

**UNIVERSIDAD MAYOR**

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

**PEDAGOGÍA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN**



**UNIVERSIDAD  
MAYOR**

**Hábitos de vida saludable, habilidades sociales y actitudes de los  
estudiantes hacia la educación física**

Trabajo de investigación para optar al Grado Académico de

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN

Estudiantes:

Bertoni Ibáñez, Diego Andrés

Campos Rojas, Joaquín Ignacio

Carrasco Salinas, Gonzalo Andrés

Cornejo Jara, Claudio Andrés

Profesora guía:

Dra. María Eliana Arias Meriño

Santiago de Chile, 2021

## RESUMEN

El objetivo general de esta investigación fue determinar de qué manera se relacionan los hábitos de vida saludable (V1) y las manifestaciones de habilidades sociales (V2) con las actitudes de los estudiantes de primer año de enseñanza media durante la clase de educación física (V3) en un colegio particular de la comuna de La Reina durante el año 2021. Para esta investigación el enfoque epistemológico, fue de carácter cuantitativo, aplicando encuestas de opinión tipo Likert de manera presencial, para cubrir las variables por parte de los estudiantes; incluyendo para la variable 3 la opinión de los docentes. El diseño utilizado según el alcance fue de asociación y no experimental.

Los datos obtenidos por variable, indicaron un nivel de acuerdo de 71% (V1), 75,3%(V2) y 71%(V3); sobre la base de lo cual, se estableció la relación entre los hábitos de vida saludable(V1) y las manifestaciones de habilidades sociales(V2) con la actitud frente a la clase de educación física(V3).

Palabras clave: Hábitos de vida saludable, Habilidades sociales, Actitud, Educación física.

## ABSTRACT

The general objective of this research was to determine how healthy lifestyle habits (V1) and manifestations of social skills (V2) are related to the attitudes of first-year high school students during physical education class (V3) in a private school in the commune of La Reina during the year 2021. For this research, the epistemological approach was quantitative, applying Likert-type opinion polls in person, to cover the variables with the students opinions and including in variable 3 the teachers the opinions. The design used according to the scope was of association and non-experimental.

The data obtained according to each variable indicated an agreement level of: (V1) 71%; (V2) 75.3%; (V3) 71%, allowing to establish that there is a relationship between healthy lifestyle habits (V1), manifestations of social skills (V2) and attitude towards physical education class (V3).

Key words: Healthy lifestyle habits, Social skills, Attitude, Physical education.

## 1.INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa determinante en el desarrollo de todo ser humano, dado que ocurren grandes cambios desde ámbitos cognitivos, físicos, emocionales y sociales; además en estas edades los y las adolescentes acostumbran a verse enfrentados a diversos retos y tomas de decisiones que tendrán implicancia en la proyección de su futuro, lo cual es un rasgo característico de la madurez dentro de esta etapa (Rodríguez, 2017).

De esta forma es como en estas edades de la adolescencia que según la Organización Mundial de la Salud van entre los 10 y 19 años (OMS, 2021), se pueden desarrollar y afianzar muchos de los hábitos positivos que apuntan hacia un estilo de vida saludable en el futuro, como lo puede ser la práctica habitual de ejercicio físico, dormir las horas necesarias para un correcto descanso, llevar una dieta saludable, entre otros (Rodríguez, 2017). En cuanto a los hábitos de vida saludable, según el contexto actual hay que poner especial énfasis en la práctica de actividad física (AF), ya que en Chile se evidencia un aumento en el sedentarismo y obesidad de la población escolar en los últimos años, donde el 85% de los y las adolescentes chilenos no cumplen con la recomendación de 60 minutos diarios de actividad física moderada a vigorosa estipulada por la Organización Mundial de la Salud en el año 2014 (Giakoni et al., 2021). Es por esto, que se hace relevante llevar un estilo de vida activo, pues realizar ejercicio y actividad física de manera regular se considerada uno de los elementos más importantes para disminuir factores de riesgo en nuestra salud, atenuando el peligro de padecer enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT) (Matsudo, 2012; Lizarazo et al., 2020).

Otro elemento importante a desarrollar en la adolescencia implica aspectos personales y de interacción social, puesto que en estas edades se forman diversos rasgos de la personalidad, reforzando la opinión que se tiene de uno mismo, buscando el contacto y relación con pares, teniendo esta etapa una gran relevancia para el desarrollo de las habilidades sociales que resultan claves en el bienestar personal y la salud integral del individuo (Contini, 2015); favoreciendo sus competencias emocionales y capacidad para afrontar situaciones difíciles de

manera adecuada (Jaureguizar et al., 2018). Además, las relaciones sociales inciden de manera directa en componentes tales como, la autoestima, la adopción de roles, la autorregulación del comportamiento y el rendimiento académico (Monjas Casares, 2002). Por tanto, el enfocarse en el trabajo de las habilidades sociales desde edades tempranas, influye de manera positiva en la formación de toda persona y al mismo tiempo resulta ser una herramienta preventiva ante graves problemas personales y colectivos del futuro (Monjas Casares, 2002).

Dicho esto, la adquisición de hábitos de vida saludables y las habilidades sociales positivas en la adolescencia puede tener un impacto beneficioso para posteriores etapas de la vida. Siendo aquí donde la educación cumple un rol fundamental, ya que los colegios son uno de los entes que influyen en mayor grado respecto a la formación de los niños, niñas y adolescentes, de modo que tienen la valiosa responsabilidad social de brindar las herramientas, experiencias y espacios necesarios donde se puedan desarrollar los y las estudiantes de manera integral con todas las competencias y habilidades necesarias para desenvolverse de la mejor manera posible en su futuro. Bajo esta lógica, se involucra inevitablemente el trabajo de las habilidades sociales y hábitos de vida saludable dentro del plano educativo, donde la clase de educación física (EF) parece ser un espacio idóneo para lograrlo.

Siendo así como uno de los desafíos de la clase EF más allá del logro de sus objetivos en aspectos de habilidades motrices y rendimiento físico, involucra ser una herramienta real y esperanzadora capaz de promover hábitos de vida saludable y el desarrollo positivo de las habilidades sociales para los y las estudiantes. Es por esto que como primer paso se hace necesario generar interés y participación por parte del alumnado hacia las clases de EF, entendiendo que si estos las encuentran atractivas podrán disfrutar más de ellas y será más probable que tengan un mejor desarrollo en la adherencia de hábitos de vida saludable, recibiendo sus aportes físicos, psicológicos y sociales (Gutiérrez, 2014; Gutiérrez, Pilsa, 2016).

Respecto a esto, existe una prevalencia en sostener que los y las adolescentes que presenten actitudes positivas hacia la AF estarán más cercanos

a beneficiarse del logro de los objetivos dentro de la EF; adoptando un estilo de vida activo durante su adultez y vejez (Gutiérrez, Pilsa, 2006), es por esto que el promover y trabajar las actitudes positivas de los y las estudiantes resulta ser un elemento fundamental para un mejor desarrollo de las clases, siendo determinante para cumplimiento de los objetivos propuestos.

Ahora bien, considerando lo expuesto anteriormente se pretende abordar la siguiente problemática:

¿De qué manera se relacionan los hábitos de vida saludable y las manifestaciones de habilidades sociales con las actitudes de los estudiantes de primer año de enseñanza media durante la clase de educación física en un colegio particular de la comuna de La Reina durante el año 2021?

El problema planteado anteriormente sobre el cual se busca dar respuesta, se justifica según el criterio de conveniencia (Hernández Sampieri et al., 2014), dado que en el establecimiento particular de la comuna de La Reina donde se realiza la investigación, y además por parte del cuerpo docente del departamento de educación física, hay un acuerdo de intereses sobre la necesidad de conocer la relación existente entre los hábitos de vida saludable y la manifestaciones de habilidades sociales con la actitud de los estudiantes durante las clases de educación física. Ya que los resultados que establezca la investigación podrán servir como herramienta para establecer alguna posible situación remedial o intervención en caso de ser necesario, y así poder aportar en un mejor desarrollo de las clases y aprendizajes para los y las estudiantes del colegio.

Además, este problema también se justifica considerando el criterio de relevancia social (Hernández Sampieri et al., 2014), ya que las variables del problema se relacionan con aspectos fundamentales de la formación integral del estudiantado, las cuales deben ser trabajadas y promovidas en todas las etapas escolares, como lo son los hábitos de vida saludable, las manifestaciones de habilidades sociales y las actitudes de los y las estudiantes durante las clases de educación física. Aportando así en el desafío y responsabilidad que tiene una educación de calidad con respecto a buscar mejoras que favorezcan a los y las

estudiantes en su correcto desarrollo para tener un mejor desenvolvimiento en el futuro.

Según lo expuesto anteriormente, el objetivo general al que se busca apuntar por medio de este estudio es:

Determinar cómo se relacionan los hábitos de vida saludable y las manifestaciones de habilidades sociales con las actitudes de los y las estudiantes frente a las clases de educación física.

Los objetivos específicos (OE) que se desarrollan son:

OE.1: Identificar los hábitos de vida saludable considerando la actividad física extraescolar, sueño, alimentación y autocuidado en los y las estudiantes.

OE.2: Indicar las manifestaciones interpersonales, intrapersonales en el ambiente de aula de los y las estudiantes.

OE.3: Analizar la actitud de los y las estudiantes frente a las actividades, metodologías y tipos de evaluaciones aplicadas en las clases de educación física.

Finalmente, la hipótesis planteada para esta investigación es la siguiente:

La práctica de A.F extraescolar y las manifestaciones interpersonales se relacionan con la actitud de los estudiantes frente a las actividades de las clases de educación física de primer año de enseñanza media de un colegio particular de la comuna de La Reina durante el año 2021.

### **Marco teórico**

Respecto al concepto de **hábitos de vida saludable** (HVS), este se considera como un constructo que implica factores psicológicos, sociales, culturales e incluso económicos, los cuales procuran mantener un estado de salud física y mental adecuado (Grimaldo, 2012). Los hábitos corresponden a respuestas contextuales que suponen en las personas la repetición de comportamientos o acciones en la vida diaria (Wood & Neal, 2016). Dicho esto, los HVS incluyen conductas de salud, patrones de comportamientos, creencias, conocimientos,

hábitos y acciones de las personas para mantener, restablecer o mejorar su salud (Sánchez, De Luna 2015), la cual, se considera el patrimonio individual más importante e imprescindible que se posee, de manera que sin salud son pocas las cosas que realmente cobran su verdadero sentido y dimensión (Latorre, Herrador 2003). Tener una vida activa y saludable requiere de un conjunto de prácticas significativas y sostenidas en el tiempo ligadas a los HVS, donde los comportamientos del día a día (hábitos de vida saludable) permitan fortalecer y mantener una buena salud alejada de lo patológico. Ahora bien, el estilo de vida se define como el conjunto de pautas y hábitos comportamentales cotidianos de una persona, que mantenidos en el tiempo pueden constituirse en dimensiones de riesgo o de seguridad dependiendo de su naturaleza (Sánchez, De Luna 2015), donde, algunos aspectos de un estilo de vida saludable, como la práctica de actividad física y los buenos hábitos dietéticos, son considerados factores protectores frente a enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), de alta prevalencia en el mundo, como lo son afecciones cardiovasculares, respiratorias crónicas, cáncer, diabetes, entre otras (Zanjani, 2015).

Es así como dentro de los HVS, realizar ejercicio y actividad física (AF) de manera regular es considerado uno de los elementos más relevantes para disminuir factores de riesgo en nuestra salud, atenuando el peligro de padecer ECNT, además de tener beneficios en ámbitos psicológicos como en el control de ansiedad y depresión, aportando en la mejoría de la imagen corporal y autoestima (Matsudo, 2012; Lizarazo et al., 2020). La importancia de ser físicamente activo radica en los beneficios considerables que trae para la salud, donde, según los estándares mundiales descritos por la OMS, la inactividad física se define como la falta de cumplimiento de las recomendaciones mínimas internacionales de AF, es decir, 60 minutos al día en niños y adolescentes y 150 minutos semanales en población adulta (OMS,2020). Esta condición, en casos más graves, lleva a las personas a adoptar hábitos y actitudes sedentarias, entendiéndose como la carencia de movimiento durante las horas de vigilia a lo largo del día, y es caracterizada por actividades que sobrepasan levemente el gasto energético basal, como ver televisión, estar acostado o sentado (Cristi-Montero et al., 2015). En la actualidad

se muestran índices negativos respecto a estos hábitos, evidenciándose un aumento en el sedentarismo de la población escolar en los últimos años, lo cual se relaciona con los altos niveles de sobrepeso y obesidad presentes en Chile donde el 60% de los niños de quinto básico padece alguno de ambos y un 34% de los adultos mayores de 15 años son obesos (Ryvertt, V., 2019).

Por otro lado, la práctica de ejercicio físico se convierte en una necesidad vital, la cual aumenta sus beneficios si está acompañada de la adopción de otros HVS asociados, como la alimentación, el autocuidado y el descanso (Latorre, Herrador, 2003). Como menciona Hipócrates, comer bien no basta para tener salud, ya que se hace necesario incluir ejercicio físico, donde cuyos efectos también deben conocerse, puesto que la combinación de ambos factores constituye un correcto régimen, entendiendo que, si hay alguna deficiencia en la alimentación o en el ejercicio, el cuerpo enfermará (Espinoza, J., 2019). Dicho de otra manera, la adopción de hábitos alimenticios saludables es fundamental para la preservación de la salud y resulta más beneficioso estando complementado por la realización de actividad física.

Una alimentación saludable es aquella que aporta todos los nutrientes esenciales y la energía que cada persona necesita para mantenerse sana, la cual se logra combinando varios alimentos en forma equilibrada, para así satisfacer las necesidades nutritivas que se requieren para un correcto crecimiento y desarrollo de las capacidades físicas e intelectuales (García, M., 2009). Una mala alimentación puede tener efectos negativos para el cuerpo humano. En el caso de una alimentación excesiva, esta puede producir un aumento de masa corporal y adiposa, trayendo consigo una serie de enfermedades ECNT derivadas de la condición de obesidad. Por otro lado, en el caso de una deficiencia alimenticia, esta puede generar desnutrición, junto con el debilitamiento de las estructuras corporales y una serie de ECNT perjudiciales para el desarrollo humano. En el contexto escolar, la alimentación de la población adolescente no atiende a las propuestas alimenticias saludables adecuadas (Cúneo, Maidaba, 2014), situación totalmente perjudicial para su desarrollo y por ende afecta negativamente en sus estilos de vida.

El sueño y el descanso son elementos muy importantes dentro de la formulación de los estilos de vida saludables. Siendo un punto esencial para mantener el equilibrio de la psiquis humana, por lo que su privación o alteración provoca daños significativos en la atención, en la memoria y en el control emocional (Rocha, Rossini 2010). La buena salud del sueño se caracteriza por la satisfacción subjetiva, el tiempo apropiado, la duración adecuada, la alta eficiencia y el estado de alerta sostenido durante las horas de vigilia (Buysse, 2014). Es necesario un buen hábito del sueño, que incluya horarios regulares que prevengan el desarrollo de trastornos asociados a esta. La reducción del tiempo destinado al sueño o el empeoramiento de su calidad por adquirir malos hábitos conduce al cansancio y repercute en la calidad de vida, el rendimiento y en mayor riesgo de sufrir algún tipo de accidente (Mesquita, G., Reimao, R., 2006). Hoy en día, la falta de sueño entre los y las adolescentes es frecuente y se relaciona con malos hábitos que repercuten en todo ámbito de la vida. Esto se genera debido a una disminución del tiempo de sueño nocturno y un incremento de la somnolencia diurna, siendo así cómo esta falta de descanso conduce a una excesiva somnolencia por reducción crónica del sueño (Hernández, García et al, 2015).

Respecto a los hábitos de autocuidado puede manifestarse en dos aspectos, uno interno y otro externo. Los aspectos internos dependen directamente de la persona y determinan, de una manera personal, el autocuidado; entre ellos tenemos: Los conocimientos, la voluntad y las actitudes (García, F., 2017). Este primer punto advierte de un factor completamente entregado a la decisión de cada sujeto, dando un grado de autonomía a este, no obstante, no debemos pasar por alto el factor ambiental que, en este caso, se relaciona directamente con la autonomía, mencionada anteriormente. Los aspectos externos son aquellos que vuelven posible o no el autocuidado de las personas que, sin embargo, no dependen de ellas; corresponde a los determinantes de tipo cultural, político, ambiental, económico, familiar y social. Entre los factores externos están los de tipo: cultural, de género, científico, físico, económico, político y social. (García, F., 2017). Es así entonces cómo dividimos el concepto de autocuidado en estas dos variables que se relacionan entre sí, a pesar de que una sea más determinante que la otra, en este

caso el aspecto externo del autocuidado. En cuanto al concepto global, para Angarita y Escobar (2007) el autocuidado es una conducta que el individuo aprende por sí mismo y el entorno para mantener un balance óptimo en el desarrollo de la vida, salud y bienestar.

