



**A+**  
PLAN INTEGRAL PARA  
LA ACTIVIDAD FÍSICA Y  
EL DEPORTE  
**D**



**EL PLAN A+D ES UN INSTRUMENTO CREADO POR EL CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES CON EL FIN DE GARANTIZAR AL CONJUNTO DE LA POBLACIÓN ESPAÑOLA EL ACCESO UNIVERSAL A LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE CALIDAD, AYUDANDO ASÍ A COMBATIR EL ELEVADO NIVEL DE SEDENTARISMO Y OBESIDAD Y A PROMOVER HÁBITOS DE VIDA ACTIVOS Y SALUDABLES.**

+ INFORMACIÓN [www.planAmasD.es](http://www.planAmasD.es)



# UN PLAN PARA LA MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA DE LA POBLACIÓN ESPAÑOLA

El Plan integral para la Actividad Física y el Deporte, Plan A+D, es un instrumento creado por el Consejo Superior de Deportes (CSD) con el fin de garantizar a la población española el acceso universal a la práctica deportiva de calidad, ayudando así a combatir el elevado nivel de sedentarismo y obesidad presente en nuestro país y a promover hábitos de vida activos y saludables.

El Plan A+D responde a tres preguntas:

**¿QUÉ PUEDE HACER EL GOBIERNO**, en el marco de sus competencias, para lograr una mayor y mejor promoción de la actividad física y del deporte en España siguiendo las directrices de la Unión Europea y de la Organización Mundial de la Salud?

**¿CÓMO PUEDEN EL GOBIERNO**, las Comunidades Autónomas, las Corporaciones Locales, el sector asociativo deportivo (clubes y federaciones) y el sector privado empresarial trabajar en la misma dirección para impulsar la práctica de la actividad física y del deporte en el conjunto de la población española?

**¿QUÉ PASOS TENDRÍA QUE DAR EL CSD** en los próximos años para diseñar un Plan que establezca líneas orientadoras para todos los agentes del sistema deportivo del Estado?

El diseño y puesta en marcha del presente Plan A+D es una de las principales líneas de acción del programa del Gobierno para la Legislatura 2008-2012. El planteamiento general del proyecto y el inicio del mismo fue presentado en la comparecencia del Secretario de Estado para el Deporte en el Congreso de los Diputados, el 24 de junio de 2008.

## ¿POR QUÉ UN PLAN?

La Organización Mundial de la Salud confirma que **EL SEDENTARISMO ES EL 7º FACTOR DE RIESGO** en los países desarrollados, con influencia directa en el resto de los factores.

**LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA** en España se encuentra todavía por debajo de la media europea y presenta valores muy inferiores a la mayoría de los países europeos más desarrollados.

**LA PREVALENCIA DE LA OBESIDAD** y su tendencia ascendente durante las dos últimas décadas ha ocasionado que en Europa y en España llegue a ser considerada una epidemia. En la población adulta española el sobrepeso y obesidad llega al 38,5% y en la población infantil somos uno de los países con más alta prevalencia.

**EL SEDENTARISMO Y SOBREPESO** de los españoles representan un coste económico muy importante para la sanidad pública.

**LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA DE LAS MUJERES** es 18 puntos porcentuales menor a la de los hombres.

**LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA EN LA EDAD ESCOLAR** se ha estancado y presenta valores muy por debajo de las recomendaciones de los expertos y de las instituciones europeas.

A pesar de los avances y de las iniciativas públicas en la materia, muchos colectivos todavía tienen **DIFÍCIL EL ACCESO A LA PRÁCTICA DEPORTIVA COTIDIANA**, con objetivos de salud, cohesión social o recreación.

# EL PLAN A+D COMO TRANSMISOR DE LAS DIRECTRICES EUROPEAS E INTERNACIONALES

Este proyecto recoge las **DIRECTRICES DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LA UNIÓN EUROPEA Y LAS RECOMENDACIONES DE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS)** en esta materia.

Las Directrices europeas son 41 actuaciones para apoyar la actividad física que promueve la salud. Han sido elaboradas por todos los países de la Unión Europea y aprobadas por los Ministros responsables de Deporte de los Estados Miembros en noviembre de 2008.

Por su parte, la OMS ha publicado en 2010 sus recomendaciones sobre Actividad Física y Salud, consecuencia de las resoluciones aprobadas en las Asambleas de 2004 y 2008.

El Plan A+D interpreta, desarrolla, adapta y complementa ambas propuestas internacionales en un intento por trasladar las recomendaciones y objetivos a proyectos y medidas susceptibles de ser llevados a cabo, tanto por las entidades públicas responsables del deporte, como por el resto de los agentes deportivos del sector privado.

# LOS OBJETIVOS DEL PLAN A+D

## **INCREMENTAR NOTABLEMENTE NUESTRO NIVEL DE PRÁCTICA DEPORTIVA**

Incrementar los índices de práctica de la actividad física y deportiva de la población española hasta alcanzar los niveles de los países europeos más desarrollados y, en consecuencia, disminuir los índices de sedentarismo, obesidad y sobrepeso que tan negativamente inciden en la salud y la economía de los ciudadanos y ciudadanas, especialmente de los niños, niñas y adolescentes.

