

1^{er} Congreso

Actividad Física y Deporte en *Edad Escolar*

Un congreso para
construir futuro



El Patronato Deportivo Municipal de Gijón presenta el I Congreso de Actividad Física y Deporte en Edad Escolar.

Un encuentro pionero que se celebrará los días **13 y 14 de marzo** en el **Palacio de Congresos de Gijón**, y que convertirá a la ciudad en punto de referencia en el ámbito de la educación, la salud y el deporte en la infancia y la adolescencia.

El congreso se desarrollará el **viernes 13 de marzo** en jornada de tarde y el **sábado 14 de marzo en jornada de mañana y tarde**, y estará estructurado en torno a **tres grandes áreas temáticas**, combinando ponencias magistrales, mesas redondas y talleres prácticos.

Salud y Bienestar

El área de Salud y Bienestar abordará el papel fundamental del ejercicio físico y la nutrición en la infancia y la adolescencia, así como su impacto en la salud física, cerebral y emocional. Este bloque combinará evidencias científicas y experiencias prácticas aplicadas tanto al ámbito deportivo como educativo.

Entre los ponentes destacados se encuentran:



Carmen Fiuza Luces (Doctora en Biomedicina y Ciencias de la Salud), que presentará la ponencia “Ejercicio físico y cáncer pediátrico”, en la que analizará el papel del ejercicio como herramienta terapéutica y de mejora de la calidad de vida en niños y niñas con enfermedades oncológicas.



Cristina Cadenas Sánchez (Doctora en Biomedicina y Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte), con la ponencia “¿Cuerpos en forma para cerebros y corazones en forma? El rol del ejercicio sobre la salud cerebral y cardiovascular”, donde expondrá cómo la actividad física influye de manera directa en el desarrollo cognitivo, emocional y cardiovascular en edades tempranas.



Futurlife 21, con **Elena Pérez** y **María Hernández-Alcalá Pérez** (Licencias en Bioquímica y especialistas en nutrición), que abordarán “El poder de la nutrición en la infancia y adolescencia”, destacando la importancia de la educación nutricional temprana para la adquisición de hábitos de vida saludables.



El área se completará con una **mesa redonda de debate moderada por Nicolás Terrados Cepeda** (Director de la Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias-Fundación Deportiva Municipal de Avilés), quien compartirá además su visión sobre las últimas novedades científicas en relación con los efectos beneficiosos de la actividad física en la salud.



Durante la mesa redonda, **Fernando Salom Portella** (Responsable médico del Gabinet de Medicina Esportiva del Consell Insular de Menorca), expondrá experiencias de **programas innovadores de actividad física** dirigidos a combatir el sedentarismo y la obesidad infantil, incluyendo casos prácticos como **Menorca Borina**.

Los expertos debatirán sobre **estrategias efectivas de intervención**, la integración del ejercicio físico en los entornos escolar y familiar, y la importancia de una adecuada educación nutricional como base para el bienestar presente y futuro de la población infantil y juvenil.

Educación Física y Deporte Escolar

El congreso dedicará un espacio específico a la educación física, la iniciación deportiva y el deporte escolar desde una perspectiva integral, equilibrando competición, juego y bienestar emocional.

Entre los ponentes destacados se encuentran:



Javier Fernández-Río (Catedrático de Universidad en la Facultad de Formación del Profesorado y Educación de la Universidad de Oviedo), que reflexionará sobre el deporte de competición en edad escolar: equilibrio y sentido, analizando cómo compatibilizar rendimiento, motivación y formación personal.



Carlos Cordente Martínez (Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte), con la ponencia "Competir para crecer: por una competición verdaderamente formativa", en la que abordará el valor educativo de la competición cuando se orienta al desarrollo integral del menor.



Víctor Arufe Giráldez (Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte), que profundizará en cómo diseñar juegos y tareas en educación física y deporte escolar, aportando herramientas prácticas para crear experiencias significativas, inclusivas y adaptadas a cada etapa evolutiva.



Fernando González Díaz (Psicólogo Clínico y Director del Grupo Mindset), con la ponencia "Padres, entrenadores y pequeños campeones", centrada en el papel clave del entorno adulto en el acompañamiento emocional, educativo y deportivo de la infancia.

Talleres:



Juan Pablo Bonetti (Educador en ámbitos comunitarios y educativos), impartirá **dos talleres prácticos de dos horas de duración**, en los que los participantes explorarán cómo los estímulos lúdicos permiten investigar reacciones, impresiones e impactos individuales y colectivos, fomentando el conocimiento personal y grupal.

- **Taller 1.-** Estrategias lúdicas para la construcción grupal.
- **Taller 2.-** La importancia del juego y la corporalidad en el desarrollo personal, grupal y comunitario.

El deporte como vehículo para la transmisión de valores

El deporte en edad escolar es mucho más que una actividad física: es un **espacio educativo fundamental para la transmisión de valores esenciales para la vida**. A través del juego y la práctica compartida se fomentan el trabajo en equipo, el respeto, la constancia, la solidaridad y la superación personal. Para que estos valores se consoliden, resulta imprescindible una **orientación pedagógica consciente y responsable** que prevenga actitudes negativas y promueva el juego limpio, la convivencia y la integración social.

Este área contará con la participación de **profesionales de referencia en la protección de la infancia y la promoción del bienestar y el buen trato en el entorno deportivo**, que aportarán su experiencia y conocimiento aplicado al deporte escolar.

Entre las ponentes y contenidos destacados se encuentran:



Sonia Rallo (Licenciada en Educación Física - Secretaria Técnica del Consell Esportiu del Vallès Occidental Sabadell) "Modelo de deporte escolar llamado **JUGAR LIMPIO ES GANAR**".



Eukene Arana Varas (Experta en protección a la infancia y adolescencia y en igualdad en el deporte), que presentará la herramienta **KIROLA ON**, una iniciativa pionera en Bizkaia para la detección y gestión de posibles situaciones de violencia infantil en el deporte escolar, compartiendo además la experiencia práctica de su implementación.



El área se completará con una mesa redonda de debate moderada por **Gonzalo Silió Saiz** (Diplomado en magisterio de Educación Física y Licenciado en Psicopedagogía), en la que cuatro ponentes de referencia abordarán cuestiones clave relacionadas con la **protección, el bienestar y el buen trato en el entorno deportivo**. El debate se centrará en cómo las experiencias deportivas pueden favorecer el desarrollo del talento, el bienestar y la motivación interna, así como en el análisis de los riesgos que pueden surgir cuando no se aplican buenas prácticas, dando lugar a situaciones de maltrato o daño en las personas deportistas.

Actividades complementarias

El programa se completará con diversas actividades abiertas a la comunidad. Destaca la grabación del programa **"Ganamos con ellas"** de la RPA, dirigido por **Cristina Gallo Suárez**, que dará voz a escolares y deportistas de Gijón en el Salón de Actos del Recinto Ferial:

- **Viernes 13 de marzo (10:30–12:30 h): deportistas de clubes gijoneses.**
- **Lunes 16 de marzo (10:30–12:30 h): alumnado de 6º de Primaria a 2º de ESO.**



Asimismo, se celebrarán **charlas gratuitas para familias**, entre ellas:

- **Tips para hacer que los más pequeños coman verduras y las disfruten, a cargo de Futurlife 21.**
- **Protección y buen trato en el deporte, impartida por Gonzalo Silió, centrada en la prevención de conductas que nunca deben normalizarse en el ámbito deportivo.**