



Universidad de Granada

Investigadores de la UGR desarrollan un programa para aumentar los niveles de actividad física de los escolares

25/01/2018

Divulgación

El proyecto de investigación PREVIENE, liderado por el profesor del departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada Pablo Tercedor Sánchez, propone un **programa de cinco intervenciones para mejorar la actividad física y la salud del sueño de los niños en edad escolar**. Las actuaciones pasan por el desplazamiento activo al colegio (andando o en bicicleta), las unidades didácticas activas en Educación Física, el ejercicio en los recreos, la promoción de hábitos saludables de sueño y un programa en el que se engloban las cuatro intervenciones mencionadas para incrementar los niveles de actividad física en los escolares.



Seguir leyendo