## **GENERALIZAR EL DEPORTE EN LA EDAD ESCOLAR**

Promover la educación física curricular, la actividad física y la práctica deportiva en el sistema educativo, generalizando su implantación en los proyectos educativos de centro y en coordinación con el conjunto de los agentes del sistema deportivo del entorno.

## **IMPULSAR EL DEPORTE COMO UNA HERRAMIENTA DE INCLUSIÓN SOCIAL**

Posibilitar que los sectores de población en riesgo de exclusión social tengan un acceso real a la práctica de la actividad física y del deporte como un elemento de inclusión social, salud, educación y recreación.

## **AVANZAR EN LA IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES**

Fomentar la igualdad efectiva entre mujeres y hombres en el acceso a la práctica deportiva y a los puestos técnicos y de dirección de las organizaciones deportivas, disminuyendo sensiblemente las actuales diferencias.

**EN DEFINITIVA, SE PRETENDE QUE ESPAÑA OCUPE, EN EL CONTEXTO INTERNACIONAL, EL MISMO LUGAR EN NIVELES DE PRÁCTICA DEPORTIVA QUE EN LAS COMPETICIONES DE ALTO NIVEL EUROPEAS, MUNDIALES Y OLÍMPICAS.**

# INDICADORES DE RESULTADOS

El Plan A+D establece unos indicadores generales y comunes que ponen límite a los objetivos anteriormente formulados. Esos indicadores son los que reflejan hasta dónde tenemos que llegar y, en consecuencia, los que van a fijar el alcance de los programas y medidas que más adelante se enumeran.

De manera general podemos señalar que, a final de 2020, España debería de alcanzar los siguientes resultados:

**UNA PRÁCTICA DEPORTIVA GENERAL DE LA POBLACIÓN CERCANA AL 50%**, partiendo de la situación actual del 39,9% para los mayores de 15 años que señala la Encuesta de Hábitos deportivos de los españoles de 2010.

**UNA DISMINUCIÓN DE LA DIFERENCIA DE PRÁCTICA ENTRE HOMBRE Y MUJER** de los 17,9 puntos porcentuales actuales a unos porcentajes entre el 8% y el 5%

**UNA REDUCCIÓN DEL PORCENTAJE DE POBLACIÓN SEDENTARIA** hasta un nivel estimado del 35% del conjunto de la población.

**UN DESCENSO EN EL NIVEL DE OBESIDAD INFANTIL** y sobrepeso hasta el 20%, partiendo de los niveles elevados actuales del 38%.

**UN NIVEL DE PRÁCTICA DEPORTIVA EN EDAD ESCOLAR** de 1 hora diaria durante 5 días a la semana para la mitad de la población y 1 hora diaria durante al menos 3 días para el otro 50%.

**UNA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA DEL 30% PARA LAS PERSONAS MAYORES DE 65 AÑOS**, incrementando sustancialmente el actual nivel de 18,8%.

**EL 90% DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS ACCESIBLES PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD**, a partir del 68% que señala el Censo Nacional de Instalaciones Deportivas de 2005, y el 50% de las mismas con vestuarios adaptados.

**AL MENOS UN 50% DE LAS CIEN EMPRESAS** más grandes del país con planes de promoción deportiva asociada a la salud para sus empleados.

**UN PORCENTAJE DE LICENCIAS FEDERADAS FEMENINAS DEL 35%** de las totales, partiendo del 18% actual.

**UN PORCENTAJE DEL 20% DE MUJERES** sobre el personal técnico y directivo de las federaciones deportivas españolas, partiendo de los actuales 12% y 10% respectivamente.

# ¿QUIÉN LLEVA A CABO EL PLAN A+D?

## PROMOTORES Y LIDERAZGO COMPARTIDO

El Plan A+D se configura como una propuesta liderada por el Consejo Superior de Deportes y coordinada con las Comunidades Autónomas y con el conjunto los sistemas deportivo, sanitario, de salud, de cohesión social y de igualdad efectiva entre mujeres y hombres.

El papel de liderazgo del Consejo Superior de Deportes se basa en actuar directamente en aquellas materias que son de su competencia, y sobre todo, en coordinar el trabajo compartido entre el propio CSD y las Comunidades Autónomas, entre las Comunidades Autónomas y las Corporaciones Locales en su ámbito territorial, y por último, entre el CSD y los

Ministerios responsables de materias concretas como Educación, Sanidad, Igualdad y Política social.

El Plan A+D ha incorporado asimismo orientaciones en torno a su aplicación territorial, tanto para el ámbito autonómico como para el local. Éstas proponen la elaboración de un Plan propio, o bien la adaptación del presente a las características y necesidades específicas de cada administración.

En todos los casos, las Comunidades Autónomas y los Ayuntamientos cuentan con el apoyo y asesoramiento permanente del Consejo Superior de Deportes.



# METODOLOGÍA PARTICIPATIVA Y CONTENIDO DEL PLAN

La metodología desarrollada en la elaboración del Plan integral ha permitido la participación directa, desde el verano de 2008 y hasta el momento de su publicación, de más de 120 personas expertas y

colaboradoras en los diferentes ámbitos y sectores de la actividad física abordados, así como la consulta a un número importante de grupos de agentes interesados en el proceso.

