creación de estrategias a implementar	Recursos Ejecutados	9.000.000,00		
Actividades	Implementar y ejecutar programas.	Recursos Ejecutados	80.000.000,00		
Actividades	Definir lemas con profesionales especializados	Recursos Ejecutados	9.000.000,00		
Actividades	Preparación de temas a exponer.	Recursos Ejecutados	100.000.000,00		
Actividades	Capacitar a los adolescentes	Recursos Ejecutados	100.000.000,00		

7. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES METAS

Tabla 4. Cronograma de Actividades.

METAS	AGOSTO				SEPTIEMBRE				OCTUBRE				NOVIEMBRE	
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2
1. Elaboración y presentación del anteproyecto														
2. Presentación del Proyecto en MGA.														
3. Sustentación del Proyecto en MGA.														

Fuente: Esta Investigación.

META 1. Elaboración y presentación del anteproyecto

Actividad 1. Visita a la vereda Espino Alto del Municipio de Pupiales para la Identificación y planteamiento del problema

Actividad 2. Revisión bibliográfica.

Actividad 3. Elaboración del anteproyecto

Actividad 4. Evaluación del anteproyecto por el asesor

META 2. Elaboración del proyecto en MGA

Actividad 1. Recolección de información

Actividad 2. Procesamiento de la información

Actividad 3. Análisis e interpretación de la información

Actividad 4. Elaboración y presentación del proyecto en MGA

META 3. Sustentación del Proyecto en MGA

Actividad 1. Designación de fecha y lugar de sustentación por el Departamento del Programa.

Actividad 2. Sustentación del Proyecto en MGA.

CONCLUSIONES

La Metodología General Ajustada (MGA) es una aplicación informática que sigue un orden lógico para el registro de la información más relevante resultado del proceso de formulación y estructuración de los proyectos de inversión pública.

La Matriz de Marco Lógico es una herramienta utilizada para facilitar el proceso de conceptualización, diseño, ejecución y evaluación de proyectos. Se sustenta en dos principios básicos: el encadenamiento (vertical y horizontal) y la participación de todos los involucrados en el proyecto, permite un abordaje más integral del problema, y por ende, mayores posibilidades de éxito.

En los estudios realizados se encontró la necesidad de fomentar la actividad Física en los adolescentes, y uno de los principales problemas es la falta de escenarios deportivos en buen estado, para que ellos puedan practicar deporte.

La actividad física mejora la salud de toda persona, pero toma una vital importancia en determinados grupos de edad es por ello que esta investigación deja abiertas diversas posibilidades o prospectivas de investigación que pueden ayudar a comprender en mayor medida el fenómeno de la actividad física en esta franja de edad tan compleja desde el punto de vista psicosocial.

Es imprescindible establecer mecanismos de evaluación y de seguimiento del Programa para conocer la medida en que se alcanzan los objetivos propuestos así como para establecer todas las correcciones y mejoras que seguro serán necesarias.

RECOMENDACIONES

Resulta importante advertir que cada interesado en formular un proyecto como el que se ejemplariza en este documento deberá realizar sus propias investigaciones, así como también plantear su propia problemática, la cual puede distar de lo aquí propuesto.

Se recomienda a los diferentes entes gubernamentales nacionales y territoriales, a las organizaciones y a las instituciones interesadas en formular proyectos de inversión pública utilizar esta herramienta útil y rápida como es La Metodología General Ajustada.

Contribuir al fortalecimiento de las Administraciones Locales en la identificación, formulación y ejecución de proyectos de infraestructura social, mediante el diligenciamiento secuencial de la MGA.

Crear y recuperar espacios recreativos y deportivos para acoger a los diferentes grupos poblacionales y de esta manera motivarlos a la práctica de actividad física, además se recomienda que los padres, instructores, profesores orienten a los adolescentes a la práctica de actividad física y por consiguiente a utilizar adecuadamente los espacios ofrecidos.

BIBLIOGRAFÍA

BOIXADOS, M. y Otros. "Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar". En Revista de Psicología del Deporte, 1998; Vol. 7, 2, 295-310.

CASTILLO, E. (2006) Hábitos de Practica de Actividad Física y Estilo de Vida Saludable del Alumnado de la Universidad de Huelva. Tesis Doctoral Huelva, España.

