

	MACROPROCESO: BIENESTAR UNIVERSITARIO	Código: U-PR-07.006.019
	PROCEDIMIENTO: REALIZACIÓN DE PLANES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	Versión: 0.0
		Página 1 de 4

PROCESO: ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE	SUBPROCESO: ACONDICIONAMIENTO FISICO E INSTRUCCIÓN DEPORTIVA
--	---

1. INFORMACIÓN GENERAL DEL PROCEDIMIENTO
<p>OBJETIVO: Desarrollar actividades de acondicionamiento físico a los miembros de la Comunidad Universitaria, a través de planes dirigidos, con el fin de generar hábitos de práctica deportiva saludable y alternativas que contribuyan a prevenir el sedentarismo.</p>
<p>ALCANCE: Comienza con la programación de actividades y finaliza con la elaboración del informe de gestión. Aplica para todas las sedes de la Universidad Nacional de Colombia que han implementado el programa.</p>
<p>DEFINICIONES:</p> <p>1. Acondicionamiento Físico Dirigido: Proceso dirigido, con el fin de mejorar gradualmente los componentes de la aptitud física de una persona.</p>
<p>DOCUMENTOS DE REFERENCIA:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Acuerdo 007 de 2010 del Consejo Superior Universitario. "Por el cual se determina y organiza el Sistema de Bienestar Universitario en la Universidad Nacional de Colombia". 2. Resolución 002 de 2010 del Consejo de Bienestar Universitario. "Por la cual se reglamentan programas del Área de Actividad Física y Deporte del Sistema de Bienestar Universitario en la Universidad Nacional de Colombia". 3. Ley 181 de 1995 (Ley General del Deporte) "Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física y se crea el Sistema Nacional del Deporte". 4. Resolución 1401 de 2007 del Ministerio de la Protección Social por la cual se reglamenta la investigación de incidentes y accidentes de trabajo. 5. Ley 729 de 2001 por medio de la cual se crean los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física en Colombia.
<p>CONDICIONES GENERALES:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cada Sede definirá los requisitos para la inscripción a los planes de acondicionamiento físico. 2. Cada Sede definirá los componentes de la condición física que implementará de acuerdo a sus posibilidades. 3. El plan de acondicionamiento físico para los integrantes de las selecciones, deberá ser acordado con los entrenadores y los responsables de adelantar las actividades de acondicionamiento físico. 4. La actividad No. 4 aplica para las Sede que cuenten con la capacidad logística necesaria para su realización. 5. Cada Sede definirá los criterios para que un usuario pierda el derecho a continuar con el plan de acondicionamiento físico. 6. Este procedimiento se aplicará en las Sedes en las que la Dirección de Bienestar Universitario o quien haga sus veces, haya decidido implementar la Realización de Planes de Acondicionamiento Físico, con base en las características de su comunidad universitaria y sus posibilidades presupuestales, según lo establecido en el Parágrafo del Artículo 20 del Acuerdo 007 de 2010 del Consejo Superior Universitario.

PROCESO: ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

SUBPROCESO: ACONDICIONAMIENTO FISICO E INSTRUCCIÓN DEPORTIVA

2. INFORMACIÓN ESPECÍFICA DEL PROCEDIMIENTO


ID.	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	RESPONSABLE		REGISTRO REGISTROS	SISTEMAS DE INFORMACIÓN O APLICATIVOS
			DEPENDENCIA O UNIDAD DE GESTIÓN	CARGO Y/O PUESTO DE TRABAJO		
1	Realizar Programación	Realizar la programación de actividades de acondicionamiento físico. Definir dentro del cronograma, un horario para que los integrantes de las selecciones realicen estas actividades. Incluir los planes, cupo mínimo y máximo de usuarios, instructores, elementos deportivos, horarios, espacios físicos, y costos, con base en la disponibilidad presupuestal.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Jefe del Área de Actividad Física y Deporte o quien haga sus veces	Programación	N/A
2	Divulgar Oferta	Divulgar periódicamente, la oferta de programas de acondicionamiento físico, a través de los medios que defina la Sede. La divulgación deberá tener en cuenta los planes, cupo mínimo y máximo, horarios, costos, y espacios físicos.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Funcionario responsable del Área de Actividad Física y Deporte.	Oferta Publicada	N/A
3	Realizar inscripción	Inscribir a los interesados en desarrollar actividades de acondicionamiento físico de acuerdo con los cupos disponibles. Recibir por parte de los entrenadores, otras Áreas de Bienestar o dependencias de la Universidad, las planillas con las personas que requieren de un plan de acondicionamiento físico.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Funcionario responsable del Área de Actividad Física y Deporte.	Planilla de Inscripción	N/A