Las propuestas de actuación del Plan A+D se estructuran **EN 3 NIVELES, 8 ÁREAS, 15 PROGRAMAS Y 100**

**MEDIDAS**, que recogen las diferentes formas de aumentar la práctica físico-deportiva.

## NIVEL BÁSICO



## NIVEL COLECTIVOS ESPECÍFICOS



## NIVEL TRANSVERSAL



## 15 PROGRAMAS CON 100 MEDIDAS

El plan A+D contempla el desarrollo de 15 Programas y 100 medidas a implementar durante los próximos 10 años. Los 15 programas se distribuyen de la siguiente forma:

**1 PROGRAMA INICIAL** que desarrolla seis medidas transversales a todos los ámbitos del Plan y que deben servir de orientación para poner en marcha el mismo.

**8 PROGRAMAS ESPECÍFICOS** para cada una de las áreas identificadas en la fase de diagnóstico.

**6 PROGRAMAS TRANSVERSALES** al conjunto de las áreas que conforman el Plan A+D.

PROGRAMA 1

## PROGRAMA INICIAL

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

Garantizar la **INTEGRALIDAD DEL PLAN** en el proceso inicial de su puesta en marcha.

Dar **VISIBILIDAD AL PLAN Y A SU IMPLANTACIÓN** al conjunto de agentes del sistema deportivo español así como a sus beneficiarios.

Dotar al Plan A+D de instrumentos de **CONOCIMIENTO OBJETIVO DE LA REALIDAD** para la implementación de las diferentes medidas.

**IMPULSAR PROYECTOS PILOTO** para aquellas medidas que implican cambios relevantes en la situación actual de la actividad física y el deporte en España.

**001 OBSERVATORIO NACIONAL DEL DEPORTE**

**002 PLATAFORMA DE COORDINACIÓN DEL PLAN A+D**

**003 CAMPAÑA DE COMUNICACIÓN Y SENSIBILIZACIÓN**

**004 PORTAL WEB DEL PLAN A+D**

**005 ESTUDIOS PILOTO**

**006 COLABORACIÓN CON EMPRESAS PRIVADAS**



## PROGRAMA 2

### SANITARIO DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

**INCREMENTAR LOS NIVELES** de práctica de actividad física y deportiva saludable y sin riesgos de la población española.

Conseguir que la **PREVENCIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA** de las patologías ligadas al sedentarismo sea una **PRÁCTICA HABITUAL DE LA SANIDAD PÚBLICA** a través de la prescripción de actividad física a los ciudadanos/as sanos/as y enfermos/as.

**007 RED DE CENTROS DE MEDICINA DEL DEPORTE**

**008 GRUPO DE TRABAJO DE DEPORTE Y SALUD DEL PLAN A+D**

**009 PROGRAMA DE PRESCRIPCIÓN DE EJERCICIO FÍSICO EN EL ÁMBITO SANITARIO**

**010 PROGRAMA UNETE (UNIDADES ESPECIALIZADAS DE EJERCICIO TERAPÉUTICO)**



### PROGRAMA 3

## ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

Promover la **CONCEPCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE** como elemento fundamental de un **ESTILO DE VIDA SALUDABLE**, revisando los modelos de actividad física y del deporte en la edad escolar, desarrollando sus valores positivos y minimizando los contra-valores de modelos de práctica poco coherentes con los principios educativos y cívicos.

Favorecer que los **CENTROS EDUCATIVOS** se constituyan como **AGENTES PROMOTORES DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES**, en los que la actividad física y el deporte tengan un lugar destacado, en colaboración y coordinación con las familias y los municipios o entes locales.

#### **011 MESA DEL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR**

#### **012 PROYECTO DEPORTIVO CENTRO**

#### **013 MEJORA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA CURRICULAR**

#### **014 RED ESTATAL DE CIUDADES Y CENTROS EDUCATIVOS PARA EL FOMENTO DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN EDAD ESCOLAR**

#### **015 PROGRAMAS REFERENCIALES LOCALES PARA LA PROMOCIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN JÓVENES**

#### **016 PERFIL DEL EDUCADOR/A EN LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR**

#### **017 ENCUENTROS NACIONALES PARA EL PROFESORADO Y ALUMNADO DE CENTROS PROMOTORES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA**



#### PROGRAMA 4

### ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

GENERALIZAR LA PRÁCTICA de la actividad física y el deporte para los ciudadanos y ciudadanas con discapacidad, con preferencia en un **ENTORNO INCLUSIVO** y en un marco próximo a su contexto social y familiar.

Garantizar el acceso y el uso y disfrute en el **DISEÑO DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS** como elemento fundamental en la igualdad de oportunidades.

Mejorar la **FORMACIÓN Y ESPECIALIZACIÓN** de los responsables deportivos y la sensibilización ciudadana.

