

Académica UBB expuso sobre sedentarismo en confinamiento y priorización curricular



“Currículum escolar de educación física y salud en tiempos de confinamiento: priorización pandemia y diálogo” se denominó el webinar en el que participó como experta invitada la académica del Departamento de Ciencias de la Educación de la Facultad de Educación y Humanidades UBB, Dra. Ximena Díaz Martínez.

En la actividad, organizada por la Universidad de Antofagasta, la docente presentó su trabajo “Priorización curricular en Educación Física, confinamiento, sedentarismo e inactividad física”, donde abordó las posibles consecuencias de la inercia en los niños y jóvenes producto del encierro que debemos llevar a cabo por la emergencia sanitaria.

La académica planteó que en nuestro país “el 48.4 % de los niños y niñas, de 5 a 17 años, son inactivos, siendo de 13 a 17 años la mayoría (60%) (datos de la Encuesta nacional de hábitos de actividad Física y deportes, Ministerio del Deporte 2019) y, según la Organización Mundial de la Salud, se recomienda que los niños y adolescentes realicen al menos 60 minutos de actividad física de intensidad moderada a vigorosa, y ver no más de 2 horas de televisión o videojuegos”.

Asimismo, en tiempos “normales”, agregó, los niños obtienen su actividad física diaria a través de viajes activos a la escuela, de la clase de educación física, de los recreos de los juegos y salir con los padres, por ejemplo, algo que se vio drásticamente afectado por la pandemia. Ximena Díaz hizo hincapié en que, si bien la situación actual significa un cambio en nuestro estilo de vida, no necesariamente debe transformarse en tener un mal estado físico, por lo que hizo una invitación a ocuparse del tema, tanto en los hogares como en las instituciones relacionadas.

El seminario, manifestó la profesora, fue interesante y un desafío ya que por ahora se cuenta con datos parciales, pero a futuro se podrán realizar análisis con mayor información científica concluyente sobre cuánto tiempo están los niños frente a una pantalla los niños y adolescentes, cuánto duermen, a qué hora, o cuánto se ha alterado su rutina con la pandemia, por ejemplo. Respecto a la priorización curricular, la académica sostuvo que es un tema que se “veía venir”, ello, ya que el tiempo otorgado para los aprendizajes no es suficiente en relación a los resultados que se esperan de ellos.


 FACULTAD DE EDUCACIÓN | PROMOCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA
 

WEBINAR

CURRÍCULO ESCOLAR DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD EN TIEMPOS DE CONFINAMIENTO: PRIORIZACIÓN, PANDEMIA Y DIÁLOGO

MIÉRCOLES 17 JUNIO 2020 19:00 Hrs



Dr. Ignacio Rodríguez
 Profesor de Educación Física y Salud
 Universidad de Chile



Dr. Sebastián Rodríguez
 Director del Programa de Educación Física y Salud
 Universidad de Chile



Dr. Andrés Pizarro
 Profesor de Educación Física y Salud
 Universidad de Chile

ORIENTADO A: Profesores, Estudiantes y Egresados en el área de la Educación Física Escolar y Universitaria.
 Inscripciones: ignacio.rodri@vuc.cl





ARE YOU SITTING TOO MUCH?




	Men	Women	Total
Sitting (min)	320	315	317
Standing (min)	280	285	282
Total	600	600	600

Chile

- 614 minutos (=10 horas) al día lo destinamos a estar sentados



Cuanto tiempo pasamos sentado en Chile?