Respecto a la definición del concepto de **habilidades sociales** (HS), en primer lugar, resulta difícil establecer una única delimitación conceptual ya que son muchos los aspectos que involucra. Sin embargo, las HS se pueden determinar como aquellos elementos que constituyen un grupo de habilidades necesarias para relacionarse satisfactoriamente con los demás (Caballos, Salazar, 2017), estas se pueden manifestar a través de elementos cognitivos, emocionales y conductuales (Delgado, 2017). Por otra parte, las habilidades sociales son definidas como un conjunto de conductas y destrezas específicas que nos permiten interactuar con los demás del modo más adecuado posible según la situación en que nos encontramos, y de manera mutuamente beneficiosa (Izuzquiza, Ruiz, 2006); las HS se adquieren a lo largo de la vida gracias a los modelos de comportamiento propios del contexto donde crece la persona (Betancourth et al., 2017), es decir, son aprendidas y determinadas por el ambiente. Continuando con esta línea también son definidas como el conjunto de capacidades específicas e indispensables para interactuar y relacionarse en forma efectiva con los demás y nuestro entorno (Dávila, 2018), favoreciendo las competencias emocionales (Gutiérrez, Expósito, 2015). Es decir, las habilidades sociales involucran hábitos, destrezas y conductas, las cuales son aprendidas (Delgado, 2017) y favorecen la relación efectiva con el entorno.

En este sentido, la manifestación de habilidades sociales positivas conforman una parte importante de la formación de todo ser humano, es por esto que dentro del ámbito educativo, cobra especial relevancia su trabajo haciéndose indispensable el desarrollo de estas habilidades para que los y las estudiantes alcancen un proceso de adaptación favorable y positivo frente a los cambios que se presentan en el transcurso de su vida desde aspectos personales y sociales, influyendo directamente en la adquisición de muchas otras habilidades necesarias para lograr un equilibrio físico y mental (Jaramillo, Guzmán, 2019).

En consecuencia, la escuela parece ser el espacio idóneo para brindar herramientas que influyan positivamente en el desarrollo de la socialización y fortalecimiento tanto de capacidades como habilidades que permitan un adecuado desenvolvimiento por parte del estudiante para el futuro (Jaramillo, Guzmán, 2019). Dicho esto, en cuanto a estrategias que se vinculan con el trabajo de las habilidades sociales está el trabajo colaborativo, el cual se puede conseguir a partir de juegos y actividades cooperativas, como herramientas didácticas importantes para el desarrollo interpersonal e intrapersonal (Mesa et al., 2014), donde si bien es cierto estas se pueden manifestar en diferentes asignaturas, parece ser que las clases educación física, son un espacio privilegiado para este propósito, dadas sus mediaciones de corporeidad, juego, aspectos lúdicos y recreacionales (Mesa et al., 2014), que favorece la libertad del estudiante, además de la expresión de emociones y sentimientos, donde se puede fomentar valores vinculados a las HS como el compañerismo, la autonomía, la solidaridad, la tolerancia y la inclusión, aprendiendo a tomar decisiones correctas para llegar a buenas soluciones (Panadero et al., 2016).

Finalmente, en cuanto al concepto de **actitud** se puede comprender como una tendencia o predisposición aprendida y usualmente fija que direcciona una conducta ante una situación u objeto (Puig, 1995), las cuales están estrechamente relacionadas con tres componentes, el primero es el cognitivo, que hace referencia a las creencias, pensamientos y convicciones; en segundo lugar está el componente afectivo, que tiene relación con el sentimiento de agrado o desagrado frente al objeto o situación; y finalmente el componente conductual, que hace referencia al conjunto de tendencias que dan respuesta a las intenciones de actuar del individuo (Gutiérrez, Pilsa, 2006). Según estos componentes, los pensamientos, sentimientos y comportamientos funcionan de forma interactiva, influenciando de manera directa en las actitudes y en el cómo se actúa ante determinadas situaciones, siendo complementarias unas de las otras, por tanto, si hay mejora en las informaciones de algunos de estos puntos y se involucran de manera correcta en los procesos de enseñanza, incidirá en una mejor actitud de los estudiantes (Arnau, Montané, 2010). Es así como se puede sostener que las actitudes negativas pueden ser reversibles

si se incluyen los componentes cognitivos, afectivos y conductuales en las clases, interviniendo en ellos de manera adecuada según el contexto y las necesidades que presenten los y las estudiantes, entendiendo que cada uno y una tiene requerimientos específicos producto de sus experiencias vividas. Gutiérrez y Pilsa (2006) analizaron las actitudes de los alumnos hacia los contenidos de las clases de educación física y la conducta de los profesores, encontrando una valoración mayormente positiva en cuanto a sus experiencias con la asignatura en diferentes niveles de secundaria, valorando muy positivamente la variedad de actividades y la inclusión de nuevos ejercicios estando de acuerdo con que se incluya como parte de su calificación la actitud y el esfuerzo, además de preferir juegos de equipo más que en juegos individuales, lo cual según los docentes sirvió para mejorar su ambiente diario de trabajo y favorecer el desarrollo de actitudes positivas. Por ello existe una responsabilidad y deber tanto del docente como de toda la comunidad educativa en conocer las necesidades, opiniones y \*valoraciones de sus estudiantes respecto a las diferentes clases, ya que determinando cuales pueden ser los factores que inciden en mayor grado en la actitud positiva o negativa de los y las alumnas, dará una luz de claridad para determinar en qué aspectos y componentes se debe intervenir o en cuales prestar mayor atención para direccionar las actividades hacia aquellos polos que potencian las actitudes positivas y modificar las que desarrollen las actitudes negativas (Gutiérrez, Pilsa, 2006).

Ahora bien, integrando algunos de los conceptos mencionados anteriormente, dentro de una investigación del campo educativo. Existe un estudio que tenía por objetivo dar a conocer el grado de deportividad, disfrute con la Educación Física y actitud e interés hacia la misma en Enseñanza Secundaria, realizado a 104 adolescentes, con edades comprendidas entre los 14 y los 18 años de edad de dos Centros Educativos de la Región de Murcia en España; demostró que aquellos estudiantes que sí practican deporte fuera del horario escolar reflejaron valores significativamente superiores en disfrute e inferiores en aburrimiento con respecto a las clases de Educación Física, además de ello, se hallaron niveles de valoración de la asignatura, del profesor y de empatía con el docente ligeramente mayores en aquellos que sí practicaban deporte en horario

extraescolar en comparación con aquellos que no realizan estas actividades (Sánchez-Alcaraz., 2018). Dicho esto, se puede establecer que aquellos y aquellas estudiantes que incluyen dentro de sus hábitos de vida la práctica de alguna actividad física fuera del horario escolar presentan una mejor actitud hacia las clases de educación física y por tanto pueden beneficiarse de sus objetivos desde aspectos biológicos, psicológicos y sociales.

## **2. METODOLOGÍA**

En cuanto al enfoque epistemológico de esta investigación, fue de carácter cuantitativo, dado que se considera una realidad única que está representada por los estudiantes de primer año de enseñanza media de un establecimiento particular de la comuna de La Reina.

El diseño según el alcance fue de asociación puesto que el problema planteó la relación entre los hábitos de vida saludable y la manifestación de las habilidades sociales con la actitud de los estudiantes durante la clase de educación física.

El diseño según el nivel de manipulación de las variables fue no experimental dado que no se intervinieron las variables, es decir, se recogieron los datos de manera natural.

El diseño según el aspecto temporal fue transeccional, ya que el problema fue investigado durante un año, correspondiente al 2021.

Universo 1: 65 estudiantes de primer año de enseñanza media, distribuidos en tres cursos, "A" con 22 estudiantes, "B" con 25 estudiantes y "C" con 18 estudiantes de un colegio particular de la comuna de La Reina, durante el año 2021. Se trató de un universo homogéneo, dado que se consideró solo a estudiantes de primer año de enseñanza media.

Muestra 1: 24 estudiantes de primer año de enseñanza media, distribuidos en 3 cursos, "A", "B" y "C" con 8 estudiantes cada uno del colegio particular de la comuna de La Reina, durante el año 2021. Muestra no aleatoria intencional, dado que fue el grupo al que el establecimiento accedió para la investigación, compuesta por estudiantes presentes en el establecimiento.

Universo 2: 18 profesores de primer año de enseñanza media de un colegio particular de la comuna de La Reina, durante el año 2021. Universo homogéneo dado que se consideró solo a los profesores que imparten clases en los cursos de primer año de enseñanza media.

Muestra 2: 2 profesores de educación física de primer año de enseñanza media del colegio particular de la comuna de La Reina, durante el año 2021. Muestra no aleatoria intencional, dado que fue un grupo de profesores de educación física que accedió a la investigación, compuesto por docentes presentes en el establecimiento.

Esta investigación se realizó en un establecimiento particular bilingüe de la comuna de La Reina, ubicado más específicamente en el sector de La Reina Alta. El establecimiento cubre educación parvularia, básica y enseñanza media. Cuentan con una matrícula aproximada de 1350 estudiantes y 83 profesores. La infraestructura del establecimiento destinada a la asignatura de educación física cuenta con gimnasio, multi canchas y piscina, además de áreas verdes.

Para la recolección de datos se utilizaron tres instrumentos de encuestas de opinión, dos destinadas a los y las estudiantes y una tercera hacia los y las docentes.

Instrumento 1: Encuesta de opinión dirigida a los y las estudiantes correspondientes a la muestra para las variables de: Hábitos de vida saludable (V1) y manifestación de habilidades sociales (V2). Consta de 64 afirmaciones, estructurado en dos escalas: uno que considera las dimensiones de los hábitos de vida saludable compuesto por 31 afirmaciones, y el segundo valora diferentes dimensiones de la manifestación de las habilidades sociales de los y las estudiantes con 33 afirmaciones. Las encuestas tienen como formato de respuesta una escala Likert de cuatro opciones, que abarca desde *(TA) Totalmente de acuerdo* hasta *(TD) Totalmente en desacuerdo*.

Instrumento 2: Encuesta de opinión dirigida a los y las estudiantes correspondientes a la muestra para la variable: Actitud frente a la clase de

educación física (V3). Consta de 23 afirmaciones, considerando sus dimensiones. Las encuestas tienen como formato de respuesta una escala Likert de cuatro opciones, que abarca desde *(TA) Totalmente de acuerdo* hasta *(TD) Totalmente en desacuerdo*.

Instrumento 3: Encuesta de opinión dirigida a los y las docentes de la muestra para la variable: Actitud frente a la clase de educación física (V3). Consta de 23 afirmaciones sobre la base de sus dimensiones. Las encuestas tienen como formato de respuesta una escala Likert de cuatro opciones, que abarca desde *(TA) Totalmente de acuerdo* hasta *(TD) Totalmente en desacuerdo*.

Los instrumentos de encuesta fueron revisados y validados por el profesor Patricio Valencia, director docente de Pedagogía en educación física, deportes y recreación de la Universidad Mayor

En cuanto al procedimiento, se tiene un permiso del establecimiento y consentimiento informado al Centro Educativo, donde se detallaron los términos de confidencialidad, aceptando participar de manera anónima y voluntaria en el proceso de investigación. Luego, se administraron encuestas de opinión a los y las estudiantes de la muestra. Durante la implementación que se realizó en una modalidad presencial, dentro del horario escolar, donde participó uno de los investigadores que estaba presente en el aula. Se garantizó el anonimato en las respuestas y la confidencialidad de los datos. Los y las adolescentes contestaron la encuesta de opinión en aproximadamente 15 minutos, sin que ningún estudiante informara de problemas para su cumplimiento.

Los datos se presentaron por variable, a través de tablas de vaciado de datos y gráficos, donde la presente investigación fue correlacional, con el objetivo de establecer la relación entre las variables.

### **3. RESULTADOS**

Los datos se presentan según variable.

#### **3.1 Hábitos de vida saludable (V1).**

Los resultados de la variable, según dimensiones con sus respectivos indicadores, se encuentran en ANEXO, mediante la TVD n° 1, 2 3 y 4.

TVD n°5: "Hábitos de vida saludables" (según sus dimensiones) - Hombres.

Estudiantes hombres l°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3	Dimensión 4		Resultados V1
1	33	17	22	23		95
2	28	18	22	26		94
3	25	15	20	27		87
4	27	17	25	22		91
5	12	16	17	19		64
6	25	19	21	28		93
7	29	14	22	25		90
8	27	20	17	22		86
9	37	16	26	23		102
10	28	11	20	21		80
11	31	9	21	19		80
12	26	15	22	24		87
Total	328	187	255	279		1049
TE	480	288	336	336		1440
%	68,3	64,9	75,9	83,0		72,8

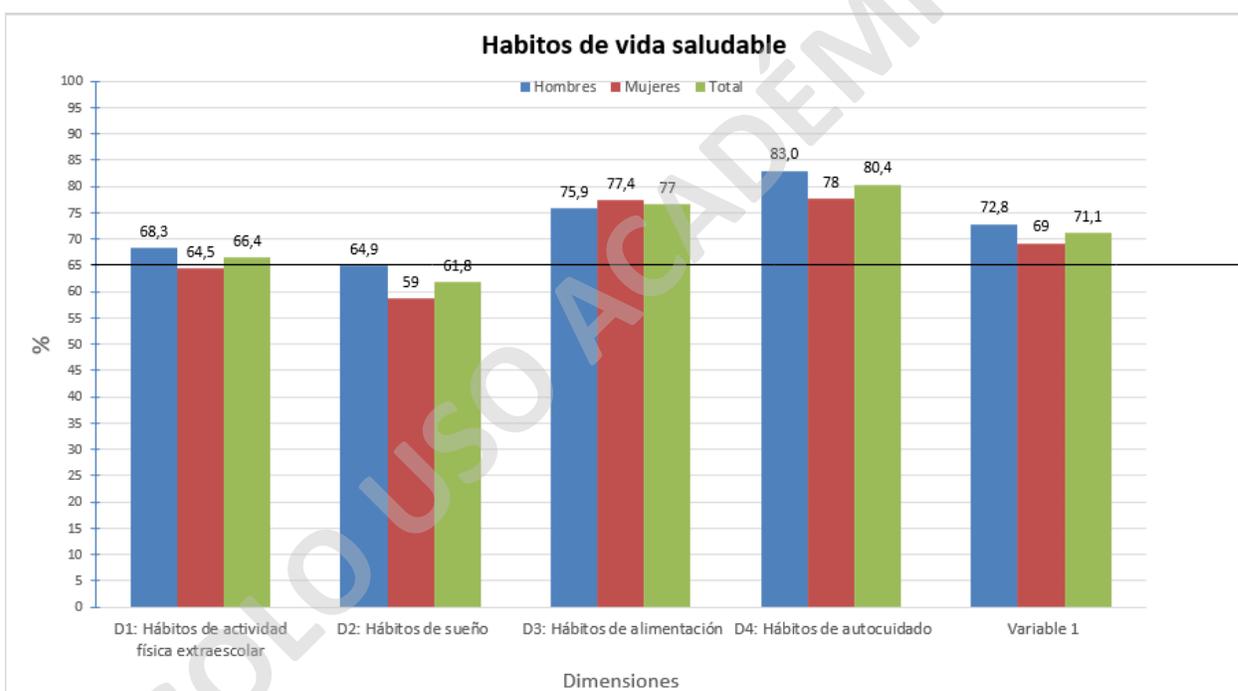
TVD n°6: "Hábitos de vida saludables" (según sus dimensiones) - Mujeres.

Estudiantes mujeres l°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3	Dimensión 4		Resultados V1
1	26	16	21	25		88
2	24	16	23	27		90
3	17	17	20	22		76
4	23	12	25	28		88
5	24	10	26	27		87
6	23	19	26	26		94
7	33	10	23	14		80
8	24	9	17	16		66
9	20	13	20	17		70
10	30	17	15	22		84
11	31	13	23	17		84
12	32	17	21	20		90
Total	307	169	260	261		997
TE	476	288	336	336		1436
%	64,5	58,7	77,4	78		69,4

TVD n°7: "Hábitos de vida saludables" (según sus dimensiones)

Total Estudiantes I°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3	Dimensión 4		Resultados V1
1	59	33	43	48		183
2	52	34	45	53		184
3	42	32	40	49		163
4	50	29	50	50		179
5	36	26	43	46		151
6	48	38	47	54		187
7	62	24	45	39		170
8	51	29	34	38		152
9	57	29	46	40		172
10	58	28	35	43		164
11	62	22	44	36		164
12	58	32	43	44		177
Total	635	356	515	540		2046
TE	956	576	672	672		2876
%	66,4	61,8	77	80,4		71,1

Gráfico N°1: "Hábitos de vida saludable" (V1 y sus dimensiones)



Para la interpretación de los datos de todas las variables, se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 65% considerando que son alumnos de primero medio y ya debieran tener cierto nivel de claridad respecto a las variables de las que dan opinión.