**018 INCLUSIÓN DE LA DISCAPACIDAD EN CENTROS DOCENTES**

**019 ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN EL SISTEMA SANITARIO**

**020 PERFILES PROFESIONALES DE ESPECIALISTAS EN ACTIVIDAD FÍSICA ADAPTADA**

**021 MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA INCLUSIVA**

**022 INTEGRACIÓN DE LOS DEPORTISTAS CON DISCAPACIDAD EN LAS FEDERACIONES UNIDEPORATIVAS**

PROGRAMA 5

## ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

Impulsar **EXPERIENCIAS** para validar estudios empíricos que garanticen la correlación entre práctica físico-deportiva y mejora de la productividad en el ámbito laboral.

Generar una **MAYOR SENSIBILIZACIÓN** sobre los beneficios de la práctica deportiva en el ámbito laboral entre las organizaciones españolas.

**FORMAR A FORMADORES** que garanticen una correcta implantación de programas de actividad física y deportiva en las empresas.

**023 INCORPORACIÓN AL PROGRAMA MÚSCULO-ESQUELÉTICO DEL CONSEJO DE EUROPA**

**024 IMPLICACIÓN DE AGENTES SOCIALES, EMPRESAS Y MUTUAS**

**025 ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EMPRESAS VINCULADAS A LA ADMINISTRACIÓN**

**026 SELLO DE CALIDAD «EMPRESA SALUDABLE»**

**027 CAMPEONATO NACIONAL DE DEPORTE LABORAL**



## PROGRAMA 6

### ACTIVIDAD FÍSICA PARA LAS PERSONAS MAYORES

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

##### PROMOCIONAR HÁBITOS SALUDABLES ENTRE LAS PERSONAS MAYORES

mediante la implantación de programas que respondan a los requerimientos de salud bio-psico-social y a los intereses de la población mayor de 65 años.

Conseguir la **INCLUSIÓN DE POLÍTICAS PRO ENVEJECIMIENTO SALUDABLE** en diferentes sectores (Sanidad, deportes, turismo, urbanismo, etc.) conformando un marco general de actuación y que facilite la formación de equipos multidisciplinares, liderados por un especialista en educación física con el fin de promocionar y poner en marcha nuevas actuaciones.

**028 ENCUENTRO NACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA PARA MAYORES**

**029 PROGRAMAS DE OCIO ACTIVO CON EL IMSERSO**

**030 MATERIAL DE SOPORTE PARA PROFESIONALES DEL SECTOR**

**031 CONGRESO INTERNACIONAL DE ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA PARA MAYORES**

**032 VOLUNTARIADO SENIOR EN EL DEPORTE**



#### PROGRAMA 7

### ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

**CLARIFICAR Y CONCRETAR LAS FUNCIONES DEL DEPORTE** en los nuevos contextos de intervención y responsabilidad.

Trabajar por el desarrollo de unas **PRÁCTICAS DEPORTIVAS IGUALITARIAS** y en las que se eviten los etnocentrismos y el desarrollo de nuevas formas de colonialismo.

Desarrollar el **SENTIDO LÚDICO, RELACIONAL, COMUNICATIVO Y PEDAGÓGICO** que las practicas deportivas tienen cuando son propuestas como instrumentos más que como fines.

Apoyar todo tipo de **ACCIONES DE LUCHA CONTRA EL RACISMO Y LA XENOFobia** no sólo en las prácticas deportivas «espectáculo», sino también en las prácticas deportivas de los grupos más modestos.

#### 033 RED DE OPINIONES

#### 034 FORO DEPORTE Y SOCIEDAD

#### 035 LABORATORIO DE INCLUSIÓN SOCIAL A TRAVÉS DEL DEPORTE

#### 036 TALLERES DE PARTICIPACIÓN E INCLUSIÓN SOCIAL

#### 037 ARCHIVO DE EXPERIENCIAS DE DEPORTE E INCLUSIÓN SOCIAL



#### PROGRAMA 8

### ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

**PROMOCIONAR LA PRÁCTICA REGULAR** de actividad físico-deportiva **EN LA UNIVERSIDAD** con el fin de contribuir a la formación integral del alumnado, así como potenciar la transmisión de valores educativos y de mejora de la salud y el bienestar de la comunidad universitaria.

Garantizar una **OFERTA ADECUADA**, amplia y suficiente al conjunto de las personas que conforman la comunidad universitaria **EN CADA UNA DE LAS UNIVERSIDADES** españolas.

Propiciar la **COLABORACIÓN ENTRE LA UNIVERSIDAD Y LA SOCIEDAD** para facilitar el acceso a la práctica de la actividad físico-deportiva, con especial atención a las mujeres y colectivos con necesidades especiales.

**038 PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN LAS UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS**

**039 MAPA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS UNIVERSITARIAS**

**040 COLABORACIÓN CON LA RED ESPAÑOLA DE UNIVERSIDADES SALUDABLES (REUS)**

**041 VOLUNTARIADO Y COOPERACIÓN A TRAVÉS DEL DEPORTE UNIVERSITARIO**

**042 SISTEMAS DE GESTIÓN DE CALIDAD EN LOS SERVICIOS DE DEPORTES DE LAS UNIVERSIDADES**

**043 PROGRAMA NACIONAL DE LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA UNIVERSITARIOS**



## PROGRAMA 9

### IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

**INTRODUCIR LA PERSPECTIVA DE GÉNERO** en la estructura, programas y proyectos desarrollados por el conjunto de las administraciones públicas con competencias en el ámbito de la actividad física y del deporte, así como en el resto de las entidades deportivas – asociativas y empresariales–.

