

MODELO PROPUESTA DE ACCIÓN FORMATIVA

TÍTULO	ERGONOMIA APLICADA EN EL PUESTO DE TRABAJO DEL PDI
MÓDULO AL QUE PERTENECE	FORMACIÓN COMPLEMENTARIA: SALUD LABORAL
DURACIÓN EN HORAS	10 horas.
MODALIDAD	Asíncrono a través de la plataforma Moodle
FECHAS Y HORARIO	12 y 13 de noviembre de 16 a 19 horas. 14 de noviembre de 16 a 20 horas.
PLAZAS A OFERTAR	16
PERFIL DE LOS DESTINATARIOS	PDI
OBJETIVOS Y COMPETENCIAS A CONSEGUIR	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mejorar las condiciones laborales de los trabajadores en el puesto de trabajo. 2. Sensibilizar de la importancia de la salud del trabajador en el futuro. 3. Mejorar hábitos de vida en términos de salud laboral. 4. Adoptar hábitos saludables antes, durante y después del trabajo.
CONTENIDOS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluamos nuestro puesto de trabajo: Elementos de análisis, variables a considerar. 2. Riesgos asociados a las posturas forzadas. 3. Medidas preventivas para 4. Pausas activas al realizar el trabajo 5. Ejercicios prácticos para evitar el riesgo ergonómico
METODOLOGÍA	Asíncrono a través de la plataforma Moodle. Se propondrán ejemplos prácticos sobre la aplicabilidad de los diferentes ejercicios a realizar por los alumnos en las clases de forma práctica.
PROFESORADO DE LA ULE	María José Fínez Silva 1 hora
OTRO PROFESORADO	Fernando Minaya Rodríguez 9 horas