



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE  
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP  
THROUGH HEALTH CARING



# MÓDULO 5

---

## **LAS CIUDADES INTELIGENTES Y EL DEPORTE**



## **SEGMENTO 8**

**El deporte como motor de la educación para  
la ciudadanía activa**

# La primera carrera

En primer lugar, tendrás que competir contigo mismo/a.

Tu bienestar como individuo se basa en tu salud física y mental. Conocerte a ti mismo/a, tus capacidades y tus límites es un requisito previo para crecer y desarrollar tus habilidades y competencias, sean las que sean.

Para hacerlo necesitas tres herramientas:

- Educación
- Deporte
- Tecnología

# El lugar en el que vives

La actividad académica, profesional y deportiva puede ayudarte a llevar a cabo tus tareas diarias para el autoaprendizaje y el autoconocimiento.

No obstante, el entorno en el que vives desempeña un papel fundamental. Tu ciudad, con su entorno natural, estructura urbana, sus instalaciones deportivas y zonas verdes accesibles pueden ofrecerte un ambiente estimulante.

Las ciudades inteligentes, los senderos con actividades al aire libre y las zonas deportivas son oportunidades para desarrollar tus habilidades físicas, mejorar tu calidad de vida y pasar tiempo con tus amigos.

# Actores principales

Cada país cuenta con clubes deportivos comprometidos con la promoción de diferentes actividades y disciplinas.

Estas actividades se desarrollan a varios niveles: desde el deporte de base para niños pequeños hasta los campeonatos para atletas profesionales.

Los centros educativos, las asociaciones deportivas no competitivas, los grupos de aficionados, las asociaciones informales de amigos y las asociaciones de voluntarios pueden promover la educación deportiva.

Cada uno de estos actores puede ofrecer experiencias diferentes y válidas desde el punto de vista de la salud y la educación.

# Las tecnologías

La difusión y la accesibilidad de aplicaciones específicas permiten organizar mejor la actividad física de acuerdo con la disponibilidad de tiempo y las capacidades de cada persona.

Las aplicaciones posibilitan la organización de sesiones de entrenamiento individual en múltiples disciplinas (p. ej. fitness, danza, yoga, etc.).

La tecnología también facilita la reserva de pistas de juego o plazas en actividades de gimnasios, así como la organización y la participación en eventos deportivos. Un simple *smartphone* te permite, además, registrar tus datos y poder analizar tu rendimiento, programando tus sesiones de entrenamiento para medir las mejoras alcanzadas.

Aprende a usar correctamente las herramientas que la tecnología pone a tu disposición y desarrolla tus competencias digitales.

# El deporte como un factor de innovación social

No obstante, el deporte ofrece otra oportunidad fundamental: el desarrollo de las relaciones sociales. Los juegos, el respeto de las reglas, el esfuerzo compartido y el compromiso para lograr un resultado fomentan la inclusión social, la superación de barreras, clichés, el aislamiento y la soledad.

Asimismo, el deporte permite fomentar los aspectos intergeneracionales, la inclusión y los valores compartidos. Basta con ver cómo el deporte está ayudando a acabar con los estereotipos de género, condenar el racismo y dar visibilidad a las personas con discapacidad.

# El deporte como un motor para la ciudadanía activa

Este recorrido ha mostrado los beneficios de contar con ciudadanos responsables y activos para la sociedad como conjunto.

El desarrollo de proyectos deportivos y la promoción de la actividad deportiva se traduce en unos ciudadanos más sanos, con mayor disposición para compartir experiencias con los demás, más atentos al capital natural del lugar en el que viven.

Fomentar el deporte no solo es una oportunidad en términos de capital económico, sino que también nos permite desarrollar el capital social y medioambiental del lugar en el que vivimos.

Para aumentar el bienestar y crear valor compartido, contamos con dos poderosos aliados a nuestra disposición: la tecnología y la educación.

# Ejercicio 8

En tu opinión, ¿qué factores podrían contribuir a educar a ciudadanos responsables en materia de salud y deporte?

¿Cuáles han sido tus temas favoritos?

¿Hay otros temas que te gustaría debatir o en los que desearías profundizar?

# Principales fuentes de información

[https://www.ansa.it/canale\\_ambiente/notizie/inquinare/2018/03/28/nel-pacifico-isola-di-plastica-grande-3-volte-la-francia\\_7e9c42c8-b25f-4138-84ee-f14af672323d.html](https://www.ansa.it/canale_ambiente/notizie/inquinare/2018/03/28/nel-pacifico-isola-di-plastica-grande-3-volte-la-francia_7e9c42c8-b25f-4138-84ee-f14af672323d.html)

[https://www.arpae.it/cms3/documenti/\\_cerca\\_doc/ecoscienza/ecoscienza2017\\_2/servizio\\_energia\\_circolare\\_ES2\\_2017.pdf](https://www.arpae.it/cms3/documenti/_cerca_doc/ecoscienza/ecoscienza2017_2/servizio_energia_circolare_ES2_2017.pdf)

[https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/it/MEMO\\_15\\_6204](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/it/MEMO_15_6204)

<https://www.mckinsey.it/idee/igianato-circolare-unopportunita-che-vale-1800-miliardi-di-euro-in-europa>

[http://www.tema\\_lab.unina.it/smartcity/](http://www.tema_lab.unina.it/smartcity/)

<https://www.lumi4innovation.it/smart-city-cose-come-funziona-caratteristiche-ed-esempi-in-italia/>

[https://www.smartcitiesandsport.org/wpcontent/uploads/2018/12 / Sports\\_Innovation\\_Hubs\\_Publication.pdf](https://www.smartcitiesandsport.org/wpcontent/uploads/2018/12/Sports_Innovation_Hubs_Publication.pdf)

[https://www.eu-japan.eu/sites/default/files/publications/docs/smart2020tokyo\\_final.pdf](https://www.eu-japan.eu/sites/default/files/publications/docs/smart2020tokyo_final.pdf)

<https://www.bioedilprogetti.com/magazine/le-5-struttura-sportive-piu-conosciute-al-mondo-per-grandezza-architecture-e-materiali-innovativi/>

# Palabras clave

**Educación**

**Grupos de aficionados**

**Deporte**

**Asociaciones de voluntarios**

**Tecnología**

**Aplicación**

**Ciudades inteligentes**

**Inclusión social**

**Colegios**

**Educación**

**Clubes deportivos**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



# SEARCH

SPORT EDUCATION FOR ACTIVE  
AND RESPONSIBLE CITIZENSHIP  
THROUGH HEALTH CARING