PROCESO: ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

SUBPROCESO: ACONDICIONAMIENTO FISICO E INSTRUCCIÓN DEPORTIVA

2. INFORMACIÓN ESPECÍFICA DEL PROCEDIMIENTO

ID.	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	RESPONSABLE		REGISTRO REGISTROS	SISTEMAS DE INFORMACIÓN O APLICATIVOS
			DEPENDENCIA O UNIDAD DE GESTIÓN	CARGO Y/O PUESTO DE TRABAJO		
4	Aplicar pruebas de aptitud	Evaluar la condición física de cada persona con la aplicación de pruebas de aptitud física de los componentes ofrecidos por la Sede.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Funcionario responsable del Área de Actividad Física y Deporte – grupo interdisciplinario	Funcionario responsable del Área de Actividad Física y Deporte.	N/A
5	Elaborar plan de acondicionamiento	Analizar los resultados de las pruebas de aptitud y formular planes de acondicionamiento individuales. Para los deportistas que pertenecen a selecciones, concertar los planes con los entrenadores a cargo.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Instructor Entrenadores	Ficha de entrenamiento	N/A
6	Dirigir las actividades del plan	Dirigir el plan de acondicionamiento individual, en los espacios físicos establecidos por cada Sede.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Instructor	N/A	N/A
7	Hacer seguimiento al Plan de Acondicionamiento	Llevar una bitácora de la asistencia al plan de acondicionamiento físico, con el fin de evaluar los cambios del usuario en su aptitud física y controlar el número de inasistencias.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Instructor - grupo interdisciplinario	Ficha de entrenamiento	N/A
8	Aplicar evaluación final de aptitud física	Realizar a cada usuario la prueba de aptitud física al finalizar el plan de acondicionamiento físico.	Área de Actividad	Instructor	Ficha de entrenamiento	N/A

	MACROPROCESO: BIENESTAR UNIVERSITARIO	Código: U-PR-07.006.019
	PROCEDIMIENTO: REALIZACIÓN DE PLANES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	Versión: 0.0
		Página 4 de 4

PROCESO: ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE	SUBPROCESO: ACONDICIONAMIENTO FISICO E INSTRUCCIÓN DEPORTIVA
--	---

2. INFORMACIÓN ESPECÍFICA DEL PROCEDIMIENTO						
ID.	ACTIVIDAD	DESCRIPCIÓN	RESPONSABLE		REGISTRO REGISTROS	SISTEMAS DE INFORMACIÓN O APLICATIVOS
			DEPENDENCIA O UNIDAD DE GESTIÓN	CARGO Y/O PUESTO DE TRABAJO		
		Medir los cambios de las cualidades motrices entre la evaluación inicial y la finalización del plan.	Física y Deporte o Coordinación de Bienestar			
9	Evaluar Plan	Evaluar el servicio prestado a través de los planes de acondicionamiento físico por medio de una encuesta aplicada a los usuarios.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Funcionario responsable del Área de Actividad Física y Deporte.	Encuesta	N/A
10	Elaborar informe de Gestión.	Elaborar por período académico un informe que contenga información sobre: el desarrollo del plan de trabajo; las actividades del curso; objetivos alcanzados.	Área de Actividad Física y Deporte o Coordinación de Bienestar	Funcionario del Área de Actividad Física y Deporte.	Informe de Gestión	N/A

ELABORÓ	Dirección Nacional de Bienestar.	REVISÓ	Direcciones y Coordinaciones de Bienestar Universitario de las Sedes.	APROBÓ	Juan Camilo Restrepo Gutiérrez
CARGO	Asesores Dirección Nacional de Bienestar.	CARGO	Directores y Coordinadores de Bienestar Universitario de las Sedes.	CARGO	Director Nacional de Bienestar.
FECHA	Febrero 18 de 2011.	FECHA	Octubre 11 de 2011.	FECHA	Octubre 27 de 2011.