Promover la **PARTICIPACIÓN DE LAS MUJERES EN TODOS LOS NIVELES** de la práctica deportiva y de actividad física, así como en la toma de decisiones, respetando la diversidad de las mujeres y atendiendo especialmente a las mujeres y colectivos sub-representados.

**SENSIBILIZAR** sobre la promoción de la igualdad en la práctica de actividad física, en todos los ámbitos, y **VISIBILIZAR** la participación de las mujeres en el deporte incrementando su presencia en los medios de comunicación.

**044 PLAN DE IGUALDAD EFECTIVA**

**045 PROGRAMA DE CONCILIACIÓN Y FORMACIÓN EN IGUALDAD**

**046 COMISIÓN DE PERSONAS EXPERTAS EN DEPORTE Y GÉNERO Y COORDINACIÓN CON CC AA**

**047 PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DEPORTIVA PARA EL FOMENTO DE LA PARTICIPACIÓN IGUALITARIA**

**048 REDES POTENCIADORAS DE LA PARTICIPACIÓN DE LAS MUJERES EN EL DEPORTE**

**049 DIFUSIÓN Y VISIBILIZACIÓN DE LAS MUJERES EN EL ÁMBITO DEPORTIVO**

**050 DIFUSIÓN DE INSTRUMENTOS PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN EL DEPORTE**

**051 MEDIDAS INTERNAS DEL CSD EN RELACIÓN CON LA LEY DE IGUALDAD**



PROGRAMA 10

## COMUNICACIÓN

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

**IMPULSAR LA COMUNICACIÓN EFECTIVA** en torno a los beneficios para la sociedad de la práctica de la actividad física y el deporte, especialmente en el conjunto de los agentes deportivos, públicos y privados, del deporte español.

**IMPLANTAR LA CULTURA** de la necesaria comunicación transversal entre los citados agentes, y diseñar e **IMPLANTAR HERRAMIENTAS DE COMUNICACIÓN EFICACES**, aprovechando las posibilidades que ofrecen las tecnologías de la información y la comunicación.

**052 APOYO A EVENTOS DE DEPORTE POPULAR SALUDABLE**

**053 PROGRAMA «VIDA SALUDABLE PARA ESCOLARES»**

**054 CAMPAÑA DE COMUNICACIÓN PARA LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EDAD ESCOLAR**

**055 CAMPAÑA INFORMATIVA PARA EMPRESAS SOBRE EL TRATAMIENTO FISCAL DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN EL ÁMBITO LABORAL**

**056 INCLUSIÓN DE UN PREMIO DE BUENAS PRÁCTICAS EN EL FOMENTO DEL DEPORTE LABORAL EN LOS PREMIOS NACIONALES DEL DEPORTE**

**057 PROGRAMA DE TELEVISIÓN «MUEVE TU CUERPO Y ABRE TU MENTE»**

**058 CREACIÓN DE LA MARCA DEL PLAN INTEGRAL PARA MAYORES**

**059 EXPOSICIÓN «LOCAL-VISITANTE»**

**060 CAMPAÑA DE COMUNICACIÓN SOBRE LA IMAGEN DEL DEPORTE UNIVERSITARIO**



## PROGRAMA 11

### SENSIBILIZACIÓN E INFORMACIÓN

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

Mejorar el **CONOCIMIENTO DEL IMPACTO POSITIVO** de la práctica regular de actividad física por parte de los/as profesionales de la salud, del deporte, de la educación y de la ciudadanía en general.

Mejorar el **CONOCIMIENTO CIENTÍFICO**, su intercambio y su difusión, sobre las relaciones entre el ejercicio físico y la salud, en todos los colectivos de la población.

Recabar de los medios de comunicación **ACCIONES Y ESTRATEGIAS** encaminadas a favorecer la visibilidad de la actividad física y el deporte en edad escolar sin discriminación por razón de género o de competencia; a promover y destacar aquellos valores coherentes con el respeto, el diálogo, la tolerancia, la solidaridad y la resolución pacífica de los conflictos; a visibilizar el deporte de las mujeres y a entrelazar adecuadamente la marca efectiva que representa para un país una sociedad activa físicamente.

**061 PUBLICACIONES DE VALORES Y BENEFICIOS DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN EL ENTORNO ESCOLAR**

**062 SUGERENCIAS E INICIATIVAS PARA MEJORAR EL TRATAMIENTO DEL DEPORTE FEMENINO EN LOS MEDIOS**

**063 POTENCIACIÓN DE PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ÁMBITO DE LA EMPRESA**

**064 GUÍA PARA LA INTERVENCIÓN SOCIAL A TRAVÉS DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS**

**065 CAMPAÑAS DE SENSIBILIZACIÓN PARA LA IGUALDAD Y LA ÉTICA EN ENTIDADES DEPORTIVAS**

PROGRAMA 12

## INVESTIGACIÓN

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

**IMPULSAR LA INVESTIGACIÓN** y la realización de estudios en el ámbito de la **ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE Y LA TRANSFERENCIA DE SUS RESULTADOS**, especialmente en la asociación e impacto del deporte en la salud, el ámbito escolar, la actividad física adaptada a personas con discapacidad y la actividad física para personas mayores.

