

29/09/2017

## Un projecte de recerca identificarà la manca d'activitat física dels infants des de les escoles



Investigadors del Departament de Psicologia Bàsica, Evolutiva i de l'Educació, participen en un projecte europeu, IMPACT, per desenvolupar un full de ruta que, des de les escoles, permeti identificar i motivar joves que no fan prou activitat física. L'OMS recomana als infants i adolescents un mínim d'una hora diària d'activitat entre moderada i vigorosa.

istockphoto/JackF

D'acord amb l'Organització Mundial de la Salut, durant la infantesa i l'adolescència es recomana realitzar un mínim de 60 minuts d'activitat física entre moderada i vigorosa cada dia. Molts estudiants estan molt per sota d'aquest estàndard, condició que els caracteritza com inactius i no saludables. Per a poder fer que aquests joves siguin més actius, primer els hem de detectar per a poder després motivar-los a ser físicament actius.

L'Educació Física escolar (EF) és l'únic espai que permet el diagnòstic de la inactivitat física i la implementació d'estratègies inclusives per a aquests joves que fonamentalment necessiten Activitat Física (AF) i participació esportiva.

No obstant, no es coneixen accions concretes per part de les entitats polítiques

responsables per a identificar l'alumnat o les escoles més vulnerables o amb majors índexs d'inactivitat on desenvolupar accions per a la promoció de l'AF en aquests col·lectius. Aquest projecte aborda aquesta necessitat a partir del desenvolupament d'un full de ruta per a la Identificació i Motivació de joves inactius que fonamentalment necessiten Activitat Física (Identification and Motivation of inactive youth who mostly need Physical ACTivity; IMPACT), incloent exemples de bones pràctiques. Aquesta avaluació s'acompanyarà d'eines que permetin a tots els agents implicats, però principalment autoritats educatives i esportives locals, l'accés a informació instantània, actualitzada i online sobre els nivells d'inactivitat de distintes escoles i distintos col·lectius d'alumnes (e.g., migrants, classes desfavorides), així com a les principals barreres que impedeixen aquesta AF.

El consorci d'aquest projecte formarà a més als professors d'EF en l'ús d'aquestes eines per al diagnòstic de joves inactius i els posteriors obstacles per a la participació esportiva i en AF. Es desenvoluparan també materials educatius i eines que s'integraran curricularment en la programació d'EF i formarem tant a professors com monitors en l'ús d'aquests materials per a motivar als alumnes inactius i promoure la seva participació en activitats físiques o esportives. Les eines i materials es desenvoluparan en 7 llengües europees a més d'una versió en àrab. Les dades se seleccionaran de 6 països i la intervenció, basada en 5 webinars, es portarà a terme en 4 països, la majoria d'ells amb alts nivells d'inactivitat, pobresa i població refugiada (i.e., Turquia, Grècia i França).

Els resultats d'aquest projecte s'empraran per a desenvolupar un full de ruta europeu per al diagnòstic de la inactivitat física a través d'escoles i joves vulnerables de tota Europa i ens permetrà crear una xarxa d'agents interessats en l'adopció d'accions concretes per a la promoció de la participació esportiva i l'establiment d'un estil de vida actiu en joves alumnes inactius.

A més de la Universitat Autònoma de Barcelona, en el consorci participen les següents institucions: University of Thessaly, Greek Ministry of Education, Greek Institute of Educational Policy, Ankara Ministry of Education, Hacettepe University, Grenoble-Alpes University, University of Padova, CAPDI (Italian Association of Physical Education Teachers), Universitat, University of Birmingham, EUPEA (European Physical Education Association) i DSLV (German Association of Physical Education Teachers).

**Yago Ramis i Miquel Torregrossa**

Departament de Psicologia Bàsica, Evolutiva i de l'Educació  
Universitat Autònoma de Barcelona

## Referències

[View low-bandwidth version](#)