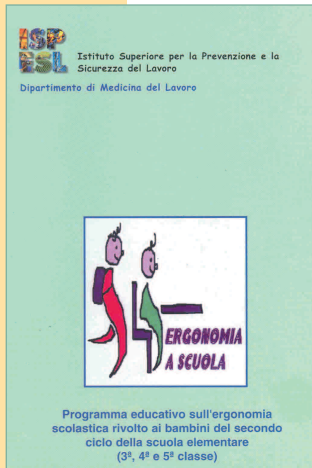




Programma educativo sull'ergonomia scolastica rivolto ai bambini del secondo ciclo della scuola elementare



Scheda Bibliografica n. SB/02



Papale A., *Ergonomia a scuola. Programma educativo sull'ergonomia scolastica rivolto ai bambini del secondo ciclo della scuola elementare (3^a, 4^a e 5^a classe)*, Roma, ISPEL, 2004; pagine 46.

<<http://www.ispesl.it/formaz/opuscoli/ergonomiaScuola.htm>>

ABSTRACT

Andare a scuola è un vero e proprio... lavoro! Anche i bambini della scuola primaria potrebbero incorrere in disturbi muscolo scheletrici, come ad esempio mal di schiena, scoliosi, iperlordosi lombare, derivanti da posture errate o dal peso della... cultura (gli zainetti carichi di libri).

Al fine di prevenire disturbi ed eventuali patologie a carico della schiena e del collo è stato realizzato questo programma educativo sull'ergonomia scolastica per il secondo ciclo della scuola primaria (3^a, 4^a e 5^a classe).

L'opuscolo "Ergonomia a scuola" fornisce agli insegnanti informazioni utili su come realizzare il programma in classe, indicando per ciascun modulo: obiettivi, materiali didattici e metodologia da adottare.

Il programma ha l'obiettivo di sensibilizzare l'alunno, attraverso lo studio delle proprie esperienze e di alcuni semplici concetti di ergonomia, ai problemi derivati da una inadeguata ergonomia scolastica. In particolare, viene fornita una formazione all'uso dello zainetto scolastico e alla postura corretta al banco di scuola e davanti al videoterminale. Gli strumenti didattici proposti sono semplici e intendono coinvolgere e far leva sulla creatività dei bambini. È importante sottolineare che la scuola riveste un ruolo fondamentale nella formazione e nella preparazione del bambino in tutti i campi della vita, compresa l'educazione alla prevenzione delle malattie in generale e, in particolare per quanto riguarda l'ergonomia scolastica, dei disturbi e delle patologie muscolo-scheletriche, dalle più gravi (scoliosi, iperlordosi lombare) a quelle meno gravi, ma non per questo trascurabili, come ad esempio il mal di schiena.

TARGET DI RIFERIMENTO

Insegnanti del secondo ciclo della scuola elementare (3^a, 4^a e 5^a classe).

ORDINE SCOLASTICO

Scuola primaria.

PER SAPERNE DI PIÙ

http://www.age.it/upload/sub/allegati_news/Lo_zainetto_scolastico.pdf • <http://www.gss.it/zainetti/index.htm>
• http://www.pubblica.istruzione.it/essere_benessere/postura.shtml

BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE

- Marschall M., Harrington A.C., Steele J.R., Effect of workstation design on sitting posture in young children, *Ergonomics*, 1995, 38(9):1932-40;
- Van Gent C. et al., The weight of schoolbags and the occurrence of neck, shoulder, and back pain in young adolescents, *Spine*, 2003, 28(9):916-21.

PAROLE CHIAVE

Scuola; Postura; Zainetti; Mal di schiena.