Fomentar la **INVESTIGACIÓN** y la difusión de conocimientos y materiales relacionados **CON LAS MUJERES** y la diversidad de prácticas de Actividad Física y Deporte.

**066 INVESTIGACIÓN: EJERCICIO FÍSICO Y SALUD**

**067 INVESTIGACIÓN: EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR**

**068 INVESTIGACIÓN: ACTIVIDADES FÍSICAS ADAPTADAS**

**069 INVESTIGACIÓN: CAPACIDAD FUNCIONAL EN PERSONAS MAYORES**

**070 INVESTIGACIÓN: CALIDAD DE VIDA Y ACTIVIDAD FÍSICA EN MAYORES**

**071 INVESTIGACIÓN: MUJERES Y DEPORTE**

**072 INVESTIGACIÓN: ACTIVIDAD FÍSICO Y DEPORTIVA EN LAS UNIVERSIDADES**

**073 RED NACIONAL DE INVESTIGACIÓN EN DEPORTE Y SALUD**



## PROGRAMA 13

### FORMACIÓN

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

Revisar y proponer acciones para asegurar una **ADECUADA FORMACIÓN INICIAL Y PERMANENTE** de los profesionales implicados en el desarrollo de la actividad física y el deporte en edad escolar, en actividad física adaptada y en actividad física para personas mayores, con niveles homogéneos en todo el país.

Mejorar la formación de los profesionales sanitarios, de la educación y del deporte en relación a la **ASOCIACIÓN ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**.

Potenciar, **DESDE LA UNIVERSIDAD**, la realización de programas y acciones de formación continua para profesionales y para los practicantes de actividad físico-deportiva.

**074 ESTUDIO DE LA FORMACIÓN DE LOS PROFESIONALES DE LA ACTIVIDAD FÍSICA CON LAS PERSONAS MAYORES**

**075 PROPUESTA DE INCLUSIÓN DE UNA ASIGNATURA SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LOS NUEVOS GRADOS DE MAESTRO DE EDUCACIÓN PRIMARIA**

**076 FORMACIÓN: ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PARA PROFESIONALES SANITARIOS**

**077 FORMACIÓN: ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD PARA PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN**

**078 PLAN DE FORMACIÓN DE ESPECIALISTAS EN ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA ADAPTADA**

**079 FORMACIÓN DE AGENTES PROMOTORES Y FORMADORES DEL DEPORTE EN EL ÁMBITO LABORAL**

**080 FORMACIÓN: EXPERTOS EN ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN PERSONAS MAYORES**

**081 PROGRAMAS DE FORMACIÓN CONTINUA EN EL ÁMBITO PROFESIONAL UNIVERSITARIO**

**082 CURSOS DE FORMACIÓN PERMANENTE SOBRE COEDUCACIÓN Y EDUCACIÓN FÍSICA**

**083 ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN LAS FACULTADES DE MEDICINA Y CIENCIAS DE LA SALUD**

## ORGANIZACIÓN, LEGISLACIÓN Y NORMATIVA

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

Desarrollar **NORMAS Y MARCOS DE ACTUACIÓN UNITARIOS Y COMPATIBLES** en torno a la promoción de la actividad física y del deporte en el conjunto del Estado, incluyendo, en la legislación y normativa –deportiva o no deportiva–, los aspectos que faciliten la incorporación del conjunto de la población a la práctica real cotidiana.

Adaptar las estructuras de las instituciones y organizaciones deportivas a las necesidades derivadas del presente Plan A+D.

Crear estructuras organizativas e instrumentos que favorezcan la comunicación y la coordinación de los diferentes agentes que intervienen en la oferta de actividad física y deporte en edad escolar.

**084** **NORMATIVAS PARA INSTALACIONES DEPORTIVAS EN CENTROS DOCENTES**

**085** **CERTIFICACIÓN DE CALIDAD DE LOS CENTROS PAFD**

**086** **PROPUESTA DE INCLUSIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA DE LAS PERSONAS CON GRAN DISCAPACIDAD EN LA LEY DE DEPENDENCIA**

**087** **UNIDAD ADMINISTRATIVA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE ADAPTADO EN EL ÁMBITO ESTATAL Y AUTONÓMICO**

**088** **PROPUESTA DE INCENTIVOS FISCALES PARA LAS EMPRESAS QUE FOMENTEN LA PRÁCTICA DEPORTIVA**

**089** **APOYO PARA EL RECONOCIMIENTO JURÍDICO EVENTUAL DE LA ASOCIACIÓN DE DEPORTE LABORAL PARA LA PROMOCIÓN DEPORTIVA**

**090** **PLAN DE ACCIÓN CON LA SECRETARÍA GENERAL DE UNIVERSIDADES DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN**