El nivel de acuerdo manifestado por los hombres según la variable 1 "hábitos de vida saludable" correspondió a un 72,8%. Y las mujeres manifestaron un 69,4%, que al igual que los hombres está sobre el criterio mínimo.

Ahora bien, los datos obtenidos según las opiniones de los hombres de acuerdo con las dimensiones, indican un mayor nivel de acuerdo en la dimensión 4 “Hábitos de autocuidado” con un 83%, luego la dimensión 3 “Hábitos de alimentación” con un 75,9%, posteriormente la dimensión 1 “Hábitos de actividad física extraescolar” con un 68,3%; todas sobre el criterio de interpretación, y finalmente la dimensión 2 “Hábitos de sueño” con un 64,9%, que se sitúa bajo el nivel mínimo de criterio establecido.

Los datos obtenidos según las opiniones de las mujeres de acuerdo con las dimensiones, indican un mayor nivel de acuerdo en la dimensión 4 “Hábitos de autocuidado” con un 78%, luego la dimensión 3 “Hábitos de alimentación” con un 77,4%; todas sobre el criterio de interpretación, y posteriormente la dimensión 1 “Hábitos de actividad física extraescolar” con un 64,5% y finalmente la dimensión 2 “hábitos de sueño” con un 59%, que se sitúa bajo el nivel mínimo de criterio establecido.

Con los datos presentados, se da cobertura al objetivo específico número uno, que tiene como finalidad “Identificar los hábitos de vida saludable considerando la actividad física extraescolar, sueño, alimentación y autocuidado en los y las estudiantes”.

### **3.2 Manifestación de habilidades sociales (V2)**

Los resultados de la variable, según dimensiones con sus respectivos indicadores, se encuentran en ANEXO, mediante la TVD n°8, 9 y 10.

TVD n°11: "Manifestaciones de habilidades sociales" (según sus dimensiones) - Hombres.

Estudiantes hombres I°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3		Resultados V2
1	23	46	30		99
2	23	51	30		104
3	22	49	28		99
4	23	41	26		90
5	23	48	31		102
6	25	52	37		114
7	21	46	30		97
8	23	47	35		105
9	17	43	23		83
10	12	43	21		76
11	22	46	29		97
12	19	39	32		90
Total	253	551	352		1156
TE	336	720	480		1536
%	75,3	76,5	73,3		75,3

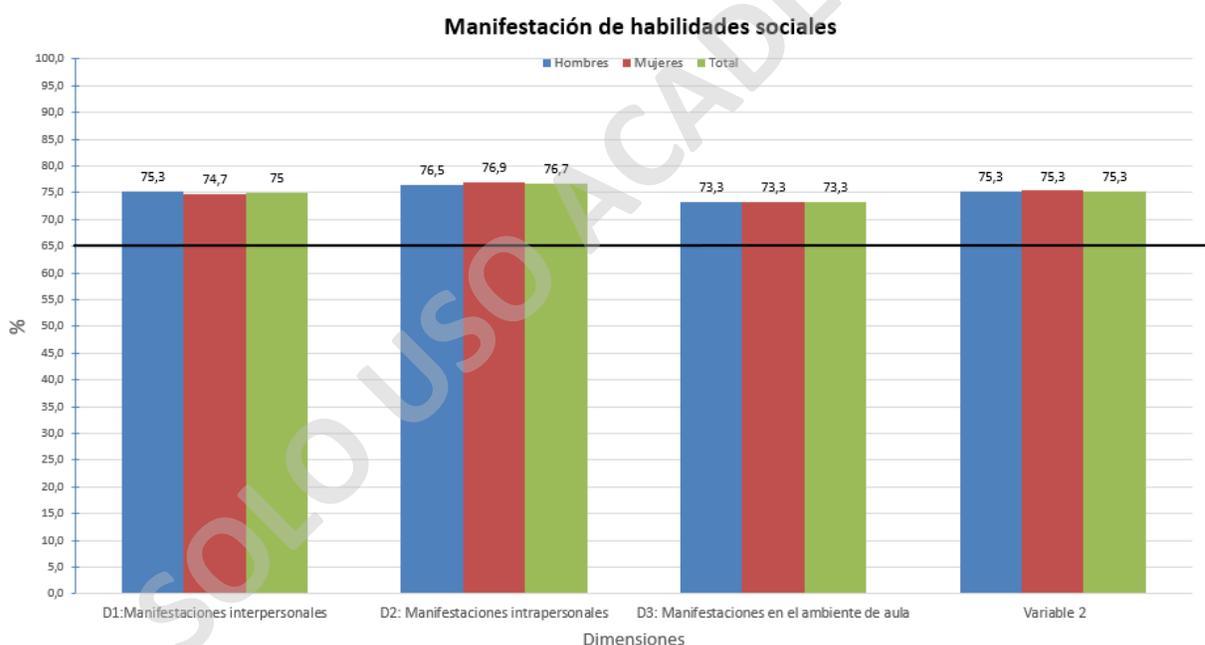
TVD n°12: "Manifestaciones de habilidades sociales" (según sus dimensiones) - Mujeres.

Estudiantes mujeres I°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3		Resultados V2
1	18	44	25		87
2	19	51	33		103
3	20	49	28		97
4	23	53	29		105
5	22	35	34		91
6	21	41	26		88
7	24	41	28		93
8	18	47	27		92
9	22	48	31		101
10	21	46	28		95
11	21	49	31		101
12	22	50	32		104
Total	251	554	352		1157
TE	336	720	480		1536
%	74,7	76,9	73,3		75,3

TVD n°13: "Manifestaciones de habilidades sociales" (según sus dimensiones)

Total Estudiantes I°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3		Resultados V2
1	41	90	55		186
2	42	102	63		207
3	42	98	56		196
4	46	94	55		195
5	45	83	65		193
6	46	93	63		202
7	45	87	58		190
8	41	94	62		197
9	39	91	54		184
10	33	89	49		171
11	43	95	60		198
12	41	89	64		194
Total	504	1105	704		2313
TE	672	1440	960		3072
%	75	76,7	73,3		75,3

Gráfico N°2: "Manifestaciones de habilidades sociales" (V2 y sus dimensiones).



El nivel de acuerdo manifestado por los hombres según la variable 2 "manifestación de habilidades sociales" correspondió a un 75,3%. Y las mujeres, manifestaron un 75,3%, lo cual también está sobre el criterio mínimo establecido.

Ahora bien, los datos obtenidos según las opiniones de los hombres de acuerdo con las dimensiones, indican un mayor nivel de acuerdo en la dimensión 2 "Manifestaciones intrapersonales" con un 76,5%; seguido de la dimensión 1

“Manifestaciones interpersonales” con un 75,3%; y finalmente la dimensión 3 “Manifestación en el ambiente de aula” con un 73,3%; todas sobre el criterio de interpretación.

Los datos obtenidos según las opiniones de las mujeres de acuerdo con las dimensiones, indican un mayor nivel de acuerdo en la dimensión 2 “Manifestaciones intrapersonales” con un 76,9%; seguido de la dimensión 1 “Manifestaciones interpersonales” con un 74,7%; y finalmente la dimensión 3 “Manifestación en el ambiente de aula” con un 73,3%; todas sobre el criterio de interpretación.

Con los datos presentados, se da cobertura al objetivo específico número dos, que tiene como finalidad “Indicar las manifestaciones interpersonales, intrapersonales y en el ambiente de aula de los y las estudiantes”.

### 3.3 Actitud frente a la clase de educación física. (V3)

Los resultados de la variable, según dimensiones con sus respectivos indicadores, se encuentran en ANEXO, mediante la TVD n° 14, 15, 16, 17, 18 y 19.

TVD n° 20: "Actitud frente a la clase de educación física" (según sus dimensiones) - Hombres.

Estudiantes hombres I°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3		Resultados V3
1	27	29	17		73
2	26	27	21		74
3	20	22	18		60
4	20	25	20		65
5	25	24	19		68
6	20	23	21		64
7	21	19	19		59
8	24	25	22		71
9	13	11	17		41
10	18	12	16		46
11	27	28	19		74
12	14	18	18		50
Total	255	263	227		745
TE	336	380	336		1052
%	75,9	69,2	67,6		70,8

TVD n°21: "Actitud frente a la clase de educación física" (según sus dimensiones) - Mujeres.

Estudiantes mujeres I°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3		Resultados V3
1	22	26	24		72
2	20	24	19		63
3	17	21	13		51
4	17	14	10		41
5	28	25	24		77
6	14	21	17		52
7	16	24	14		54
8	20	26	24		70
9	19	20	18		57
10	27	21	23		71
11	20	26	24		70
12	21	28	24		73
Total	241	276	234		751
TE	336	384	336		1056
%	71,7	71,9	69,6		71,1

TVD n°22: "Actitud frente a la clase de educación física" (según sus dimensiones)

Total Estudiantes I°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3		Resultados V3
1	49	55	41		145
2	46	51	40		137
3	37	43	31		111
4	37	39	30		106
5	53	49	43		145
6	34	44	38		116
7	37	43	33		113
8	44	51	46		141
9	32	31	35		98
10	45	33	39		117
11	47	54	43		144
12	35	46	42		123
Total	496	539	461		1496
TE	672	764	672		2108
%	73,8	70,5	68,6		71,0

TVD n°23: "Actitud frente a la clase de educación física" (según sus dimensiones)

Total profesores I°medio	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3		Resultados V3
1	27	31	28		86
2	26	24	22		72
Sub Total	45	55	50		150
TE	56	64	56		176
%	80,4	85,9	89,3		85,2

Gráfico N°3: "Actitud frente a la clase de educación física" (V3 y sus dimensiones)

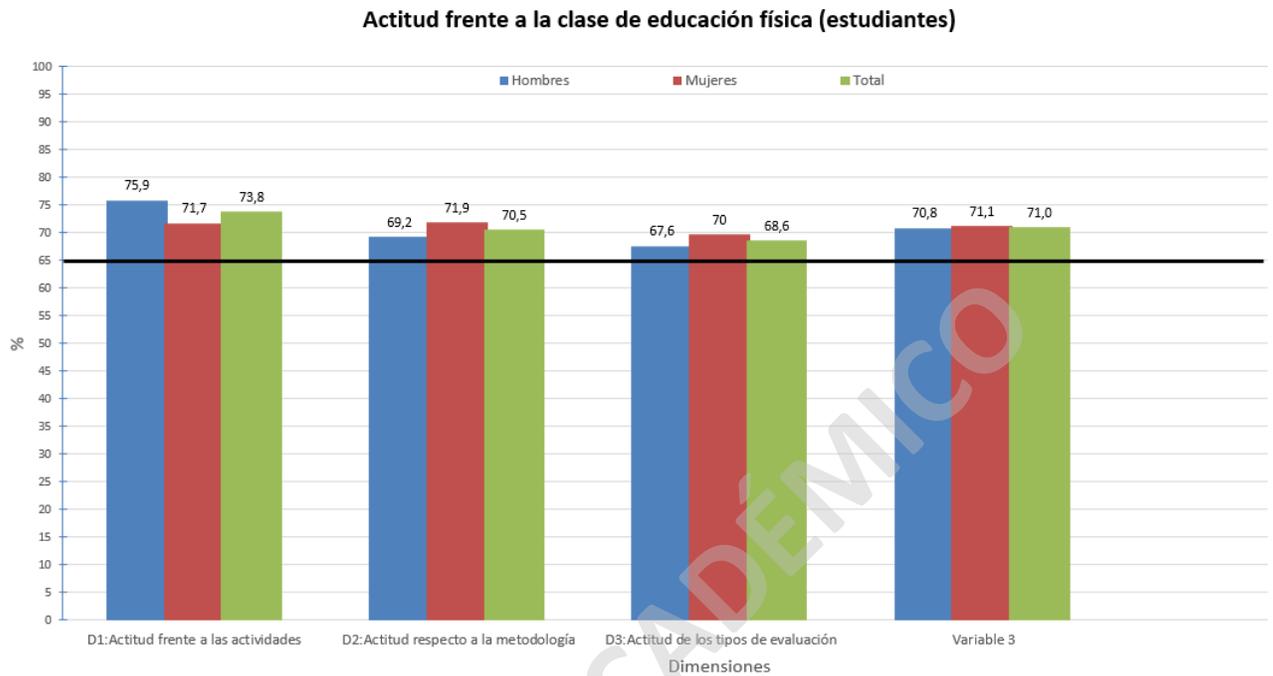
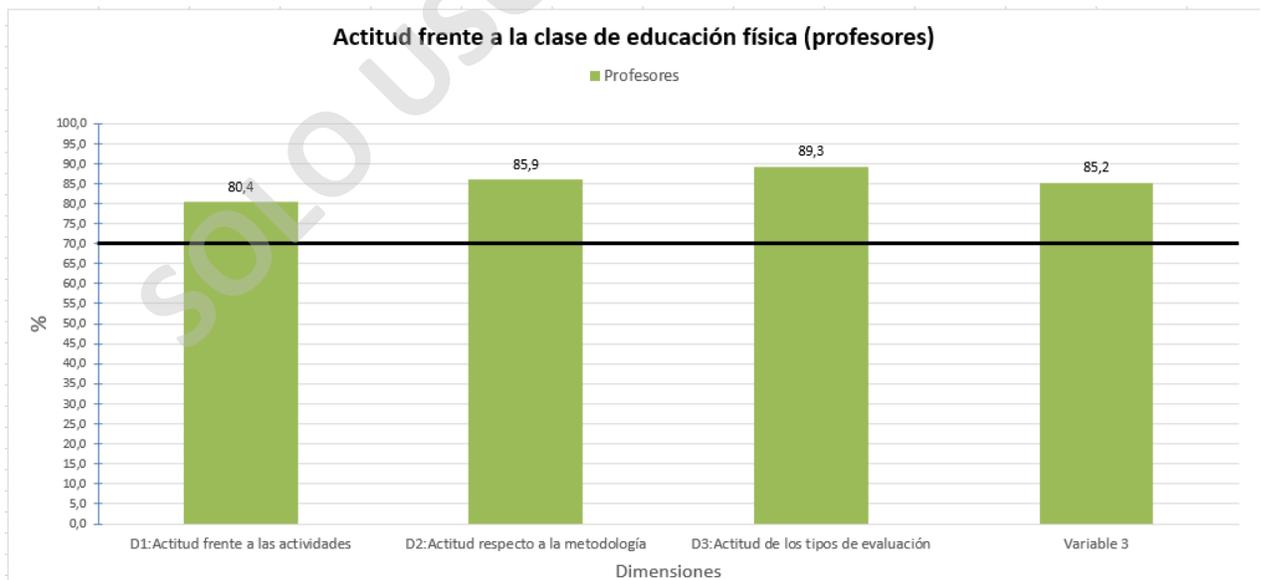


Gráfico N°4: "Actitud frente a la clase de educación física" (V3 y sus dimensiones)



En la interpretación de los datos de la variable "Actitud frente a la clase de educación física" se recolectó la opinión tanto de los estudiantes como de los

profesores. El criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes sigue siendo el anterior (65%); pero el criterio de interpretación que se estableció para los profesores fue de un 70%, siendo más alto que el de los estudiantes dado que en este caso las opiniones fueron entregadas por adultos profesionales en el área de la educación.

El nivel de acuerdo manifestado por los estudiantes hombres según la variable 3 “actitud frente a la clase de educación física” correspondió a un 70,8%. Y las mujeres, manifiestan un 71,1%, que al igual que los hombres está sobre el criterio mínimo.

Ahora bien, los datos obtenidos según las opiniones de los hombres de acuerdo con las dimensiones, indican un mayor nivel de acuerdo en la dimensión 1 “Actitud frente a las actividades” con un 75,9%; seguido de la dimensión 2 “Actitud respecto a la metodología” con un 69,2%; y finalmente la dimensión 3 “Actitud de los tipos de evaluación” con un 67,6%; todas sobre el criterio de interpretación.

Los datos obtenidos según las opiniones de las mujeres de acuerdo con las dimensiones, las manifiestan con un mayor nivel de acuerdo en la dimensión 2 “Actitud respecto a la metodología” con un 71,9%; seguido de la dimensión 1 “Actitud frente a las actividades” con un 71,7%; y finalmente la dimensión número 3 “Actitud de los tipos de evaluación” con un 69,6%; todas sobre el criterio de interpretación.

