

Efectes d'una intervenció multicomponent d'educació postural en escolars d'educació primària.

Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades

Josep Vidal Conti*

Pere Palou Sampol

Pere Antoni Borràs Rotger

Jaume Cantallops Ramón

Adrià Muntaner Mas

Xavier Ponseti Verdaguer

Gemma Carbonell Bauzà

Grup d'Investigació en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport (GICAFE)

*josep.vidal@uib.es

Resum

L'objectiu principal del present projecte és examinar el efectes d'una intervenció multicomponent en educació postural de 9 mesos de durada sobre la salut de l'esquena en escolars.

L'estratègia general per desenvolupar el projecte es basa en: 1) la intervenció sobre mestres de aula, mestres d'educació física i equips directius; 2) la conscienciació de la comunitat educativa (docents, alumnes, famílies); 3) la formació del professorat; 4) la intervenció al llarg de tot el curs acadèmic.

Per tant, la intervenció no es du a terme directament sobre els infants, sinó sobre el seu entorn, per a que aquest, de manera transversal i contínua en el temps vagi formant, informant i educant als infants en l'educació postural. La intervenció s'ha fonamentat en les següents accions: 1) formació teòrica-pràctica d'educació postural als mestres dels centres educatius; 2) implantació del programa de descansos actius a l'aula per als mestres d'aula; 3) desenvolupament d'una unitat didàctica d'educació postural per a educació física així com activitats independents per a poder ser aplicades de manera transversal a qualsevol altre contingut curricular d'educació física; 4) repartició de material divulgatiu (pòsters i tríptics) entre tota la comunitat educativa (docents, alumnes, famílies).

Tots aquests recursos estan a disposició dels centres educatius a la plana web creada a tal efecte (<http://gicafe.uibvirtual.es/>)