

XXVII  
PAMCE

Programa de  
**Apoyo Municipal  
a Centros Educativos**  
2025-2026



RIVAS  
VACIAMADRID



## CONCEJALÍA DE SALUD PÚBLICA Y PROTECCIÓN ANIMAL

### CONTACTOS DEL PERSONAL RESPONSABLE DE LA ACTIVIDAD

**Responsable(s):** Laura Pardo Fernández /Sonia García Santero

**Mail:** salud@rivasciudad.es

**Dirección:** Plaza 19 de Abril, s/n

**Teléfono:** 912817399      **Ext.:** ----

**Horario y/o plazos de información:** 10:00 a 14:00. Septiembre.

### NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

¿Es una actividad nueva este curso? No

## FOMENTO HÁBITOS SALUDABLES-HIGIENE POSTURAL

### ALUMNADO AL QUE VA DIRIGIDO

2º Ciclo de Educación infantil (3-5 años)- 5 años  
Educación Primaria (6-12 años) - 3º y 6º

### DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

Los talleres de higiene postural intentan evitar los vicios posturales adquiridos por el uso; y pretenden corregir aquellas posiciones que pareciendo más cómodas, van modificando o viciando la biomecánica postural correcta. Cuando los malos hábitos están en su inicio, se pueden corregir fácilmente con simples consejos posturales, y evitamos así que evolucione a un trastorno estático de la alineación corporal, y secundariamente, a una patología que precise tratamiento.

### OBJETIVOS generales y específicos

1. Mejorar el nivel de salud de la población escolar en sus respectivas etapas, mediante la realización de actividades de promoción y prevención, que favorezcan la adquisición de conocimientos y hábitos saludables.
2. Reducir la incidencia de los problemas derivados de una mala higiene postural adquirida en la infancia.
3. Conocer la higiene postural.
4. Comprender la importancia de corregir los vicios posturales.

5. Adquirir un concepto general de los movimientos correctos.
6. Estimular y fomentar la importancia de la adquisición de posturas correctas.
7. Garantizar que la población escolar de Rivas Vaciamadrid reciba una formación suficiente en los temas de salud.

## TEMPORALIZACIÓN

**Nº de sesiones:** Una      **Duración de cada sesión:** 45 minutos

**Fechas de realización:** Curso escolar 2025/26

**¿Son fechas cerradas?** No

**Si la respuesta es afirmativa, indica en qué mes:**

**¿Son fechas abiertas a consensuar con el centro?** Si.

**Observaciones:** Se consensuarán las fechas entre la persona responsable del centro educativo y la persona responsable de la formación.

**Es imprescindible que el taller se solicite, al menos, para cuatro grupos.**

## ORGANIZACIÓN DE LA ACTIVIDAD

**Espacio dónde se imparte la actividad:** Aula.

**¿Quién imparte la actividad? Perfil profesional:** Fisioterapeutas.

**Metodología y desarrollo:** Dinámica y Participativa.

El programa consta de un taller para cada curso:

- **“Mi mejor amiga es una estatua”- 5 años:**

Se enseña al alumnado la importancia de fomentar los juegos saludables para así consolidar una conciencia de autocuidado de su cuerpo a la hora de realizar las diferentes actividades de su vida diaria. Se realiza esta actividad apoyada por material audiovisual interactivo que se proyectará en las pantallas digitales del centro.

El taller tiene una duración aproximada entre 30 y 45 minutos.

- **“Aventuras y desventuras de Zgmrtsglub en la Tierra” - 3º.**

Se mantiene el objetivo de enseñar hábitos saludables en la vida diaria de la infancia (aula, transporte, estudios, casa, ocio...), introduciendo aspectos como capacidades y demandas (la necesidad de reforzar sus cuerpos para poder afrontar sin problemas los esfuerzos que tendrán que asumir a esa edad). Se desarrolla un taller participativo utilizando un cómic con ejemplos prácticos que se proyectan en el aula. Al finalizar la sesión se le entrega el cómic al alumnado participante, para que puedan trabajar en casa con sus familias los conceptos adquiridos en el aula, integrando a padres y madres en este aprendizaje. También se entrega un vídeo orientado al profesorado.

El taller tiene una duración aproximada de 45-60 minutos.

- **“FisioMisterios” -6º:**

Los objetivos son profundizar en las consecuencias, a corto y largo plazo, de no aplicar estos hábitos saludables y repasar consejos prácticos.

El taller, de una hora de duración aproximada, se plantea a través de un juego de descubrimiento y aprendizaje del tipo “*scape room*”. El alumnado tiene que superar diferentes pruebas y retos, trabajando en grupos para resolver cinco “FisioMisterios” (lesiones, descanso, hábitos saludables, etc.). Al final tendrán que realizar una exposición en público para presentar sus conclusiones.

El taller tiene una duración aproximada de 60 minutos.

Puede solicitarse el programa completo para realizar todas las actividades o únicamente solicitar el taller que interese. **Será necesario que, tanto si se solicita el programa completo como un solo taller, que sea como mínimo para cuatro grupos.**

**Recursos propios:** Material educativo.

**Recursos necesarios del centro:** Ordenador y proyector o pizarra digital.

¿Es una actividad con coste? No.

## INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

1. Hábitos Saludables pertenece a una campaña de prevención en escolares del Colegio Profesional de Fisioterapeutas de la Comunidad de Madrid.
2. Los recursos son limitados por lo que las solicitudes serán valoradas por la Concejalía de Salud Pública y Protección Animal.
3. Se deberá especificar en la solicitud :
  - a. El horario del centro, incluido el horario de las sesiones de clase, los recreos y comedor.
  - b. El número de alumnos y alumnas por aula.
4. **Es imprescindible que el taller se solicite, al menos, para cuatro grupos.**

## VINCULACIÓN CON ODS