En cuanto al nivel de acuerdo manifestado por los profesores según la variable actitud frente a la clase de educación física corresponde a un 85,2%, lo cual está sobre el criterio mínimo establecido de un 70%.

Ahora bien, los datos obtenidos según las opiniones de los profesores de acuerdo con las dimensiones, donde manifiestan un mayor nivel de acuerdo en la dimensión 3 “Actitud de los tipos de evaluación” con un 89,3%; seguido de la dimensión 2 “Actitud respecto a la metodología” con un 85,9%; y finalmente la dimensión 1 “Actitud frente a las actividades” con un 80,4%. Las tres dimensiones están sobre el criterio establecido correspondiente a un 70%.

Con los datos presentados, se da cobertura al objetivo específico número tres, que tiene como finalidad “Analizar la actitud de los y las estudiantes frente a las actividades, metodologías y tipos de evaluaciones aplicadas en las clases de educación física”.

Respecto de la hipótesis:

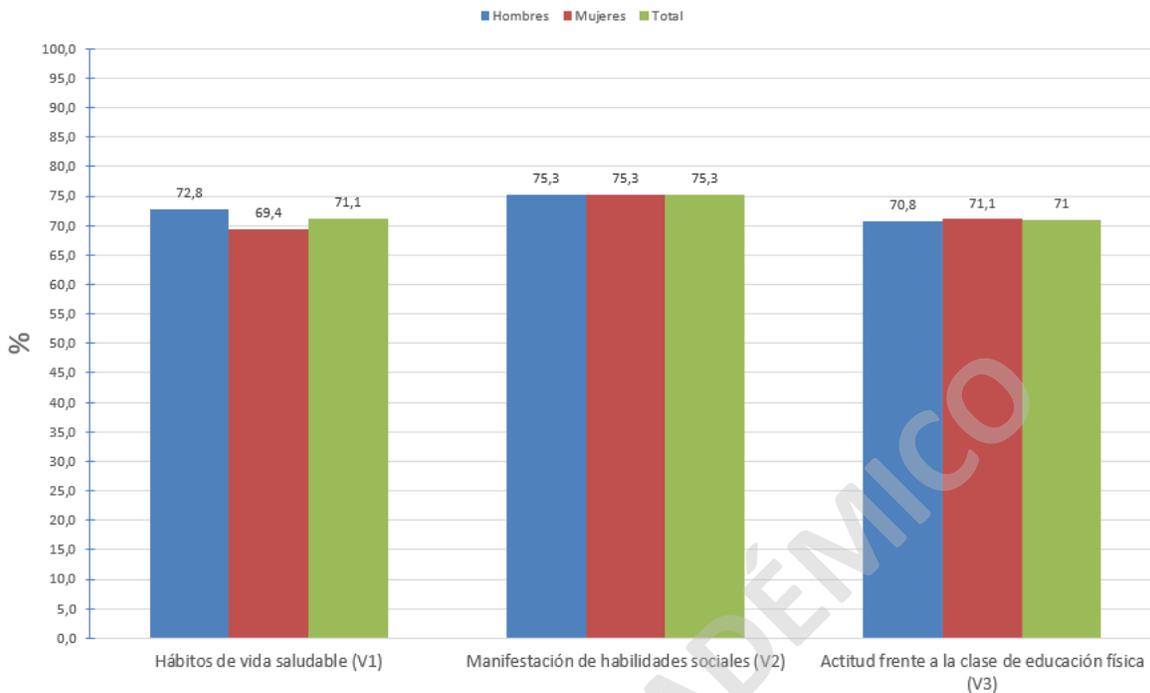
Hipotesis	Datos obtenidos hombres	Docimación	Datos obtenidos mujeres	Docimación
La práctica de actividad física extraescolar y	Criterio de interpretación de estudiantes 65%. Dato obtenido hombres 68,3%.	Hombres: VERDADERA	Criterio de interpretación de estudiantes 65%. Dato obtenido mujeres 64,5%.	Mujeres: NO VERDADERA
Las manifestaciones interpersonales se relacionan con	Criterio de interpretación de estudiantes 65%. Dato obtenido, hombres 75,3%.	Hombres: VERDADERA	Criterio de interpretación de estudiantes 65%. Dato obtenido mujeres 74,7%.	Mujeres: VERDADERA
La actitud de los estudiantes frente a las actividades de las clases de educación física	Criterio de interpretación de estudiantes 65%. Dato obtenido, hombres 75,9%.	Hombres: VERDADERA	Criterio de interpretación de estudiantes 65%. Dato obtenido mujeres 71,7%	Mujeres: VERDADERA
de primer año de enseñanza media de un colegio particular de la comuna de La Reina durante el año 2021.				

En consecuencia, según los datos obtenidos, la hipótesis para los hombres se dócima como VERDADERA.

Según los datos obtenidos para las mujeres se dócima como NO VERDADERA y para los profesores se dócima como VERDADERA.

Respecto del problema:

**Grafico 5: Resultados de variables respecto al problema**



Respecto a las opiniones de los y las estudiantes considerando cada variable, de modo general, se aprecia que el estudiantado presenta un porcentaje de acuerdo sobre el criterio mínimo establecido de 65%, en cada una de las variables de la investigación.

En el caso de la variable 2 “Manifestación de habilidades sociales”, en hombres el nivel de acuerdo fue de un 75,3%, en mujeres un 75,3%; y el total fue de un 75,3%; siendo esta la variable con mayor porcentaje de acuerdo.

A continuación, la variable 1 “Hábitos de vida saludable”, en hombres el nivel de acuerdo fue de un 72,8%, en mujeres un 69,4%; y el total presenta un 71,1% de nivel de acuerdo.

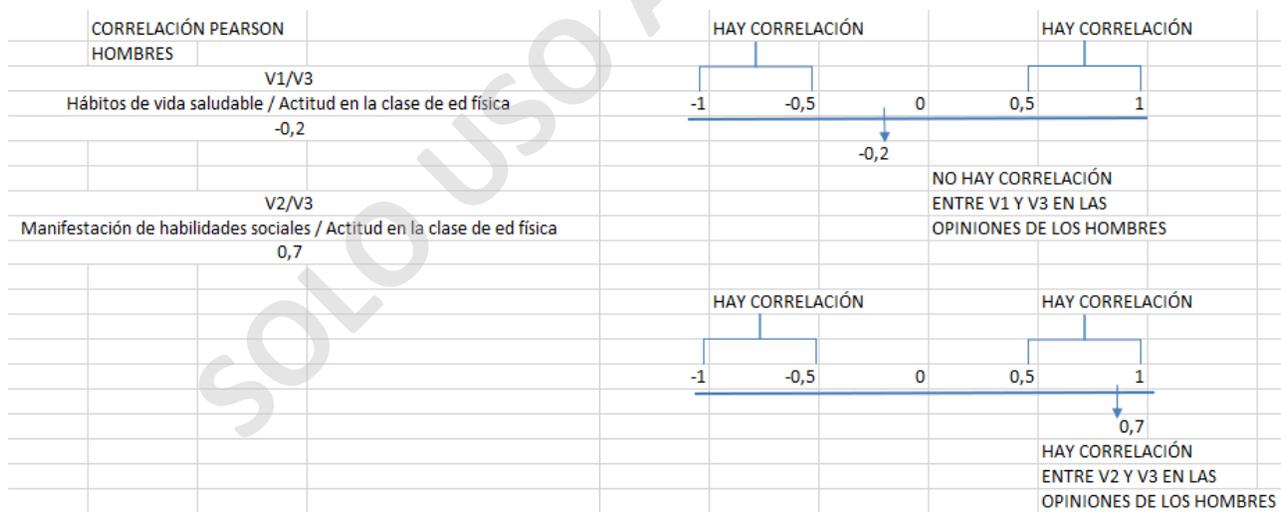
Finalmente, la variable 3 “Actitud frente a la clase de educación física” en hombres el nivel de acuerdo fue de un 70,8%, en mujeres un 71,1%; y el total con un 71% de nivel de acuerdo.

Los datos analizados a nivel grupal, permiten entender el comportamiento de los y las estudiantes respecto de las variables anteriormente mencionadas, pues,

al estar estos datos sobre el criterio establecido, se estableció la relación entre estas, es decir, existe relación entre los hábitos de vida saludable con la manifestación de habilidades sociales y la actitud frente a la clase de educación física en un colegio particular en la comuna de La Reina durante el año 2021.

### Correlación entre variables:

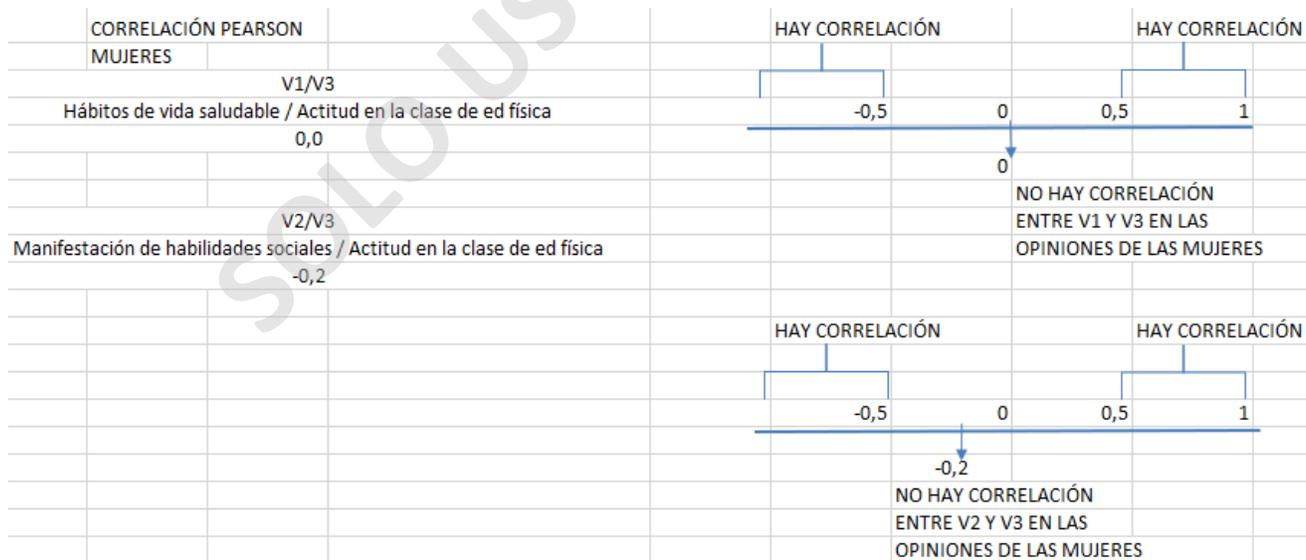
Variable 1: Hábitos de vida saludable		Variable 2: Manifestación de habilidades sociales		Variable 3: Actitud en la clase de ed física	
Estudiantes hombres I°medio	Totales V1	Estudiantes hombres I°medio	Totales V2	Estudiantes hombres I°medio	Totales V3
1	95	1	99	1	73
2	94	2	104	2	74
3	87	3	99	3	60
4	91	4	90	4	65
5	64	5	102	5	68
6	93	6	114	6	64
7	90	7	97	7	59
8	86	8	105	8	71
9	102	9	83	9	41
10	80	10	76	10	46
11	80	11	97	11	74
12	87	12	90	12	50
Total	1049	Total	1156	Total	745
TE	1440	TE	1536	TE	1052
%	72,8	%	75,3	%	70,8



Respecto a la interpretación estadística de la correlación entre las variables, considerando los criterios de este estadígrafo; los valores corresponden al rango entre -1 y 1, donde desde -0,5 hasta -1 se considera que hay correlación; lo mismo que entre 0,5 hasta 1. Al ser positivo significa que ambas variables aumentan o disminuyen; y si es negativo significa que una aumenta y la otra disminuye.

En cuanto a los datos de correlación obtenidos, según la opinión de los hombres, entre la V1 y V3 dio un valor de -0,2, que estadísticamente significa que no hay correlación entre los “Hábitos de vida saludable” (V1) y la “Actitud en la clase de educación física” (V3). Pero si hay correlación entre las “Manifestación de habilidades sociales” (V2) y la “Actitud en la clase de educación física” (V3), pues el valor obtenido fue de 0,7; indicando que a mayor “manifestación de habilidades sociales” mayor “actitud en la clase de educación física” y viceversa.

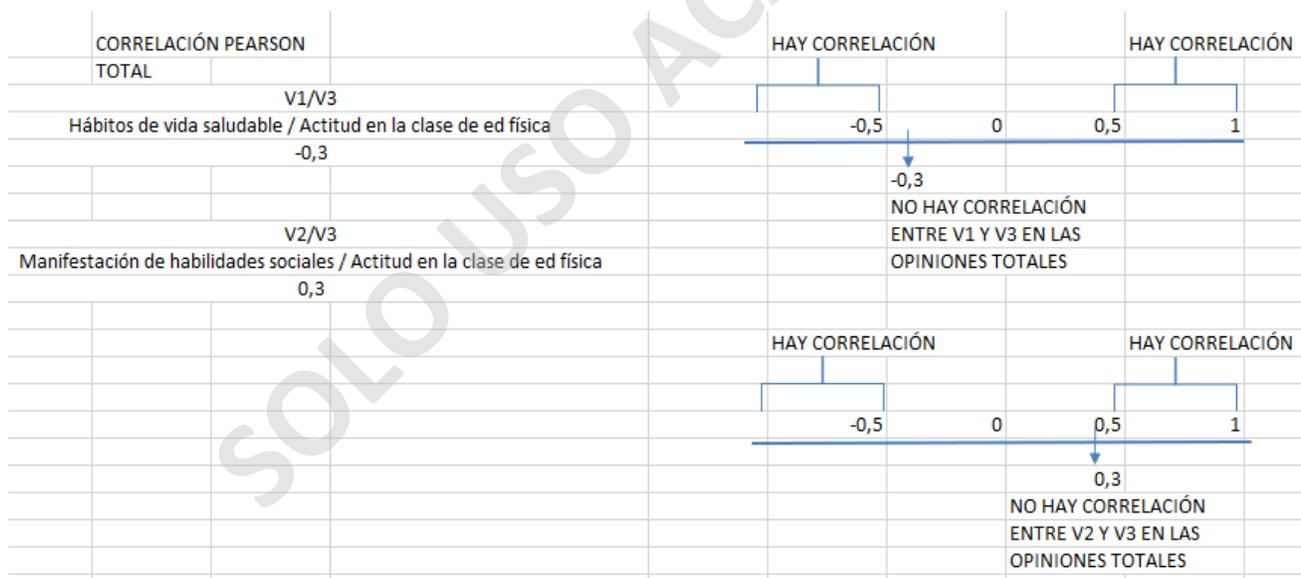
Variable 1: Hábitos de vida saludable		Variable 2: Manifestación de habilidades sociales		Variable 3: Actitud en la clase de ed física	
Estudiantes mujeres l°medio	Totales V1	Estudiantes mujeres l°medio	Totales V2	Estudiantes mujeres l°medio	Totales V3
1	88	1	87	1	72
2	90	2	103	2	63
3	76	3	97	3	51
4	88	4	105	4	41
5	87	5	91	5	77
6	94	6	88	6	52
7	80	7	93	7	54
8	66	8	92	8	70
9	70	9	101	9	57
10	84	10	95	10	71
11	84	11	101	11	70
12	90	12	104	12	73
Total	997	Total	1157	Total	751
TE	1436	TE	1536	TE	1056
%	69,4	%	75,3	%	71,1



Según los datos obtenidos de las mujeres, entre la V1 y V3 dio un valor de 0, por lo tanto, estadísticamente no hay correlación entre los “Hábitos de vida

saludable” (V1) y la “Actitud en la clase de educación física” (V3). Mientras que en entre la “Manifestación de habilidades sociales” (V2) y la “Actitud en la clase de educación física” (V3), dio un valor de -0,2, pues tampoco existe una correlación, pero sí esta última se encuentra más cerca de una correlación.

Variable 1: Hábitos de vida saludable		Variable 2: Manifestación de habilidades sociales		Variable 3: Actitud en la clase de ed física	
Total Estudiantes lºmedio	Totales V1	Total Estudiantes lºmedio	Totales V2	Total Estudiantes lºmedio	Totales V3
1	183	1	186	1	145
2	184	2	207	2	137
3	163	3	196	3	111
4	179	4	195	4	106
5	151	5	193	5	145
6	187	6	202	6	116
7	170	7	190	7	113
8	152	8	197	8	141
9	172	9	184	9	98
10	164	10	171	10	117
11	164	11	198	11	144
12	177	12	194	12	123
Total	2046	Total	2313	Total	1496
TE	2876	TE	3072	TE	2108
%	71,1	%	75,3	%	71



En cuanto a los datos de correlación obtenidos a nivel grupal, según la opinión de los totales, entre la V1 y V3 dio un valor de -0,3, que estadísticamente significa que no hay correlación entre los “Hábitos de vida saludable” (V1) y la “Actitud en la clase de educación física” (V3). Mientras que entre las “Manifestación de habilidades sociales” (V2) y la “Actitud en la clase de educación física” (V3), dio

un valor positivo de 0,3; por lo cual tampoco existe una correlación. Sin embargo, ambos se encuentran en valores medianamente cercanos a una correlación.

