

RESUME

Introduction : Les rachialgies sont un problème de santé publique touchant une grande partie de la population. En 2014 le projet Kinécole a été créé dans le cadre du mémoire de G. Radigue. Il comprend une partie dépistage des pathologies rachidiennes de l'enfant, et une partie sensibilisation aux bonnes habitudes. Notre travail vient alimenter ce deuxième axe par des conseils ergonomiques.

Objectifs : Notre souci est de savoir comment optimiser la sensibilisation des enfants de 6 à 10 ans à l'ergonomie rachidienne. Les facteurs de risque d'apparition de douleurs et de mauvaises postures sont confrontés aux mesures préventives pour les minimiser.

Méthode : Notre méthodologie comporte quatre étapes : la conception d'un livret d'ergonomie, des ateliers avec les CM1-CM2, leur transmission de connaissances aux CP-CE1-CE2, et la transmission des livrets aux plus petits. Ce livret va ici être vecteur d'informations, permettant une consultation facile du document et une prise en main rapide. Les savoirs des plus grands sont basés à la fois sur les travaux réalisés l'an passé à l'aube du projet Kinécole, et à la fois sur des ateliers mis en place par nos soins. Trois thèmes principaux sont abordés avec eux : anatomie et squelette, positions assises, sac à dos et choses lourdes.

Conclusion : Les acteurs de cette expérience sont représentés non seulement par les destinataires du livret (CP-CE1-CE2) mais aussi par les CM1-CM2, sans oublier l'équipe pédagogique. Cette dynamique et notre travail sont la preuve que de tels travaux ont tout à fait leur place tant dans le cadre de la prévention qu'auprès du jeune public visé. Le projet Kinécole a encore toute sa place pour s'épanouir à plus grande échelle.

Mots clés : école - enfant - ergonomie - prévention - rachialgie

Key words : school - child - ergonomoy - prevention - back pain