

Presentación de la "Guía Pedagógica Thao de actividad física para profesorado de educación física"

El profesorado de educación física, promotor fundamental de la salud infantil

- La Fundación Thao presenta la "Guía Pedagógica Thao de actividad física para profesorado de educación física" que pretende ser un medio indispensable para consolidar hábitos saludables dentro del contexto escolar
- El juego ha sido el concepto clave para la confección de la Guía por su valor educativo y su función socializadora en la forma divertida de activar a los más pequeños
- Expertos coinciden en que uno de los factores principales de incidencia directa sobre la problemática en España de la obesidad infantil, es la falta de actividad física regular



Villanueva de la Cañada (Madrid) 16 de octubre de 2014.- En España, la prevalencia de la obesidad entre los menores de entre 3 y 5 años es ya preocupante, llegando al 14,9% en sobrepeso y al 5,8% en obesidad, según los últimos datos de la Fundación Thao. El sedentarismo y la falta de rutinas y hábitos saludables entre los niños, están fomentando de manera exponencial la obesidad infantil en nuestro país, que se ha convertido ya en una problemática social alarmante. La educación es la base con la que inculcar hábitos saludables a los niños y evitar futuras afecciones o enfermedades.

La Fundación Thao, en su afán por inculcar hábitos saludables durante la infancia, crea la "**Guía Pedagógica Thao de actividad física para profesorado de educación física**", que tiene como objetivo facilitar a los educadores herramientas para enseñar y mostrar a los niños conceptos básicos sobre actividad física, con el fin de que tomen conciencia de su importancia y de los beneficios que les aporta, así como dotarles de habilidades para la acción.

La Guía ha sido **confeccionada en torno al concepto del juego por su valor educativo**. El juego es la vía de comunicación primordial de los niños, es el espacio en el que se encuentran con los demás, es sinónimo de salud, les permite desarrollar sus relaciones sociales y, sobre todo, logra que lleven a cabo una actividad constante. Por esto, la Fundación Thao, con el apoyo del Consejo Superior de Deportes y la colaboración en su impresión de DKV Seguros y Ferrero Ibérica, ponen en marcha esta herramienta para ayudar al profesorado de educación física a fomentar un estilo de vida saludable a través de la actividad física.

El manual dispone de **unidades diferenciadas por edad**, con el fin de facilitar la labor del profesorado y que las actividades se adecuen a cada grupo de niños. Diferenciado entre alumnos de educación infantil y alumnos de educación primaria, teniendo en cuenta su desarrollo físico, motriz y de maduración psicológica.

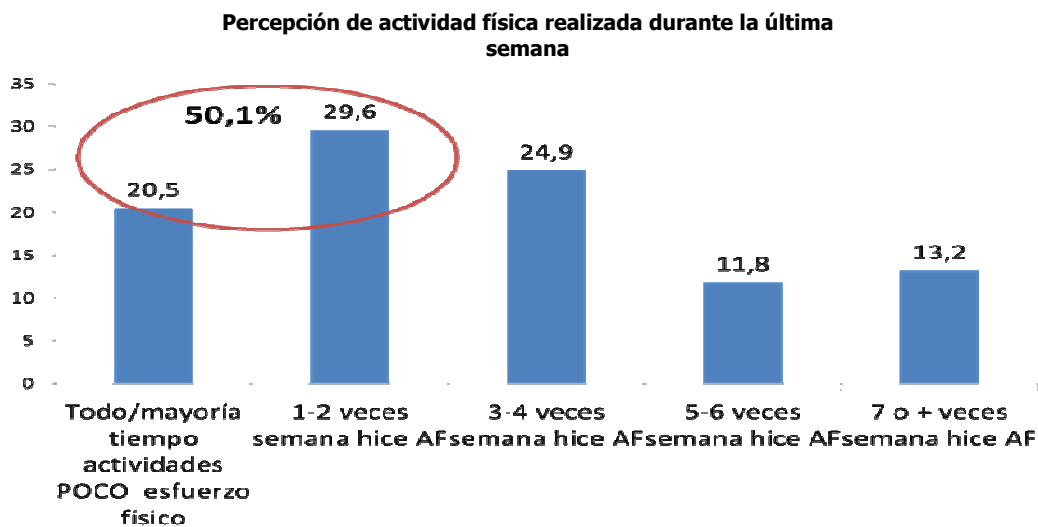
La Guía, se incluye dentro del marco de la nueva temporada Thao de promoción de la actividad física lúdica que desarrolla la Fundación Thao con el lema **¡A crecer con buen ritmo! ¡Aprende a darle ritmo a tu salud, mejor si es en compañía!**, y con el apoyo del **Instituto DKV de la Vida Saludable**, una iniciativa creada para promover la mejora de la salud y la vida de la población mediante la divulgación de información y la formación orientada a inculcar hábitos saludables. A través del Instituto DKV de la Vida Saludable se pretende dar pautas útiles para ayudar a que las personas se conviertan en agentes corresponsables y activos en el cuidado de su salud. Con la puesta en marcha de la iniciativa, en la que participa la Fundación Thao se potenciará la prevención así como los valores del ejercicio y los hábitos para una vida sana.

La Guía se ha presentado en Villanueva de la Cañada, municipio piloto del Programa Thao desde 2007, donde además **niños y niñas de 4º de Primaria del colegio Arcadia junto a monitores** del último curso del Ciclo Formativo de Grado Superior de TAFAD (Técnico Superior en Animación y Actividades Físicas y Deportivas) han realizado actividades infantiles basadas en el ejercicio como clave para una vida saludable.