Por lo tanto, se concluye que en general no se establece estadísticamente una correlación entre las variables. Solo existe una correlación por parte de los hombres; entre las “Manifestación de habilidades sociales” (V2) y la “Actitud en la clase de educación física” (V3), pues el valor obtenido fue de 0,7; indicando que a mayor “Manifestación de habilidades sociales”, mayor es la “Actitud en la clase de educación física” y viceversa.

Con estos datos presentados, se da cobertura al objetivo general, que tiene como finalidad “Determinar cómo se relacionan los hábitos de vida saludable y las manifestaciones de habilidades sociales con las actitudes de los y las estudiantes frente a las clases de educación física”.

#### **4.DISCUSIÓN**

La variable 1 “Hábitos de vida saludable” obtuvo un nivel de acuerdo total de un 71,1%, manifestando los hombres un 72,8%; y las mujeres un 69,4%. Tanto para hombres como para mujeres la dimensión que marcó un mayor nivel de acuerdo fue la número 4 “Hábitos de autocuidado” obteniendo un nivel de acuerdo total de un 80,4%, correspondiendo a un 83% por parte de los hombres, y 78% por parte de las mujeres. Todos los resultados obtenidos pertenecientes a esta dimensión se encuentran sobre el criterio mínimo establecido de un 65%.

La dimensión “Hábitos de autocuidado” (D4) contempla los hábitos de higiene, salud y evitar el consumo de tabaco y alcohol. Analizando los fundamentos teóricos de esta materia, se considera que los resultados obtenidos según el consumo de alcohol y tabaco no reflejan lo mencionado por Gaete, Olivares, et.al. (2016) quienes dan cuenta de la alta prevalencia del consumo de tabaco y alcohol en adolescentes entre 10 y 14 años (siendo aproximadamente un 36%). Las opiniones recopiladas informan que tanto hombres como mujeres de este estudio poseen un bajo nivel de consumo de este tipo de sustancias, manifestando un 83,3% de acuerdo en relación a no consumo de tabaco y 81,8% de acuerdo en relación al no consumo de alcohol; por lo cual es muy bajo el porcentaje de jóvenes

que utilizan este tipo de sustancias, no superando el 20%; según los resultados planteados no hay relación de estos datos con la teoría.

Otro aspecto positivo sobre los “hábitos de autocuidado” de los y las estudiantes son los altos niveles de acuerdo presentados en el área de higiene. El enfoque que presenta este indicador tiene relación con los requerimientos de higiene en pandemia para educación física, como cambiarse la mascarilla, bañarse y lavarse las manos después de clases. No hay referentes específicos respecto a este requerimiento por la pandemia, no obstante, se destaca el 97,8% de acuerdo que presenta el cumplimiento de las normas sanitarias del MINSAL y MINEDUC.

Por otro lado, la dimensión 2 “Hábitos del sueño” presentó un 61,8% de nivel de acuerdo total, siendo 64,9% por parte de los hombres y 59% las mujeres; siendo la única dimensión bajo el criterio mínimo establecido de 65%. Esto refleja lo descrito por Hernández y García, et.al. (2015), quienes declaran que la falta de sueño entre los adolescentes es frecuente y se relaciona con trastornos del sueño, problemas escolares o hábitos de vida. Esto conlleva un retraso, tanto en el inicio del sueño como en la hora del despertar y, como consecuencia, una disminución del tiempo de sueño nocturno. Los y las estudiantes declaran estar bajo la recomendación de sueño de 8 a 10 horas en adolescentes descrita por la OMS, siendo un 48% de los participantes los que cumplen esta recomendación, además de manifestar una mala calidad del sueño; demostrando una relación de estos datos con la teoría.

En cuanto a la variable 2 “Manifestación de habilidades sociales”, obtuvo un nivel de acuerdo total de un 75,3%, manifestando tanto hombres como mujeres un 75,3%; siendo valores superiores al criterio mínimo establecido de 65%. La dimensión que indicó un mayor nivel de acuerdo para hombres y mujeres fue la número 2 “Manifestaciones intrapersonales” que obtuvo un nivel de acuerdo total de 76,7%, los hombres un 76,5%, y las mujeres un 76,9%.

Dentro de la dimensión 2 “Manifestación intrapersonal”, se refleja una consideración positiva según indicaron los niveles de acuerdo por parte de los

estudiantes, hacia conductas asertivas, de liderazgo y autocontrol; siendo factores que benefician sus habilidades sociales. Esto coincide con lo planteado por Caballo (1993), indicando que las habilidades sociales son conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual expresando sentimientos, deseos, opiniones y derechos de forma adecuada según la situación. Conforme a esto Monzón (2014), realizó una investigación cuyo objetivo era establecer cuáles son las habilidades sociales que poseen los adolescentes varones entre 14 y 17 años de edad; el estudio concluyó que entre las habilidades sociales competentes que poseían los jóvenes destacan: defender los propios derechos, conocer los propios sentimientos, ayudar a los demás y el autocontrol, tomar decisiones, resolver problemas entre otras cualidades; evidenciándose una relación global de este dato con la teoría, ya que al igual que el estudio recién expuesto los alumnos estudiados manifestaron poseer varias de las habilidades planteadas por el autor.

En relación con el indicador "Respecto al sentimiento de asertividad", los valores están sobre el criterio mínimo establecido. Esto no estaría reflejado en lo teórico, según Pérez (2013), los adolescentes presentan un bajo nivel de asertividad, pero se debe destacar que esto no ocurre principalmente por los adolescentes, sino que sería debido a que los padres y maestros no presentan suficiente atención. Respecto a la familia Belsky (2005), afirma que la familia es la principal influencia en el desarrollo psicológico de niños y adolescentes, esto significa que la sensibilidad de los padres en la crianza promovería conductas prosociales en sus hijos. A la vez resulta fundamental que las instituciones educativas tengan programas en los que se desarrolle y fortalezca la asertividad en adolescentes para que de esta manera los jóvenes mejoren su comportamiento, para que así puedan desarrollarse correctamente tanto en lo personal y social.

En el caso del indicador "Motivación personal" el cual tuvo un alto nivel de acuerdo tanto en hombres como mujeres, lo cual es sustentado teóricamente por Domínguez y Pino (2014), que afirman que los adolescentes presentan un buen nivel de motivación personal; estas afirmaciones tienen relación con la teoría y los datos expuestos Sin embargo, hay que considerar que, según Otis, Grouzet y

Pelletter (2005), la motivación personal (intrínseca) va disminuyendo en comparación a la motivación extrínseca, dirigiendo su esfuerzo hacia metas cuyo objetivo principal es la obtención de resultados externos a la persona.

Correspondiente al indicador “Respecto al liderazgo”, los y las estudiantes muestran altos valores en relación a las habilidades de liderazgo, los hombres indican un nivel de aprobación de 77,1%; y las mujeres 83,3%. Caballero, et al. (2018), demostraron que en niveles socioeconómicos altos los adolescentes de 12 a 14 años poseen grandes habilidades de liderazgo, a diferencia de los adolescentes mayores de 15 años; por lo tanto, considerando que en nuestra investigación son estudiantes de enseñanza media de un colegio particular, no existe relación entre la teoría y los datos obtenidos. Esto apunta que los adolescentes más jóvenes presentan una mayor apreciación hacia valores y normativas, pero a medida que van creciendo dejan de tomar como referencia dichas pautas. Cabe destacar que los adolescentes de niveles socioeconómicos bajos poseen más habilidades de autocontrol y liderazgo con su contraparte los adolescentes de niveles socioeconómicos altos.

En el indicador “Respecto al autocontrol”, se aprecia que hombres y mujeres indican un alto nivel de acuerdo, existiendo una leve diferencia entre géneros en donde los hombres marcaron un 70,1% y las mujeres 72,2%. Según el estudio realizado por Serrano y Álvarez (2010), confirman que, ambos grupos de estudiantes necesitan ayuda para desarrollar la competencia de autocontrol; es decir no existe relación entre la teoría y los datos obtenidos.

En el indicador “Respecto a la autonomía”, antes de comenzar resulta importante tener en cuenta que esta habilidad es fundamental en el proceso de transición hacia la adultez. En este indicador existe un alto nivel de acuerdo en el que los hombres obtuvieron un 81,3% y mujeres 79,2%. Fleming (2005), realizó un estudio que arrojó como resultado que desde los 12 hasta los 15 años las respuestas de los adolescentes eran comparables en cuanto a la autonomía y a partir de los 16 años existe una creciente obtención de autonomía por parte de los hombres, pero en el caso de las mujeres no se apreció mucho avance. Ahora bien,

existe relación entre los datos con la teoría ya que se manifestó un nivel de acuerdo semejante entre hombres y mujeres, pero los hombres presentaron un nivel un poco más elevado, esto debido a que el grupo estudiado se encuentra en la transición etaria expuesta en el estudio.

Finalmente, la variable 3 “Actitud frente a la clase de educación física”, obtuvo un nivel de acuerdo de 70,8%; en los hombres; y la dimensión con mayor nivel de acuerdo fue la número 1 “Actitud frente a las actividades” con un 75,9% y por otra parte en las mujeres, la misma variable obtuvo un nivel de acuerdo de 71,1%; y la dimensión con mayor nivel de acuerdo fue la número 2 “Actitud respecto a la metodología” con un 71,9%.

Por parte de los hombres, dentro de su dimensión con mayor nivel de acuerdo “Actitud frente a las actividades”, el indicador de la “Actitud frente a las actividades de entretenimiento”, muestra el nivel de acuerdo más alto con un 87,5%. Estos datos coinciden con lo planteado por Sánchez-Alcaraz et al. (2018), donde se anunciaba que los estudiantes manifiestan mayores niveles de entretenimiento y menores niveles de aburrimiento que las mujeres frente a las clases de educación física; manifestando una relación de este dato con la teoría.

En cuanto a los indicadores según la actitud frente a las actividades individuales marcan un 68,8%, y su actitud frente a las actividades grupales un 72,9%, siendo así como los hombres presentan un alto nivel de acuerdo y preferencia hacia a las actividades grupales, lo cual se asemeja a lo expuesto por Gutiérrez y Pilsa (2006), quienes manifestaron de manera positiva la preferencia de los estudiantes por participar en juegos de equipo más que en juegos individuales; manifestando una relación de este dato con la teoría.

Por parte de las mujeres, dentro de su dimensión con mayor nivel de acuerdo “Actitud respecto a la metodología”, el indicador de la “Actitud respecto a la metodología según la organización de la asignatura”, muestra el valor más alto con un 77,1%, lo cual se relaciona con lo expuesto por Gutiérrez y Pilsa (2006) y García et al. (2020), quienes manifestaron que existen resultados positivos en general

frente a la actitud de los estudiantes de secundaria hacia la asignatura de educación física; así mismo según Sánchez-Alcaraz et al. (2018), manifiestan en su estudio el resultado más alto en la actitud de los y las estudiantes en relación a la organización de la asignatura; evidenciándose una relación general de este dato con la teoría.

En cuanto al indicador según la valoración de la asignatura las mujeres marcan un nivel de acuerdo de un 71,5%; siendo valores moderadamente altos que se relacionan con los resultados generales manifestados entre hombres y mujeres dentro del estudio de Sánchez-Alcaraz et al. (2018) y García et al. (2020); manifestando una relación global de este dato con la teoría.

Finalmente, en cuanto al indicador según la utilidad de la asignatura se presentó por parte de las mujeres un nivel de acuerdo de un 68,8%, siendo el más bajo dentro de la dimensión; al igual como lo manifiesta García et al. (2020), quien en su estudio también se valoró de manera más baja la utilidad de la educación física, lo cual se puede deber a que hay veces en las que, los docentes no relacionan la utilidad de los contenidos y aprendizajes adquiridos en la asignatura con una aplicabilidad práctica en diferentes contextos de la vida de los estudiantes; evidenciándose una relación global de este dato con la teoría.

Sin embargo, respecto a este último indicador Sánchez-Alcaraz et al. (2018), manifiestan presentar la mejor valoración con resultados medios-altos respecto a la utilidad de la asignatura, ya que establece una relación de esta con el disfrute dentro de las clases; por lo cual, según los resultados planteados no hay relación de este dato con la teoría.

Si establecemos algunas relaciones relevantes entre ambos géneros, según las dimensiones mencionadas podemos destacar lo siguiente:

En cuanto a la actitud frente a las actividades en equipo e individuales, los hombres respecto a las actividades en equipo muestran un valor de un 72,9% y las mujeres un 73,6%; mientras que respecto a las actividades individuales lo hombres evidencian un valor de un 68,8% y las mujeres un 57,3%; evidenciándose una diferencia significativa entre las preferencias de las mujeres lo cual se asemeja a lo

expuesto por Gutiérrez y Pilsa (2006), donde las mujeres también evidencian mayores niveles de aprobación frente a las actividades grupales y menores niveles de acuerdo por las actividades individuales, que los hombres; manifestando una relación de este dato con la teoría. Esta diferencia se puede relacionar por lo expuesto por Ruiz et al. (2004), quienes afirman que los hombres tenían preferencias más individualistas y competitivas, ya que según Moreno y Vera (2008) comentan que los chicos tienen más motivación hacia el rendimiento y la competitividad; mientras que las mujeres según lo investigado por Ruiz et al. (2004), tenían una mayor orientación hacia lo cooperativo, ya que valoran más la interacción con los compañeros/as que el dominio de la habilidad. Lo cual se le puede atribuir un factor social y cultural, que puede explicarse según Saenz-Lopez et al. (2010), debido a la masculinización que tradicionalmente ha tenido el deporte y por parte de las mujeres se demarca la preferencia hacia las relaciones afectivas y el hecho que socialmente haya estado mal visto que realicen deporte de competición; estas afirmaciones tienen relación entre la teoría y los datos expuestos en nuestra investigación.

En cuanto a la actitud respecto a la metodología según la utilidad de la asignatura se presentaron mayores diferencias en los niveles de acuerdo, siendo significativamente más altos los valores de las mujeres con un 68,8%; mientras que los hombres marcaron un 61,4%; en cuanto a las diferencias, no existe una relación con lo manifestado por García et al. (2020) y Sánchez-Alcaraz et al. (2018), ya que según lo manifestado por ambos autores dentro de sus estudios los valores más altos lo tienen los hombre; por lo cual no hay una relación de este dato con la teoría. Esto se puede deber a que las mujeres según nuestra investigación destacan según los niveles de acuerdo más la utilidad de la asignatura por el ámbito de la salud, mientras que los hombres resaltan la valoración de la asignatura por elementos como la recreación y entretención como muestran los datos arrojados según los niveles de acuerdo.

En cuanto a los resultados generales para las variables 1, 2 y 3, el nivel de acuerdo de hombres y mujeres está sobre el criterio mínimo establecido

correspondiente a un 65%. Lo que indicó, según la opinión de los estudiantes, la relación entre los hábitos de vida saludable y las manifestaciones de habilidades sociales con la actitud de los estudiantes en la clase de educación física.

Dicho esto, los resultados obtenidos en esta investigación demuestran que se hace necesario potenciar y estimular en los estudiantes el desarrollo de hábitos de vida saludable y espacios donde se presenten manifestaciones de habilidades sociales positivas, que inciden con la motivación, interés y participación por parte del alumnado hacia las clases de EF, recibiendo así sus aportes físicos, psicológicos y sociales (Gutiérrez, Pilsa, 2016).

Considerando relevante para enriquecer y seguir esta línea investigativa ahondar en el ámbito de hábitos de sueño y hábitos de actividad física extraescolar, ya que es donde se evidenció el menor nivel de acuerdo, como por ejemplo continuando con la siguiente temática: ¿Cómo se relacionan los hábitos del sueño y los hábitos de actividad física extraescolar con la actitud de los estudiantes durante el desarrollo de actividades en la clase de educación física?

