

# 1<sup>er</sup> Congreso

## Actividad Física y Deporte en *Edad Escolar*



**Un congreso para  
construir futuro**

**Fechas:** 13 de marzo (jornada de tarde) 14 de marzo (jornada de mañana y tarde)

**Lugar:** Palacio de Congresos de Gijón

**Tarifa:**

	Antes 15 de febrero	A partir 15 de febrero
General	75 €	90 €
Alumnos/as UNIOVI y Colegiados COLEF Asturias (1)	50 €	60 €
Medias jornadas	30 €	35 €

(1) enviar correo a [pdm@gijon.es](mailto:pdm@gijon.es) para completar la inscripción.

\* gastos de gestión no incluidos.

**inscripciones:** [eventospdm.gijon.es](http://eventospdm.gijon.es)

# 1<sup>er</sup> Congreso

## Actividad Física y Deporte en *Edad Escolar*

La actividad física y el deporte, además de ser considerados como derechos universales reconocidos por organismos internacionales como la ONU y la UNESCO, se han consolidado como necesidades fundamentales para el desarrollo integral de niñas, niños y adolescentes. Su práctica regular no solo contribuye al mantenimiento de la salud física, sino que también fortalece la salud mental, mejora el rendimiento académico, fomenta valores sociales como la cooperación y la resiliencia, y previene múltiples enfermedades crónicas no transmisibles.

Sin embargo, pese a esta evidencia ampliamente documentada, los índices de sedentarismo infantil continúan en aumento a nivel global. Según datos recientes de la Organización Mundial de la Salud (OMS), más del 80% de los adolescentes (en concreto, el 85% de las niñas y el 78% de los niños) no cumplen con las recomendaciones mínimas de actividad física diaria. A esto se suma una preocupante tendencia de abandono deportivo prematuro, especialmente durante la adolescencia, etapa clave para consolidar hábitos saludables a largo plazo.

Estos datos nos interpelan como comunidad educativa, sanitaria y deportiva, y exigen una reflexión profunda sobre las estrategias que estamos utilizando para promover la actividad física desde edades tempranas. Este congreso busca ser un espacio de encuentro, análisis y propuestas, en el que podamos compartir experiencias, buenas prácticas y políticas efectivas que permitan revertir esta tendencia, promoviendo una cultura deportiva activa, inclusiva, segura y sostenible.

El congreso se estructura en torno a tres grandes líneas temáticas:

### **Salud y bienestar a través de la actividad física**

Promoción de hábitos saludables, prevención del sedentarismo, salud mental y bienestar emocional mediante la práctica regular de ejercicio físico.

**El valor del deporte como vehículo para la transmisión de valores**, el desarrollo de competencias y la inclusión en el entorno escolar.

### **El deporte competición en edad escolar: equilibrio y sentido**

Enfoques equilibrados del rendimiento, otros modelos organizativos, ética deportiva, formación del talento, y convivencia entre deporte escolar y federado.

Estructura del congreso.

El programa combinará:

- **Ponencias magistrales** a cargo de expertos reconocidos del ámbito académico, deportivo y sanitario.
- **Talleres prácticos** orientados a la aplicación directa en contextos escolares, clubes y programas comunitarios.
- **Espacios de debate y reflexión** para fomentar el intercambio de experiencias entre participantes.

Dirigido a:

- Docentes de Educación Física.
- Técnicos deportivos.
- Coordinadores de programas escolares.
- Estudiantes de Ciencias del Deporte y Educación.
- Estudiantes de los títulos de Formación Profesional del deporte.
- Profesionales de la salud y la actividad física.
- Responsables institucionales y asociaciones de familias.

Un congreso para construir futuro.

Creemos firmemente que la promoción de la actividad física en edad escolar es una inversión en salud, educación y cohesión social. Este congreso nace con la vocación de convertirse en un referente en el impulso de políticas, programas y prácticas que contribuyan al desarrollo físico, emocional y social de la infancia y la juventud.