Los hábitos de actividad física, uno de los factores clave en la prevalencia de la obesidad

Los expertos coinciden en que uno de los factores principales con una incidencia directa sobre esta problemática social es la falta de actividad física regular. Los beneficios de esta práctica, son destacables en cualquier momento del ciclo vital y en los diferentes ámbitos del individuo (físico-motriz, psicológico y social) y por tanto, un hábito que se ha de inculcar durante la infancia.

La Fundación Thao, en su estudio transversal sobre los estilos de vida, y en la que ha contado con datos de más de 2.000 niños y niñas de entre 8 y 12 años, destaca que, más de la mitad de los menores (50,3%) declara realizar actividad física moderada o intensa solamente un máximo de 2 veces a la semana, cuando la recomendación de la OMS es de un mínimo de 60 minutos/día para los niños y niñas de más de 5 años. Además, dos de cada diez niños declaran que, la última semana, la dedicaron mayoritariamente a actividades que suponen un bajo esfuerzo físico. Algo preocupante, dado que se trata de un dato ascendente y tratándose de la población infantil.



La obesidad en la infancia está muy relacionada con la obesidad en la edad adulta y por ello, son básicas las acciones de prevención enfocadas a los más pequeños tales como el Programa Thao-Salud Infantil o el programa de actividad física y deporte en edad escolar dentro del Plan A+D del Consejo Superior de Deportes. Tal como explica el Presidente de la Red Española de Ciudades Saludables de la FEMP y Alcalde de Villanueva de la Cañada, Luis Partida: "El fomento de estilos de vida saludables es fundamental y, sin duda, la mejor medida de prevención que podemos tomar. Debemos ser conscientes de la importancia que tienen una alimentación equilibrada y la práctica regular de actividad física en el ámbito familiar para las generaciones presentes y futuras".

Las clases de educación física, indispensables para consolidar los hábitos de actividad física regulares dentro del contexto escolar

Disponer durante dos horas a la semana de toda la población infantil y juvenil de nuestro país, debe convertirse en una oportunidad única para poder transmitir, desde la posición del profesor, una información útil y adecuada acerca de la importancia de mantener unos hábitos de actividad física regulares favorecedores para la salud del alumno. Por todo esto, las clases de educación física se han convertido en un medio indispensable para lograr consolidar estos hábitos dentro de los centros escolares.

En este sentido, la figura del profesor de educación física es de vital importancia para lograr este objetivo ya que su papel resulta fundamental en la educación de los niños y las niñas a través de la actividad física. Tal como explica el Director Científico de la Fundación Thao, Rafael Casas: "Hemos de involucrar a todos los sectores sociales posibles en la prevención de la obesidad infantil y la transmisión de estilos de vida saludables en los niños y niñas. Por ello, en el marco de la nueva temporada Thao, dirigida a la promoción de la actividad física lúdica, ha desarrollado una herramienta que permite al profesorado de educación física tener un rol activo en la promoción de hábitos saludables"

Afortunadamente, cada vez son más los centros que se están acreditando como promotores de actividad física y deporte (centros escolares PAFD), convirtiéndose en un referente en la nueva orientación que se le está dando a la actividad física y el deporte hacia la salud. Ya la propia Ley Orgánica de Educación, así como los Reales Decretos, aconsejan la orientación de la materia de educación física hacia esta finalidad.

Sobre la Fundación Thao

La Fundación Thao es una organización no lucrativa que se dedica a promover estilos de vida saludables entre los ciudadanos y a prevenir problemas de salud para reducir la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con el estilo de vida.

El principal programa de la Fundación es el Programa Thao, iniciado en 2007 en 5 municipios españoles y embrión de una red municipal que actualmente aglutina a más de 70 municipios de 7 Comunidades Autónomas. Esta red pone a disposición de instituciones locales, asociaciones de padres y madres, escuelas, comercios o centros de salud materiales pedagógicos y planes de actuación elaborados por la coordinación nacional y abalados por un comité de expertos. El objetivo es frenar la prevalencia de sobrepeso y obesidad infantil promoviendo la alimentación equilibrada, la actividad física regular, el estímulo de hábitos adecuados de descanso y la intervención transversal sobre los factores psicológicos y sociales que intervienen en el bienestar de los menores y sus familias.

Bajo el concepto "Think Action Obesity", la Fundación Thao se ha establecido como referente en España en evaluación y acción en promoción de la salud infantil. Cuenta con la mayor muestra de niños y niñas de todo el país, a los que se mide periódicamente y con los que se lleva a cabo un plan de acciones continuadas de ámbito municipal para favorecer y reforzar hábitos saludables.

El Programa Thao-Salud Infantil cuenta con el apoyo de la AECOSAN (Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición) a través de la Estrategia Naos para la prevención de la obesidad del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, y del Consejo Superior de Deportes del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, entre otros organismos públicos. En Catalunya, cuenta con el certificado del Pla integral per a la promoció de la salut mitjançant l'activitat física i l'alimentació saludables (PAAS) de la Agència de Salut Pública de Catalunya. Los patrocinadores privados que apoyan al Programa Thao son Nestlé, Ferrero Ibérica y DKV Seguros, y las empresas asociadas a Thao Friendly, Nufarm y Aquona.

Para más información:

INFORPRESS
Sara Luque
sluque@inforpress.es
91 564 07 25

FUNDACIÓN THAO
Anna Noguera
anna.noguera@thaoweb.com
93 706 12 42



Thaoweb.com



[Facebook Programa Thao-Salud Infantil](#)



[Canal Programa Thao](#)