Finalmente, durante este proceso investigativo se presentaron diversas situaciones las cuales se pueden considerar como limitaciones para el desarrollo del trabajo. En primera instancia, la actual crisis global ocasionada por el COVID-19 es un factor que obliga a desarrollar nuevas estrategias para llevar a cabo los procesos de contacto con el establecimiento y recopilación de datos, las cuales no siempre tienen los resultados esperados. Debido a esto se presentaron dificultades en la comunicación y coordinación de actividades con el establecimiento, dificultando la recolección de datos, limitando así el desarrollo de esta investigación.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Angarita, O., Escobar, D. (2007). Teoría del déficit del autocuidado: interpretación desde los elementos conceptuales. Revista ciencia y cuidado - volumen 4 - No 4 - ISSN-17949831

Arnau, L., Montané, J. (2010). Aportaciones sobre la relación conceptual entre actitud y competencia, desde la teoría del cambio de actitudes. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 8(3), 1283-1302. [Título del estudio: \(investigacion-psicopedagogica.com\)](http://investigacion-psicopedagogica.com)

Belsky J. (2005). Differential susceptibility to rearing influence. Guildford press. [https://books.google.cl/books?hl=en&lr=&id=UjiZwYGdFoC&oi=fnd&pg=PA139&dq=info:pWO2O1zSJUU:scholar.google.com&ots=DRpziE56Y0&sig=duWso01\\_INSY8dzYmix9XyRSMk&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.cl/books?hl=en&lr=&id=UjiZwYGdFoC&oi=fnd&pg=PA139&dq=info:pWO2O1zSJUU:scholar.google.com&ots=DRpziE56Y0&sig=duWso01_INSY8dzYmix9XyRSMk&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, A., Benavides, V., Villota, N. (2017). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. *Psicoespacios*, 11(18), 133- 147. <http://revistas.iue.edu.co/revistasiue/index.php/Psicoespacios/article/view/898/1185>

Buysse, D. (2014). Sleep health: can we define it? Does it matter? *Sleep*, 37, 9-17. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24470692>

Caballero, S. Contini, N. C., Lacunza, A. B, Mejail, S. y Coronel, P. (2018). Habilidades sociales, comportamiento agresivo y contexto socioeconómico. Un estudio comparativo con adolescentes de Tucumán (Argentina). *Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tucuman*, (53), 183-203. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6964208>

Caballo, V. E. (1993). Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales. *Siglo XXI editoriales*. (1)

[https://www.academia.edu/24963835/Vicente E Caballo Manual de Evaluacion y Entrenamiento de Las Habilidades Sociales](https://www.academia.edu/24963835/Vicente_E_Caballo_Manual_de_Evaluacion_y_Entrenamiento_de_Las_Habilidades_Sociales)

Caballo, V., y Salazar, I. (2017). Desarrollo y validación de un nuevo instrumento para la evaluación de las habilidades sociales: el cuestionario de habilidades sociales (CHASO). *Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 25(1), 5-24. [\(PDF\) Desarrollo y validación de un nuevo instrumento para la evaluación de las habilidades sociales: el “Cuestionario de habilidades sociales” \(CHASO\) \(researchgate.net\)](#)

Contini, E. (2015). Agresividad y habilidades sociales en la adolescencia. Una aproximación conceptual. *Psicodebate*, 15(2), 31-54. <https://doi.org/10.18682/pd.v15i2.533>

Cristi-Montero, C., Celis, C., et al. (2015). ¡Sedentarismo e inactividad física no son lo mismo!: una actualización de conceptos orientada a la prescripción del ejercicio físico para la salud. *Revista Médica de Chile*, Vol. 143, [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872015000800021&lng=pt&nrm=iso](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872015000800021&lng=pt&nrm=iso).

Cúneo, F., Maidana, T. (2014). Propuesta y aplicación de un índice de calidad y protección de la alimentación en adolescentes urbanos. *Diaeta*, 32, 14-22. <http://www.scielo.org.ar/pdf/diaeta/v32n149/v32n149a03.pdf>.

Dávila, R. (2018). Programa de actividades lúdicas para desarrollar habilidades sociales. *Revista Hacedor*, 2(1), 77-87. <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/HACEDOR/article/view/979/839>

Delgado, J. (2017). *Análisis de fiabilidad y validez interna del cuestionario de habilidades de interacción social de monjas en una muestra de niños de 8 a 12 años*. [Tesis de Título, Pontificia Universidad Católica de Ecuador sede Ambato] Repositorio institucional de PUCESA. [76471.pdf \(pucesa.edu.ec\)](https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/76471)

Domínguez, A. y Pino, M. 2014 Motivación intrínseca y extrínseca: análisis en adolescentes Gallegos. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 349-358. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851780036.pdf>

Espinosa, J. (2019). Importancia del deporte y alimentación. *Revista NPunto*. (2)18. <https://www.npunto.es/revista/18/importancia-del-deporte-y-alimentacion>.

Fleming, M. (2005). Género y autonomía en la adolescencia: las diferencias entre chicos y chicas aumentan a los 16 años. *Electronic journal of research in educational psychology*, 3(2), 33-52. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293121927002.pdf>

Gaete, J., Olivares, E., Rojas-Barahona, C. (2016). Consumo de tabaco y alcohol en adolescentes de 10 a 14 años de la ciudad de San Felipe, Chile: prevalencia y factores asociados. *Revista médica de Chile*, 144 (4), 465-475. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872016000400007>

García, C., Martínez, B. J. S. A., Asencio, M. A., & Martínez, M. H. (2020). Actitud de los estudiantes hacia la Educación Física en función de su nivel de actividad física. *TRANCES. Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*,

(4), 512-529. [EFECTOS DE DISTINTOS TIPOS DE ENTRENAMIENTOS POR CONTRASTE SOBRE LA CAPACIDAD DE FUERZA \(filesusr.com\)](#)

García, F. (2017). La nutrición, el estilo de vida sano y el autocuidado. la tríada del bienestar humano. Universidad Nacional de Colombia. El autocuidado. (28). <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/60943>

García, M. (2009). Qué y cuánto comer: tomando medidas frente a las sociedades obesogénicas. *Revista salud Colectiva*, Vol5 , 3, (363-376). <https://www.redalyc.org/pdf/731/73111844005.pdf>

Giakoni, F., Paredes, P., Duclos-Bastías, D. (2021). Educación Física en Chile: tiempo de dedicación y su influencia en la condición física, composición corporal y nivel de actividad física en escolares. *Retos*. (38), 24-29. DOI: 10.47197/retos.v0i39.77781

Grimaldo, M., (2012). Estilo de vida saludable en estudiantes de posgrado de Ciencias de la Salud. *Psicología y Salud*, 22, 75-87. 559-2458-1-PB.pdf

Gutiérrez Sanmartín, M. y Pilsa Doménech, C. (2006) Actitudes de los alumnos hacia la Educación Física y sus profesores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 6 (24), 212-229 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista24/artactitudes36.htm>

Gutiérrez, M y Pilsa, C. (2016). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis*.

*Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 3(1), 123-140. <https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

Gutiérrez, M. (2014). Relaciones entre el clima motivacional, las experiencias en Educación Física y la motivación intrínseca de los alumnos. *Retos*, 26, 9-14. [Relaciones entre el clima motivacional, las experiencias en educación física y la motivación intrínseca de los alumnos - Dialnet \(unirioja.es\)](#)

Gutiérrez, M., Expósito, J. (2015). Autoconcepto, dificultades interpersonales, habilidades sociales y conductas asertivas en adolescentes. *REOP. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 26(2), 42-58. <http://doi.org/10.5944/reop.vol.26.num.2.2015.15215>

Hernández, J., García, M. (2015). Hábitos y trastornos del sueño en adolescentes. *Revista Española de Patología Torácica* 27 (4), 120 - 121. [https://www.neumosur.net/files/publicaciones/Revistas/2015/4\\_original-rev2015-v27-n4.pdf](https://www.neumosur.net/files/publicaciones/Revistas/2015/4_original-rev2015-v27-n4.pdf)

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. (6.<sup>a</sup> ed.). Editorial McGRAW-HILL. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Hernández, J., García, M.E., et al., (2015). Hábitos y trastornos del sueño en adolescentes. *Revista Española de Patología Torácica*. 27, 220-230. [4\\_original-rev2015-v27-n4.pdf](https://www.neumosur.net/files/publicaciones/Revistas/2015/4_original-rev2015-v27-n4.pdf)

Izuzquiza, D., Ruiz, R. (2006). *Tú y yo aprendemos a relacionarnos: programa para la enseñanza de las habilidades sociales en el hogar, manual para familias de niños entre 5 y 10 años*. Madrid: Federación Española de Instituciones para el Síndrome Down. Recuperado de: [https://sid-inico.usal.es/idocs/F8/FDO19184/habilidades\\_sociales\\_familias.pdf](https://sid-inico.usal.es/idocs/F8/FDO19184/habilidades_sociales_familias.pdf)

Jaramillo Valencia, B., Guzmán Atehortúa, N. (2019). Las habilidades sociales en los ambientes escolares. *Revista Universidad Católica Luis Amigó*, (3), 151-162. <https://doi.org/10.21501/25907565.3263>

Jaureguizar, J., Garaigordobil, M. & Bernaras, E. Self-concept, Social Skills, and Resilience as Moderators of the Relationship Between Stress and Childhood Depression. *School Mental Health* 10, 488–499 (2018). <https://psycnet.apa.org/record/2018-17332-001>

Latorre, P.A., Herrador, J.A. (2003). *Prescripción del Ejercicio Físico Para la Salud en la Edad Escolar*. Editorial Paidotribo. [https://books.google.cl/books?hl=es&lr=&id=WXFpPkUyt5QC&oi=fnd&pg=PA9&dq=\(Latorre,+herrador+sanchez+2003&ots=MUNCe0jbCv&sig=gTu4w\\_LGmafefHGMdzwShbfF2ig#v=onepage&q=\(Latorre%2C%20herrador%20sanchez%202003&f=false](https://books.google.cl/books?hl=es&lr=&id=WXFpPkUyt5QC&oi=fnd&pg=PA9&dq=(Latorre,+herrador+sanchez+2003&ots=MUNCe0jbCv&sig=gTu4w_LGmafefHGMdzwShbfF2ig#v=onepage&q=(Latorre%2C%20herrador%20sanchez%202003&f=false)

Lizarazo, L., Valdivieso, M., Burbano, V. (2020). Autoestima, índice de masa corporal y actividad física en adolescentes: un estudio de corte exploratorio-relacional. *Revista Espacios*. 41 (46). 210-221. <https://www.revistaespacios.com/a20v41n46/a20v41n46p18.pdf>

Matsudo, S. (2012). Actividad física: Pasaporte para la salud. *Revista Médica Clínica Las Condes*. 23(3), 209-217.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864012703036?via%3Dihub>

Mesa, A., Escobar, A., Cruz, E. (2014). *Desarrollo de las habilidades socioemocionales a través de la propuesta pedagógica “El mundial de fútbol Brasil 2014”, con niños de los grados 301, 303 y 401 en la IED Rodolfo Llinás*. [Tesis de grado, Universidad libre de Colombia] Archivo digital. [Desarrollo de las habilidades socioemocionales a través de la propuesta pedagógica “El mundial de.pdf \(unilibre.edu.co\)](http://unilibre.edu.co)

Mesquita, G., Reimao, R., (2006). Sono na adolescencia. *Associacao Paulista de Medicine* 34-36.

Monjas Casares, M. (2002). *Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar*. Editorial CEPE.  
<https://www.researchgate.net/publication/39132103> [Programa de enseñanza de habilidades de interacción social PEHIS para niños y niñas en edad escolar \(unilibre.edu.co\)](http://unilibre.edu.co)

Monzon, J. (2014). *Habilidades sociales en adolescentes institucionalizados entre 14 y 17 años de edad*. [Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar]. Repositorio institucional. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2014/05/42/Monzon-Jose.pdf>

Moreno Murcia, J. A. M., & Vera Lacárcel, J. A. V. (2008). Un estudio experimental de las diferencias por género en la percepción de competencia a partir de la cesión de responsabilidad en las clases de educación física. *Revista iberoamericana de educación*, 46(8), 1-10. <https://rieoei.org/historico/expe/2285Moreno.pdf>

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2020, 26 de Noviembre). *Actividad física*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>.

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2021, 18 de Enero). *Salud del adolescente y el joven adulto*. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es>

Otis, N., Grouzet, F. & Pelletier, L. (2005). Latent Motivational Change in Academic Setting: A 3-Year Longitudinal Study. *Journal of Educational Psychology*, 97 (2), 170-183. [https://scholar.google.cl/scholar?q=Otis,+N.,+Grouzet,+F.+%26+Pelletier,+L.+\(2005\).&hl=es&as\\_sdt=0&as\\_vis=1&oi=scholar](https://scholar.google.cl/scholar?q=Otis,+N.,+Grouzet,+F.+%26+Pelletier,+L.+(2005).&hl=es&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar)

Panadero, M., Prieto, A., Gutiérrez, A., Gil, P. (2016). Evaluación inicial en 6º curso de primaria de las habilidades sociales y propuesta didáctica de intervención en la Educación Física escolar. *Revista Euroamericana de Ciencias del deporte*, 5 (1), 65-74. <https://revistas.um.es/sportk/article/view/249131/189391>

Pérez, L. (2013). "Nivel de asertividad en adolescentes" (estudio realizado en la fundación "Futuro de los Niños" del Municipio de Salcajá Quetzaltenango) [Tesis



Sáenz-López Buñuel, P., Sicilia Camacho, A. & Manzano Moreno, J.I. (2010). La opinión del profesorado sobre la enseñanza de la educación física en función del género. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 10 (37) pp. 167- 180. [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista37/artopinion148.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista37/artopinion148.htm)

Sánchez-Alcaraz, B.J., Bejerano, A., Valero, A., Gómez, A., Courel, J. (2018). Deportividad, disfrute y actitudes hacia la Educación Física de los estudiantes de Educación Secundaria. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 20(2-3), 319-340. DOI: <https://doi.org/10.24197/aefd.2-3.2018.319-340>

Sánchez, M.A., De Luna, E. (2015). Hábitos de vida saludable en la población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*. <https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v31n5/03revision03.pdf>.

Serrano, M. y Álvarez, D. (2010). Inteligencia emocional: autocontrol en adolescentes estudiantes del último año de secundaria. *Multiciencias*, 10(3), 273-280. <https://www.redalyc.org/pdf/904/90416328008.pdf>

Wood, W., Neal, D., (2016). Healthy through habit: Interventions for initiating & maintaining health behavior change. *Behavioral Science & Policy*, 2, 71-83. <https://doi.org/10.1353/bsp.2016.0008>

Zanjani, S., Tol, A., Mohebbi, B., et al. (2015). Determinants of healthy lifestyle and its related factors among elderly people. *Journal of education and health promotion*, 4. doi: 10.4103/2277-9531.171817

## ANEXO

### 1. Instrumento 1: Encuesta de opinión V1 y V2 a estudiantes.

- Tabla de especificaciones
- Instrumento propiamente tal
- Análisis de consistencia
- Validación de instrumento

### 2. Instrumento 2: Encuesta de opinión V3 a estudiantes.

- Tabla de especificaciones
- Instrumento propiamente tal
- Análisis de consistencia
- Validación de instrumento

### 3. Instrumento 3: Encuesta de opinión V3 a profesores

- Tabla de especificaciones
- Instrumento propiamente tal
- Análisis de consistencia
- Validación de instrumento

### 4. Consentimiento informado - Apoderados.

### 5. Consentimiento informado - Rector.

### 6. Tabla de vaciado de datos V1 según dimensiones

- TVD n°1: "Hábitos de actividad física extraescolar" (D1, según indicadores)
- TVD n°2: "Hábitos de sueño" (D2, según indicadores)
- TVD n°3: "Hábitos de alimentación" (D3, según indicadores)
- TVD n°4: "Hábitos de autocuidado" (D4, según indicadores)

### 7. Tabla de vaciado de datos V2 según dimensiones

- TVD n°8: "Manifestaciones interpersonales" (D1, según indicadores)
- TVD n°9: "Manifestaciones intrapersonales" (D2, según indicadores)
- TVD n°10: "Manifestación en el ambiente de aula" (D3, según indicadores)

## **8. Tabla de vaciado de datos V3 según dimensiones**

- TVD nº14: "Actitud frente a las actividades" (D1, según indicadores)
- TVD nº15: "Actitud frente a las actividades" (D1, según indicadores) - Profesores
- TVD nº16: "Actitud respecto a la metodología" (D2, según indicadores)
- TVD nº17: "Actitud respecto a la metodología" (D2, según indicadores) - Profesores
- TVD nº18: "Actitud de los tipos de evaluación" (D3, según indicadores)
- TVD nº19: "Actitud de los tipos de evaluación" (D3, según indicadores) - Profesores

### **1. Instrumento 1: Encuesta de opinión**

SOLO USO ACADÉMICO

Tabla de especificaciones

Instrumento 1 (variable 1 y 2), dirigido a estudiantes de primer año de enseñanza media

<b>Variable 1:</b> Hábitos de vida saludable	<b>Indicadores</b>	<b>Cantidad de afirmaciones del instrumento</b>	<b>N° de afirmaciones del instrumento</b>	<b>Afirmaciones de consistencia</b>
D1: Hábitos de actividad física extraescolar	1.1 Según el tiempo destinado	4	4-7-11-48	8-15
	1.2 Según el tipo de actividad	2	13-21	
	1.3 Según la intensidad	2	8-15	
	1.4 Según la cantidad de pasos diarios recorridos	3	5-9-19	
D2: Hábitos de sueño	2.1 De acuerdo con las horas de sueño	2	2-6	
	2.2 De acuerdo con los horarios que duermen	2	14-33	
	2.3 De acuerdo con la calidad del sueño	2	37-49	
D3: Hábitos de alimentación	3.1 Según el consumo de comida chatarra	2	27-40	
	3.2 Según el consumo de frutas y verduras	2	1-17	
	3.3 Según la hidratación	3	34-52-58	
D4: Hábitos de autocuidado	4.1 Respecto a la higiene	3	47-56-60	
	4.2 Respecto al consumo de tabaco	2	22-30	
	4.3 Respecto al consumo de alcohol.	2	3-12	

<b>Variable 2:</b> Manifestación de habilidades sociales	<b>Indicadores</b>	<b>Cantidad de afirmaciones del instrumento</b>	<b>N° de afirmaciones del instrumento</b>	<b>Afirmaciones de consistencia</b>
D1: Manifestaciones interpersonales	1.1 Según la relación con las y los compañeros	3	10-31-41	
	1.2 Según la relación con los y las docentes	2	35-43	
	1.3 Según la resolución de problemas de manera colaborativa	2	23-42	
D2: Manifestaciones intrapersonales	2.1 Respecto al sentimiento de asertividad	3	28-55-59	
	2.2 Respecto a la motivación personal	2	16-32	
	2.3 Respecto al liderazgo	4	24-36-39-46	
	2.4 Respecto al autocontrol	3	25-38-45	
	2.5 Respecto a la autonomía	3	26-29-57	
D3: Manifestación en el ambiente de aula	3.1 Según el respeto en el aula	4	20-44-50-54	44-54
	3.2 Según la participación individual en el aula	3	18-51-53	
	3.3 Según la participación en actividades grupales en el aula	2	61-64	
	3.4 Según la facilidad para expresarse	2	62-63	

## Encuesta de Opinión

Estimados estudiantes de primer año de enseñanza media:

El objetivo de esta encuesta es conocer la opinión respecto de sus hábitos de vida saludable, y habilidades sociales.