GARCIA, Fernando M. 1991. Aspectos sociales del deporte, una reflexión sociológica. Madrid, Alianza Editorial.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Estrategia mundial sobre la dieta, la actividad recreativa y la salud. 2003 OMS.

PUIG, N. (1996). Joves i esport. Barcelona: Generalitat de Catalunya.

SANCHES, Bañuelos, (1996). La actividad física orientada hacia la salud. Biblioteca Nueva. Madrid.

SWENEY, A.B.; CATTELL, R.B.; y DRUG, S.E. (1990) Test de motivaciones en adolescentes SMAT. TEA Ediciones, S.A. Madrid.

TAPIA BENAVIDES, Alvaro. Pupiales "Cuna del Pensamiento", Primera edición 2015. (P.7)

NETGRAFIA

Departamento Nacional de Planeación – DNP.
<https://www.dnp.gov.co/Paginas/inicio.aspx>

<http://adolescentes.about.com/deporte/beneficios> del deporte para los adolescentes.

<http://adolescentes.about.com/deportes/importancia.htm>

<http://fc3edial.blogspot.com.co/2012/11/importancia-del-deporte-familiar.html>

<http://redcreacion.org/documentos/ley181.htm>

<http://www.corteconstitucional.gov.co/?bTy>

<http://www.mineduccion.gov.co/1621/article-183961.html>

http://www.pupiales-narino.gov.co/informacion_general.shtml#geografia

Plataforma exclusiva de capacitación del DNP.
https://ststemp.dnp.gov.co/login.aspxnariño.gov.co/.../PlanDesarrollo/PLAN_DE_DESARROLLO_DEPARTAMENTAL_201...El Plan de Desarrollo “Nariño, Corazón del Mundo, 2016-2019”, es el resultado de un ejercicio de planificación participativa que parte del reconocimiento de ..www.pupiales-narino.gov.co/apc-aa.../pdt-todos-por-un-pupiales-mejor-2016-2019.pdf ANDERSON ROSERO PEREZ. Oficina Asesora de Planeación –. Coordinador Plan de Desarrollo. GABINETE MUNICIPAL. ADRIANA HERNANDEZ NARVAEZ.

Sitio web del municipio Pupiales en Nariño, Colombia. Contratación, noticias, eventos, normatividad y todo sobre este municipio. Herramienta para la rendición.www.pupiales-narino.gov.co/index

www.eltiempo.com/deportes

www.ppupiales@narino.gov.co/alcaldia@pupiales-narino.gov.co

www.pupiales-narino.gov.co/informacion_general.shtml 4 may. 2012 - Nombre del municipio: Municipio de Pupiales. NIT: 800099122-8. Código Dane: 52585.

www.unicef.org/spanish

ANEXOS

CUESTIONARIO

UNIVERSIDAD DE NARIÑO
FACULTAD DE CIENCIAS ECONOMICAS ADMINISTRATIVAS Y CONTABLES
DEPARTAMENTO DE ADMINISTRACION DE EMPRESAS Y FINANZAS
PROGRAMA DE ADMINISTRACION DE EMPRESAS

OBJETIVO: Diagnosticar la situación actual en cuanto a la participación en actividades físicas del Municipio de Pupiales.

PREGUNTA	ITEMS	SI	NO		
01	¿Realiza usted actividad física y deportiva?				
02	¿Considera usted que exista en la comunidad lugares donde puedan los adolescentes realizar actividades físicas?				
03	¿Considera que los padres y representantes están siendo responsables ante la actitud deportiva que deben asumir con sus hijos?				
04	¿Considera usted que los adolescentes están siendo motivados por los representantes a hacer actividades físicas, deportivas y recreativas?				
05	¿Le gustaría recibir orientaciones físicas, deportivas y recreativas con frecuencia en su comunidad?				
06	¿Conoce las enfermedades que pueden generarse de la no practica de actividades físicas y deportivas?				
PREGUNTA	ITEMS	MUCHO	POCO	NADA	
07	¿Qué tanto conoce usted sobre las consecuencias que le puede traer una alimentación inadecuada si no practica actividades físicas y deportivas?				
PREGUNTA	ITEMS	MUCHO	SUFICIENTE	POCO	NADA
08	¿Ha recibido usted orientaciones deportivas y recreativas en su comunidad por parte de un entrenador deportivo?				
09	¿Qué tanto le gustaría practicar actividades físicas o deportivas en su comunidad?				
10	¿Su familia le apoya para que realice actividad física constantemente?				