**091** **ÓRGANO EJECUTIVO Y DE COORDINACIÓN DE DEPORTE UNIVERSITARIO (CEDU)**

**092** **PARÁMETROS DE IGUALDAD EN ESTATUTOS, REGLAMENTOS Y SUBVENCIONES DE ENTIDADES DEPORTIVAS**

## INTERVENCIÓN URBANA

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL PROGRAMA

Adaptar el parque de instalaciones y espacios deportivos a las nuevas demandas de la población, y específicamente:

- + Las instalaciones deportivas de los centros docentes públicos, incluidas las universitarias.
- + La accesibilidad de las instalaciones deportivas a las personas con discapacidad y dificultades de movilidad.
- + La consideración de las instalaciones deportivas como espacios públicos abiertos y el fomento de los espacios urbanos no convencionales para la práctica de la actividad física.

Incorporar las medidas y estrategias del Plan A+D a las políticas deportivas locales, comarcales y provinciales.

**093 GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS EN GESTIÓN DEPORTIVA**

**094 PROYECTOS DE DEPORTE EN EL ESPACIO PÚBLICO**

**095 ADAPTACIÓN DE CIRCUITOS AERÓBICOS PARA MAYORES**

**096 INCLUSIÓN DE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO EN EL DISEÑO Y USO DE ESPACIOS DEPORTIVOS**

**097 INCLUSIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LA OFERTA DEPORTIVA MUNICIPAL, COMARCAL Y PROVINCIAL**

**098 CONVOCATORIA DE PROYECTOS DE DEPORTE, CREATIVIDAD E INCLUSIÓN SOCIAL**

**099 PLAN NACIONAL PARA EL TRANSPORTE A PIE Y EN BICICLETA**

**100 APOYO A LA CONSTRUCCIÓN DE INSTALACIONES DEPORTIVAS EN CENTROS ESCOLARES**

## CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES

### SECRETARIO DE ESTADO – PRESIDENTE

Jaime Lissavetzky Díez

### DIRECTOR GENERAL DE DEPORTES

Albert Soler Sicilia

### DIRECTORA GENERAL DE INFRAESTRUCTURAS DEPORTIVAS

Matilde García Duarte

### DIRECTOR DE GABINETE DE LA PRESIDENCIA

Marcos Sanz Agüero

### SUBDIRECTORA GENERAL DE PROMOCIÓN DEPORTIVA Y DEPORTE PARALÍMPICO

Marta Carranza Gil-Dolz del Castellar

### SUBDIRECTOR GENERAL DE DEPORTE Y SALUD

José Luis Terreros Blanco

### SUBDIRECTOR GENERAL DE ALTA COMPETICIÓN

Ángel Luis López de la Fuente

### SUBDIRECTOR GENERAL INFRAESTRUCTURAS DEPORTIVAS Y ADMINISTRACIÓN ECONÓMICA

Alfonso Luengo Álvarez-Santullano

### SUBDIRECCIÓN GENERAL DE RÉGIMEN JURÍDICO DEL DEPORTE

Ramón Barba Sánchez

### SECRETARIA GENERAL

Teresa Peña Gamarra

### ASESORA DE GABINETE

Carmen Guerrero Martínez

### JEFE DE LA OFICINA DE PRENSA

Luis Lucio-Villegas de la Cuadra

### COORDINADOR DE PROYECTOS

Enrique Lizalde Gil

### JEFA DE LA OFICINA DEL PLAN A+D

Mercedes Llano Ruiz

## INSTITUCIONES Y ENTIDADES COLABORADORAS

### MINISTERIO DE EDUCACIÓN

Secretaría de Estado de Educación  
y Formación Profesional

Secretaría General de Universidades

### MINISTERIO DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL E IGUALDAD

Dirección General de Salud  
Pública y Sanidad Exterior  
Agencia Española de Seguridad  
Alimentaria y Nutrición  
Instituto de la Mujer

### COMUNIDADES Y CIUDADES AUTÓNOMAS

Grupo de Control y Seguimiento

### CONFERENCIA DE INSTITUTOS Y FACULTADES DE CCAF Y EL DEPORTE

CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES  
DE LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA  
Y EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL  
DEPORTE DE ESPAÑA

### CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE ENFERMERÍA DE ESPAÑA

### CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE FISIOTERAPEUTAS DE ESPAÑA

### CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE MÉDICOS DE ESPAÑA

### COMITÉ ESPAÑOL DE DEPORTE UNIVERSITARIO (CEDU)

### FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ASOCIACIONES DE ESPECIALISTAS EN MEDICINA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE (FEDAMEFIDE)

### FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE MEDICINA DEL DEPORTE (FEMEDE)

### FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE GESTORES DEL DEPORTE DE ESPAÑA (FAGDE)

### ASOCIACIÓN DE FEDERACIONES DEPORTIVAS ESPAÑOLAS (AFEDES)

### CONFEDERACIÓN DE FEDERACIONES DEPORTIVAS ESPAÑOLAS (COFEDE)

## GRUPOS DE TRABAJO DE EXPERTOS Y EXPERTAS DEL PLAN A+D

### ACTIVIDAD FÍSICA, DEPORTE Y SALUD

José Luis Terreros Blanco (Coordinador),  
Fernando Gutiérrez Ortega (Representante  
del CSD), Fernando París Roche, Susana  
Aznar Lain, Vicente Elías Ruiz, Manel González  
Peris, Javier Ibáñez Santos, M<sup>a</sup> Teresa Lara  
Hernández, Sara Maldonado Martín, Francisco  
Javier Márquez Ortiz, Begoña Merino Merino,  
José Naranjo Orellana, Nicolás Terrados  
Cepeda, Jose Gerardo Villa Vicente.

### ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN EDAD ESCOLAR

Juan Luis Hernández Álvarez (Coordinador),  
Tomás Valles Rodríguez (Representante del  
CSD), Fernando París Roche, Darío Alvano  
Casademunt, Ricardo Echeita Sarrionandia,  
Carles González Arévalo, Julio Latorre Peña,  
Francisco Javier López de las Heras, Ángeles  
López Rodríguez, Teresa Lleixá Arribas,  
Carles Meilán Cuevas, Hermenegildo  
Puchades Company, Santiago Romero  
Granados, Primitivo Sánchez Sanz, Eduardo  
de la Torre Navarro.

### ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN

#### PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Merche Ríos Hernández (Coordinadora),  
Juan Manuel Hueli Amador (Representante  
del CSD), Jordi Viñas Fort, José Miguel  
Arráez Martínez, Paqui Bazalo Gallego, María  
Enciso Enciso, Eugenio Jiménez Galván,  
Alberto Jofre Bernardo, Teresa Perales  
Fernández, Josep Oriol Martínez, Arturo  
Pérez Rodríguez, Javier Pérez Tejero, Enrique  
Rovira-Beleta Cuyás, David Sanz Rivas,  
Manuel Solís García.

### ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

#### EN PERSONAS MAYORES

Pilar Pont Geis (Coordinadora), Mercedes  
Llano Ruiz (Representante del CSD), Jordi  
Viñas Fort, Joan Carles Burriel Paloma, José  
Antonio Casajús Mallén, Carmen Fontecha  
Matínez, Jesús Fortuño Godes, Antonio  
Merino Mandy, Sara Márquez Rosa, Juan  
Pedro Monzú, Angels Soler Vila.

## ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

### EN EL ÁMBITO LABORAL

Jordi Viñas Fort (Coordinador), Daniel  
Mateos Fuertes (Representante del CSD),  
Sandra Carballo Ruano, Antonio Casimiro  
Andujar, Fernando Fabra Olmos, Xavier Isern  
Torras, Julio Tomás Larrén, Pere Manuel  
Gutiérrez, Santiago Prados Prados, Juan  
Pablo Venero Valenzuela.

### ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

#### PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL

Gaspar Maza Gutiérrez (Coordinador),  
Susana Pérez Arroyo (Representante del  
CSD), Jordi Viñas Fort, Felipe Castañer  
Molinero, Javier Durán González, Jesús  
Fernández Gavira, Fco. Xavier Medina  
Pons, Ricardo Sánchez Martín, José Carlos  
Vega Martín. Colaboradores/as: Isabel Aina  
Zarazaga, Josep María Mora Verdeny, Sergio  
Puga Amoedo.

### ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LA UNIVERSIDAD

Carlos Hernando Domingo (Coordinador),  
Aitor Canibe Sánchez (Representante del  
CSD), Fernando París Roche, Andreu Benet  
Busquet, Diego Cabeza Ramos, Xurxo  
Dopico Calvo, Rafael García Juan, Fernando  
Gil Labarta, Francisco Guzmán Fernández,  
Alicia López Yeste, Juan Mayorga García,  
Teresa Nuñez Bernardos, Assumpta Rivera  
i Valls, Luis Javier Sánchez García, Antonio  
Yébenes Montoro.

### IGUALDAD EFECTIVA ENTRE MUJERES Y HOMBRES

Susana Soler Prat (Coordinadora), Silvia Ferro  
López (Representante del CSD), Fernando  
París Roche, Élica Alfaro Gandarillas, Carmen  
Atero Carrasco, Rosana Castillo Salazar,  
Emilia Fernández García, José Hidalgo Martín,  
Cristina López Villar, Ana Mañeru Méndez,  
Lucio Martínez Álvarez, Susana Mendizábal  
Albizu, Begoña Palacios de Burgos, M<sup>a</sup> José  
Romero Ramos, Dorleta Ugalde Usandizaga,  
Anna Vilanova Soler.

**EDITA**  
Consejo Superior de Deportes

**DISEÑO EDITORIAL**  
underbau

**IMPRESIÓN**  
Imprenta Nacional del BOE

**IMÁGENES**  
sxc.hu

**DEPÓSITO LEGAL** M-48770-2010  
**NIPO** 008-10-019-0  
**ISBN** 978-84-693-7943-1

Consejo Superior de Deportes  
[www.csd.gob.es](http://www.csd.gob.es)

Noviembre, 2010





[www.planAmasD.es](http://www.planAmasD.es)