Los datos obtenidos tendrán el carácter de anónimos y confidenciales.

Instrucciones:

Se solicita registrar una X, su "nivel de acuerdo" frente a cada afirmación propuesta, considerando:

TA = Totalmente de acuerdo  
PA = Parcialmente de acuerdo  
PD = Parcialmente en desacuerdo  
TD = Totalmente en desacuerdo

Afirmaciones	TA	PA	PD	TD
1.- Consumo verduras todos los días.				
2.- Duermo 8 o más horas durante la noche de manera regular.				
3.- Consumo bebidas con contenido alcohólico al menos una vez a la semana de manera regular.				
4.- Realizo actividad física por lo menos 3 veces a la semana fuera de horario escolar.				
5.- Suelo utilizar bicicleta, patineta, patines o similares como medio de transporte habitual.				
6.- Duermo siestas de máximo 30 minutos regularmente.				
7.- Realizo actividad física por lo menos 5 horas a la semana fuera del horario de clases.				
8.- Habitualmente realizo actividad física extraescolar, esforzándome hasta el punto de quedar muy cansado.				
9.- Camino 1,5 horas o más diariamente.				

Afirmaciones	TA	PA	PD	TD
10.- Me relaciono de manera respetuosa con mis compañeros/as.				
11.- Cuando realizo algún tipo de actividad física práctico por lo menos durante 1 hora.				
12.- Cuando consumo bebidas alcohólicas suelo beber 2 o más vasos (Si no consumes alcohol, marca totalmente en desacuerdo).				
13.- Practico algún tipo de actividad física colectiva regularmente (Como fútbol, básquet, voleibol, rugby, entre otros)				
14.- Suelo dormir antes de medianoche de manera regular.				
15.- Cuando hago actividad física fuera del horario escolar, evito esforzarme para no cansarme tanto.				
16.- Trabajo de manera autónoma y soy consciente de mi propio desarrollo.				
17.- Consumo frutas todos los días.				
18.- Evito hacer preguntas y expresar mi opinión en clases.				
19.- Suelo caminar como medio de transporte habitual.				
20.- Interrumpo al/la profesor/a cuando está explicando.				
21.- Practico algún tipo de actividad física individual regularmente. (Como artes marciales, atletismo, tenis, escalda, entre otros.)				
22.- Todos o la mayoría de mis amigos(as) cercanos(as) fuman cigarrillos mientras estoy con ellos.				
23.- Soluciono mis problemas en conjunto con mis compañeros/as y profesores/as.				
24.- Soy capaz de argumentar y defender mis ideas y opiniones de manera respetuosa durante las clases.				
25.- Normalmente hago las cosas que realmente me gustan, aunque haya cosas más urgentes que hacer.				
26.- Tengo la habilidad para solucionar mis problemas de manera autosuficiente.				
27.- Consumo comida rápida (sandwich, papas fritas, hot dog, pizza, etc.) 2 o más veces por semana de manera regular.				

Afirmaciones	TA	PA	PD	TD
28.- Defiendo y reclamo mis derechos frente a los/las demás.				
29.- Soy capaz de elegir libremente, independiente de la opinión de los demás.				
30.- Fumo tabaco o cigarrillos de manera regular.				
31.- Soy capaz de identificar mis emociones y sentimientos al relacionarme con los y las demás.				
32.- Me propongo metas y busco constantemente auto superarme.				
33.- Suelo dormir siestas durante el día de más de 1 hora, regularmente.				
34.- Prefiero beber agua sobre otro líquido como jugos y/o bebidas.				
35.- Cuando tengo un problema con el profesor/a, me pongo en su lugar y trato de solucionarlo.				
36.- Cuando ofrezco ayuda_a mis compañeros/as cuando lo necesiten; estos la aceptan.				
37.- Cuando duermo suelo despertarme 2 o más veces en la noche.				
38.- Expreso mi disconformidad de manera respetuosa cuando me enojo.				
39.- Soy capaz de argumentar y defender mis ideas y opiniones fuera del aula, respetando a los y las demás.				
40.- Consumo habitualmente en el almuerzo bebidas azucaradas. (Coca cola, sprite, fanta, etc; no considere las bebidas sin azúcar)				
41.- Me expreso de manera empática con mis compañeros/as.				
42.- Cuando se presenta algún tipo de dificultad, me manifiesto de manera colaborativa con mis compañeros/as.				
43.- Me relaciono respetuosamente con mis profesores/as.				
44.- Respeto las normas de comportamiento en clases.				
45.- Me cuesta seguir las normas de las clases, aunque las sepa.				
46.- Participó liderando los grupos de trabajo propuestos en clases.				
47.- Lavo y desinfecto mis manos luego de realizar actividad física.				

Afirmaciones	TA	PA	PD	TD
48.- Realizo actividad física mínimo 3 veces a la semana, con quienes vivo.				
49.- Cuando despierto por las mañanas, me siento con energía para comenzar el día.				
50.- Ridiculizo o me burlo de la opinión de mis compañeros/as.				
51.- Colaboré para mantener el orden durante las clases.				
52.- Me hidrato durante o después que realizo actividad física.				
53.- Participo en clases cuando el/la profesor/a da la posibilidad de hacerlo.				
54.- Me suelen llamar la atención por mal comportamiento.				
55.- Expreso con confianza a los/las demás mis emociones y sentimientos como felicidad, ansiedad o asombro.				
56.- Cambio mi mascarilla luego de realizar actividad física.				
57.- Cuando debo llegar a un lugar a una hora determinada soy puntual.				
58.- Consumo 2 o más litros de agua diarios.				
59.- Logro expresar mis deseos y necesidades a los/las demás.				
60.- Siempre tomo una ducha luego de la clase de educación física.				
61.- Las actividades grupales, son las que me producen mayor interés.				
62.- Logro expresar verbalmente mis necesidades respetando a los demás.				
63.- Expreso mis sentimientos de manera confiada y segura.				
64.- Participé activamente en los grupos de trabajo.				

**Análisis de consistencia:**

**Instrumento 1: Encuesta de opinión V1 y V2 para estudiantes**

**Variable 1:** Hábitos de vida saludable.

**Variable 2:** Manifestación de habilidades sociales.

Estudiantes Hombres	Variable 1 8-15 Dimensión 1 Instrumento 1	Variable 2 44-54 Dimensión 3 Instrumento 1	Estudiantes Mujeres	Variable 1 8-15 Dimensión 1 Instrumento 1	Variable 2 44-54 Dimensión 3 Instrumento 1
1	no	no	1	si	no
2	si	si	2	si	si
3	no	si	3	no	si
4	no	si	4	si	si
5	no	no	5	no	si
6	no	si	6	si	si
7	no	no	7	si	si
8	no	si	8	si	si
9	si	no	9	no	si
10	no	no	10	si	si
11	no	si	11	no	no
12	no	si	12	si	si

- Entre el par de consistencia 8-15; se tabulará la afirmación 8.
- Entre el par de consistencia 44-54; se tabulará la afirmación 54.

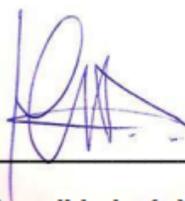
De los 24 estudiantes no hay consistencia en 21 afirmaciones, no obstante, dada la poca cantidad de estudiantes, se considerarán todas las respuestas.

### Constancia de Validación por Juicio Experto

Yo, **Patricio Valencia Vallejos**, Magister en dirección y administración de empresas de la Universidad Mayor, dejo constancia de la validación del(los) instrumento(s) adjuntado(s) "**Encuesta de Opinión**" dirigido a estudiantes de primer año de enseñanza media, respecto de sus hábitos de vida saludable, y habilidades sociales, para la investigación "**Hábitos de vida saludable, habilidades sociales y actitudes de los estudiantes hacia la educación física**", conducente a lograr el grado de Licenciatura en Educación de la carrera de *Pedagogía en educación Física Deportes y Recreación, para enseñanza Básica y Media*

Criterio de validación	Validado	Validado con observaciones	Deficiente
Congruencia del instrumento con los objetivos propuestos.	✓		
Pertinencia del instrumento para responder las preguntas de investigación/hipótesis.	✓		
Claridad y precisión en las instrucciones.	✓		
Claridad y precisión de preguntas o ítems.	✓		
Lenguaje adecuado para la población de estudio.	✓		
Ortografía y redacción.	✓		

**FECHA: 29-Junio- 2021**



**Firma de validador(a) experto(a)**

Coordinación de Tesinas  
Universidad Mayor  
Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile

## 2. Instrumento 2: Encuesta de opinión

Tabla de especificaciones

Instrumento 2 (variable 3), dirigido a estudiantes de primer año de enseñanza media

<b>Variable 3:</b> Actitud frente a la clase de educación física	<b>Indicadores</b>	<b>Cantidad de afirmaciones del instrumento</b>	<b>N° de afirmaciones del instrumento</b>	<b>Afirmaciones de consistencia</b>
D1: Actitud frente a las actividades	1.1 Frente a las actividades individuales	2	2-4	17-20
	1.2 Frente a las actividades en equipo	3	7-11-13	
	1.3 Frente a las actividades de entretenimiento	3	15-17-20	
D2: Actitud respecto a la metodología	2.1 Según la utilidad de la educación física	3	14-16-19	
	2.2 Según la valoración de la asignatura	3	3-5-22	
	2.3 Según la organización de la asignatura	2	1-9	
D3: Actitud de los tipos de evaluación	3.1 Respecto a los criterios de evaluación	2	21-23	
	3.2 Respecto a la valoración de los tipos de evaluación	3	6-10-12	
	3.3 Respecto a los contenidos de evaluación	2	8-18	

## Encuesta de Opinión

Estimados estudiantes de primer año de enseñanza media:

El objetivo de esta encuesta es conocer la opinión respecto de sus actitudes frente a la clase de educación física (EFI).

Los datos obtenidos tendrán el carácter de anónimos y confidenciales.

Instrucciones:

Se solicita registrar una X, su "nivel de acuerdo" frente a cada afirmación propuesta, considerando:

TA = Totalmente de acuerdo  
PA = Parcialmente de acuerdo  
PD = Parcialmente en desacuerdo  
TD = Totalmente en desacuerdo

EFI: Educación física

AFIRMACIONES	TA	PA	PD	TD
1.- Estoy de acuerdo con la organización de las clases de EFI de la semana.				
2.- Participo de manera entusiasta en las actividades individuales de la clase de EFI.				
3.- Valoro las actividades que se realizan en las clases de EFI, porque me parecen importantes para mi desarrollo.				
4.- Me parecen atractivas las actividades individuales de la clase de EFI.				
5.- No me pierdo las clases de EFI, porque después de ellas, me siento más dinámico.				
6.- Estoy satisfecha/o con los conocimientos que me han aportado las evaluaciones sumativas (Evaluaciones con nota) de la clase de EFI.				
7.- Me motiva participar de manera activa en las actividades grupales durante las clases de EFI.				

AFIRMACIONES	TA	PA	PD	TD
8.- Los contenidos evaluados en la clase de EFI no me motivan en el aprendizaje.				
9.- Estoy conforme con la secuencia de actividades que se presentan en las clases de EFI.				
10.- Las evaluaciones formativas (sin calificación), son las que más aportan a mi aprendizaje.				
11.- Participo en las actividades grupales de la clase de EFI, aportando mi mayor esfuerzo.				
12.- Estoy de acuerdo con el tipo de evaluaciones que se realizan en las clases de EFI.				
13.- Me parecen atractivas las actividades grupales de la clase de EFI.				
14.- Estoy de acuerdo con que las metodologías utilizadas en la clase de EFI porque fomentan la participación de todos.				
15.- Las actividades de entretenimiento de la clase de EFI son mis preferidas.				
16.- Las metodologías aplicadas en la clase de EFI me motivan a la práctica de la actividad física en horario extraescolar.				
17.- Los juegos de la clase de EFI me parecen entretenidos.				
18.- Los contenidos evaluados en la clase de EFI me parecen que colaboran con mi aprendizaje.				
19.- Las metodologías aplicadas en la clase de EFI me parecen útiles en mi diario vivir.				
20.- Me aburren las actividades de la clase de EFI.				
21.- Los criterios utilizados en las evaluaciones formativas (sin calificación numérica) de la clase de EFI me ayudan a identificar mis fortalezas y debilidades.				
22.- Siento que las clases de EFI son importantes para mi salud en todo sentido.				
23.- Los criterios utilizados en las evaluaciones sumativas (con calificación numérica) de la clase de EFI tienen relación con lo desarrollado en las clases.				

**Análisis de consistencia:**

**Instrumento 2: Encuesta de opinión V3 para estudiantes**

**Variable 3:** Actitud frente a la clase de educación física.

Hombres	Variable 3 17-20 Dimensión 1 Instrumento 2	Mujeres	Variable 3 17-20 Dimensión 1 Instrumento 2
1	si	1	si
2	no	2	no
3	si	3	no
4	no	4	si
5	no	5	si
6	si	6	no
7	no	7	no
8	si	8	no
9	si	9	si
10	no	10	si
11	no	11	no
12	no	12	no

- Entre el par de consistencia 17-20; se tabulará la afirmación 17.

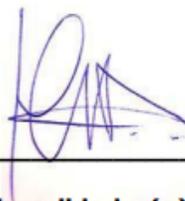
De los 24 estudiantes no hay consistencia en 14 afirmaciones, no obstante, dada la poca cantidad de estudiantes, se considerarán todas las respuestas.

### Constancia de Validación por Juicio Experto

Yo, **Patricio Valencia Vallejos**, Magister en dirección y administración de empresas de la Universidad Mayor, dejo constancia de la validación del(los) instrumento(s) adjuntado(s) "**Encuesta de Opinión**" dirigido a estudiantes de primer año de enseñanza media, respecto de sus actitudes frente a la clase de educación física, para la investigación "**Hábitos de vida saludable, habilidades sociales y actitudes de los estudiantes hacia la educación física**", conducente a lograr el grado de Licenciatura en Educación de la carrera de *Pedagogía en educación Física Deportes y Recreación, para enseñanza Básica y Media*

Criterio de validación	Validado	Validado con observaciones	Deficiente
Congruencia del instrumento con los objetivos propuestos.	✓		
Pertinencia del instrumento para responder las preguntas de investigación/hipótesis.	✓		
Claridad y precisión en las instrucciones.	✓		
Claridad y precisión de preguntas o ítems.	✓		
Lenguaje adecuado para la población de estudio.	✓		
Ortografía y redacción.	✓		

**FECHA: 29-Junio- 2021**



**Firma de validador(a) experto(a)**

Coordinación de Tesinas  
Universidad Mayor  
Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile

### 3. Instrumento 3: Encuesta de opinión.

Tabla de especificaciones

Instrumento 3 (variable 3), dirigido a los y las docentes del área de educación física de primer año de enseñanza media:

<b>Variable 3:</b> Actitud frente a la clase de educación física	<b>Indicadores</b>	<b>Cantidad de afirmaciones del instrumento</b>	<b>N° de afirmaciones del instrumento</b>	<b>Afirmaciones de consistencia</b>
D1: Actitud frente a las actividades	1.1 Frente a las actividades individuales	2	2-4	17-20
	1.2 Frente a las actividades en equipo	3	7-11-13	
	1.3 Frente a las actividades de entretención	3	15-17-20	
D2: Actitud respecto a la metodología	2.1 Según la utilidad de la educación física	3	14-16-19	
	2.2 Según la valoración de la asignatura	3	3-5-22	
	2.3 Según la organización de la asignatura	2	1-9	
D3: Actitud de los tipos de evaluación	3.1 Respecto a los criterios de evaluación	2	21-23	
	3.2 Respecto a la valoración de los tipos de evaluación	3	6-10-12	
	3.3 Respecto a los contenidos de evaluación	2	8-18	

## Encuesta de Opinión

Estimados docentes del área de educación física de primer año de enseñanza media:

El objetivo de esta encuesta es conocer la opinión de los y las docentes respecto a las actitudes de los y las estudiantes frente a la clase de educación física (EFI).

Los datos obtenidos tendrán el carácter de anónimos y confidenciales.

Instrucciones:

Se solicita registrar una X, su "nivel de acuerdo" frente a cada afirmación propuesta, considerando:

TA = Totalmente de acuerdo  
PA = Parcialmente de acuerdo  
PD = Parcialmente en desacuerdo  
TD = Totalmente en desacuerdo

EFI: Educación física

AFIRMACIONES	TA	PA	PD	TD
1.- Los y las estudiantes se manifiestan conformes con la organización de las clases de EFI.				
2.- Los y las estudiantes participan de manera entusiasta en las actividades individuales de la clase de EFI.				
3.- Los y las estudiantes consideran importantes las actividades de EFI, porque aportan en su desarrollo.				
4.- A los y las estudiantes les parecen atractivas las actividades individuales de la clase de EFI.				
5.- Los y las estudiantes suelen asistir a clases, porque luego de ellas se manifiestan más enérgicos.				
6.- Los y las estudiantes no demuestran disconformidad con los conocimientos que les han aportado las evaluaciones sumativas de la clase de EFI.				
7.- Los y las estudiantes demuestran motivación por participar de las actividades grupales durante las clases de EFI.				

AFIRMACIONES	TA	PA	PD	TD
8.- Los y las estudiantes se manifiestan desmotivados con los contenidos evaluados en la clase.				
9.- Los y las estudiantes se muestran conformes con la secuencia de actividades que se presentan en las clases de EFI.				
10.- Los y las estudiantes se manifiestan conformes con las evaluaciones formativas de las clases de EFI, ya que son las que más aportan en su aprendizaje.				
11.- Los y las estudiantes participan en las actividades grupales de la clase de EFI, aportando con su mayor esfuerzo.				
12.- Los y las estudiantes no manifiestan disconformidad con los tipos de evaluaciones que se realizan en las clases de EFI.				
13.- Los y las estudiantes demuestran interés hacia las actividades grupales de la clase de EFI.				
14.- Los y las estudiantes se manifiestan satisfechos con las metodologías utilizadas en las clases de EFI, porque fomentan la participación del curso.				
15.- Los y las estudiantes demuestran preferencia por las actividades lúdicas y recreativas en la clase de EFI.				
16.- Los y las estudiantes se muestran motivados para realizar actividad física en horarios extraescolar gracias a las clases de EFI.				
17.- Los y las estudiantes se entretienen con los juegos de la clase de EFI.				
18.- Los y las estudiantes expresan que los contenidos evaluados en la clase de EFI colaboran con su aprendizaje.				
19.- Los y las estudiantes se manifiestan conformes con las metodologías utilizadas en las clases de EFI, ya que les resultan útiles en su diario vivir.				
20.- Los y las estudiantes se muestran aburridos en las actividades de la clase de EFI.				
21.- Los y las estudiantes expresan que las evaluaciones formativas de la asignatura de EFI les permiten identificar sus fortalezas y debilidades.				
22.- Los y las estudiantes expresan que las clases de EFI son importantes para su salud.				

23.- Los y las estudiantes plantean que los criterios utilizados en las evaluaciones sumativas de la clase de EFI corresponden a lo desarrollado en las clases.				
---	--	--	--	--

### Análisis de consistencia

#### Instrumento 3: Encuesta de opinión V3 para profesores.

**Variable 3:** Actitud frente a la clase de educación física.

Profesores	Variable 3 Profesores 17-20 Dimensión 1 Instrumento 3
1	no
2	si

- Entre el par de consistencia 17-20; se tabulará la afirmación 17.

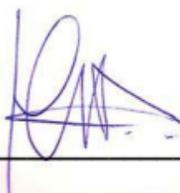
SOLO USO ACADÉMICO

### Constancia de Validación por Juicio Experto

Yo, **Patricio Valencia Vallejos**, *Magister en dirección y administración de empresas* de la Universidad Mayor, dejo constancia de la validación del(los) instrumento(s) adjuntado(s) "**Encuesta de Opinión**" dirigido a docentes del área de educación física de primer año de enseñanza media, respecto a las actitudes de los y las estudiantes frente a la clase de educación física, para la investigación "**Hábitos de vida saludable, habilidades sociales y actitudes de los estudiantes hacia la educación física**", conducente a lograr el grado de Licenciatura en Educación de la carrera de *Pedagogía en educación Física Deportes y Recreación, para enseñanza Básica y Media*

Criterio de validación	Validado	Validado con observaciones	Deficiente
Congruencia del instrumento con los objetivos propuestos.	✓		
Pertinencia del instrumento para responder las preguntas de investigación/hipótesis.	✓		
Claridad y precisión en las instrucciones.	✓		
Claridad y precisión de preguntas o ítems.	✓		
Lenguaje adecuado para la población de estudio.	✓		
Ortografía y redacción.	✓		

FECHA: 29-Junio- 2021



Firma de validador(a) experto(a)

Coordinación de Tesinas  
Universidad Mayor  
Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile

#### 4. Consentimiento informado - Apoderados

## **Consentimiento informado para participar en un proyecto de investigación**

### ***Hábitos de vida saludable, habilidades sociales y actitudes de los estudiantes hacia la educación física***

Estimada(o) apoderado, nuestros nombres son Diego Andrés Bertoni Ibáñez, Gonzalo Andrés Carrasco Salinas, Joaquín Ignacio Campos Rojas y Claudio Andrés Cornejo Jara, y somos estudiantes de la carrera de *Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación para Educación Básica y Media* de la Escuela de Educación en la Facultad de Humanidades de la Universidad Mayor. Actualmente, nos encontramos llevando a cabo un proyecto de investigación para obtener el grado de *Licenciada(o) en Educación*, el cual tiene como objetivo *Determinar cómo se relacionan los hábitos de vida saludable y las manifestaciones de habilidades sociales con las actitudes de los y las estudiantes frente a las clases de educación física.*

Su hijo(a) fue invitado(a) a participar de este proyecto de investigación académica que consistió en la aplicación de encuestas de opinión. En cuanto al procedimiento, se obtuvo el permiso del establecimiento y consentimiento informado del Centro Educativo. La encuesta de opinión se implementó, en una modalidad presencial la fecha 25 de agosto del año 2021, dentro del horario escolar, donde estuvo presente uno de los investigadores en el establecimiento. Las respuestas entregadas por su hijo fueron utilizadas como información para el análisis correspondiente a la investigación.

Debido a que el uso de la información es con fines académicos, la participación de su hijo(a) en este estudio es completamente anónima y los investigadores mantendrán su confidencialidad en todos los documentos, no publicándose ningún nombre y resguardando la identidad de los alumnos y alumnas que participaron, junto con la del establecimiento.

Si usted tiene preguntas sobre sus derechos como participante puede realizarla directamente a las(os) investigadoras(es), o bien comunicarse con el Coordinador de Tesis de la Escuela de Educación de la Universidad Mayor, al correo electrónico: [marcos.lopez@umayor.cl](mailto:marcos.lopez@umayor.cl), o concurrir a la dirección Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile.

## ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo ....., Rut:....., apoderado(a) de ....., curso:....., **autorizo la participación voluntaria y anónima de mi hijo(a), junto a la utilización de las opiniones recopiladas en las encuestas** aplicadas el 25/08/2021, para la investigación "**Hábitos de vida saludable, habilidades sociales y actitudes de los estudiantes hacia la educación física**", dirigida por los estudiantes Diego Andrés Bertoni Ibáñez, Gonzalo Andrés Carrasco Salinas, Joaquín Ignacio Campos Rojas y Claudio Andrés Cornejo Jara de la Escuela de Educación de la Universidad Mayor.

Declaro haber sido informado/a de los objetivos y procedimientos del estudio y del tipo de participación que se solicitó a mi hijo(a), así como saber que la información publicada será **confidencial y anónima**. Entiendo que la información será analizada por los investigadores en forma grupal y que no se podrán identificar las respuestas y opiniones de modo personal. Por último, la información que se obtenga sólo se utilizará para los fines de este proyecto de investigación.

\_\_\_\_\_  
**Firma**

\_\_\_\_\_  
**Fecha**

### 5. Consentimiento informado - Rector

## **Consentimiento informado para participar en un proyecto de investigación**

### ***Hábitos de vida saludable, habilidades sociales y actitudes de los estudiantes hacia la educación física***

Estimada(o) rector, nuestros nombres son Diego Andrés Bertoni Ibáñez, Gonzalo Andrés Carrasco Salinas, Joaquín Ignacio Campos Rojas y Claudio Andrés Cornejo Jara, y somos estudiantes de la carrera de *Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación para Educación Básica y Media* de la Escuela de Educación en la Facultad de Humanidades de la Universidad Mayor. Actualmente, nos encontramos llevando a cabo un proyecto de investigación para obtener el grado de *Licenciada(o) en Educación*, el cual tiene como objetivo *Determinar cómo se relacionan los hábitos de vida saludable y las manifestaciones de habilidades sociales con las actitudes de los y las estudiantes frente a las clases de educación física.*

El colegio ha sido invitado a participar de este proyecto de investigación académica que consiste en la aplicación de encuestas de opinión a los estudiantes de primero medio. En cuanto al procedimiento, se tiene el permiso del establecimiento y consentimiento informado del Centro Educativo. La encuesta de opinión se implementó en una modalidad presencial la fecha 25 de agosto del año 2021, dentro del horario escolar, donde estuvo uno de los investigadores presente en el aula. Las respuestas entregadas por los estudiantes fueron utilizadas como información para el análisis correspondiente a la investigación.

Debido a que el uso de la información es con fines académicos, la participación en este estudio es completamente anónima y los investigadores mantendrán estricta confidencialidad en todos los documentos, no publicándose ningún nombre de algún miembro de la comunidad, estudiante ni el del establecimiento.

Si usted tiene preguntas sobre sus derechos como participante puede realizarla directamente a las(os) investigadoras(es), o bien comunicarse con el Coordinador de Tesinas de la Escuela de Educación de la Universidad Mayor, al correo electrónico: [marcos.lopez@umayor.cl](mailto:marcos.lopez@umayor.cl), o concurrir a la dirección Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile.

.....

## ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo....., Rut:....., Rector del establecimiento, **autorizo a los estudiantes** de primero medio del BRS participar de manera voluntaria y anónima en la investigación "**Hábitos de vida saludable, habilidades sociales y actitudes de los estudiantes hacia la educación física**", dirigida por las(os) estudiantes Diego Andrés Bertoni Ibáñez, Gonzalo Andrés Carrasco Salinas, Joaquín Ignacio Campos Rojas y Claudio Andrés Cornejo Jara de la Escuela de Educación de la Universidad Mayor.

Declaro haber sido informado/a de los objetivos y procedimientos del estudio y del tipo de participación que se solicita, así como saber que la información entregada será **confidencial y anónima**. Entiendo que la información será analizada por los investigadores en forma grupal y que no se podrán identificar las respuestas y opiniones de modo personal. Por último, la información que se obtenga sólo se utilizará para los fines de este proyecto de investigación.

\_\_\_\_\_  
**Firma**

\_\_\_\_\_  
**Fecha**

## 6. Tabla de vaciado de datos V1 según dimensiones

### TVD n°1: "Hábitos de actividad física extraescolar" (D1, según indicadores)

Estudiantes Hombres I°Medio	I1.1 Según el tiempo destinado						I1.2 Según el tipo de actividad				I1.3 Según la intensidad		I1.4 Según la cantidad de pasos diarios recorridos						Dimension 1	
	Afirmaciones						Afirmaciones				Afirmaciones		Afirmaciones						TOT	TE 40%
	4	7	11	48	Total	TE16 %	13	21	Total	TE8 %	8	TE4 %	5	9	19	Total	TE12 %			
1	4	4	4	4	16	100,0	4	1	5	62,5	4	100,0	2	2	4	8	66,7	33	82,5	
2	4	1	4	4	13	81,3	1	4	5	62,5	3	75,0	2	2	3	7	58,3	28	70,0	
3	4	2	1	4	11	68,8	4	2	6	75,0	3	75,0	1	1	3	5	41,7	25	62,5	
4	4	3	3	2	12	75,0	4	2	6	75,0	3	75,0	2	2	2	6	50,0	27	67,5	
5	1	1	1	1	4	25,0	1	1	2	25,0	1	25,0	1	3	1	5	41,7	12	30,0	
6	4	2	3	3	12	75,0	2	3	5	62,5	2	50,0	1	2	3	6	50,0	25	62,5	
7	2	4	4	1	11	68,8	4	2	6	75,0	2	50,0	4	3	3	10	83,3	29	72,5	
8	2	2	4	2	10	62,5	4	2	6	75,0	2	50,0	3	3	3	9	75,0	27	67,5	
9	4	4	4	4	16	100,0	4	4	8	100,0	4	100,0	3	4	2	9	75,0	37	92,5	
10	3	4	4	3	14	87,5	1	4	5	62,5	4	100,0	1	2	2	5	41,7	28	70,0	
11	3	3	3	3	12	75,0	3	2	5	62,5	3	75,0	4	3	4	11	91,7	31	77,5	
12	4	4	3	3	14	87,5	1	1	2	25,0	3	75,0	1	3	3	7	58,3	26	65,0	
Sub total	39	34	38	34	145		33	28	61		34		25	30	33	88		328		
TE	48	48	48	48	192		48	48	96		48		48	48	48	144		480		
%	81,3	70,8	79,2	70,8		75,5	68,8	58,3		63,5	70,8	70,8	52,1	62,5	68,8		61,1		68,3	

Estudiantes Mujeres I°Medio	I1.1 Según el tiempo destinado						I1.2 Según el tipo de actividad				I1.3 Según la intensidad		I1.4 Según la cantidad de pasos diarios recorridos						Dimension 1	
	Afirmaciones						Afirmaciones				Afirmaciones		Afirmaciones						TOT	TE 40%
	4	7	11	48	Total	TE16 %	13	21	Total	TE8 %	8	TE4 %	5	9	19	Total	TE12 %			
1	3	2	2	3	10	62,5	3	3	6	75,0	2	50,0	1	3	4	8	66,7	26	65,0	
2	3	2	3	1	9	56,3	4	1	5	62,5	3	75,0	2	3	2	7	58,3	24	60,0	
3	2	2	2	1	7	43,8	2	3	5	62,5	2	50,0	1	1	1	3	25,0	17	42,5	
4	2	2	4		8	50,0	4	1	5	62,5	3	75,0	3	3	1	7	58,3	23	57,5	
5	2	2	4	2	10	62,5	4	1	5	62,5	2	50,0	1	2	4	7	58,3	24	60,0	
6	3	1	1	3	8	50,0	3	3	6	75,0	4	100,0	1	2	2	5	41,7	23	57,5	
7	3	4	4	3	14	87,5	4	3	7	87,5	4	100,0	1	4	3	8	66,7	33	82,5	
8	2	1	4	2	9	56,3	4	3	7	87,5	1	25,0	1	2	4	7	58,3	24	60,0	
9	1	2	4	1	8	50,0	4	1	5	62,5	3	75,0	1	2	1	4	33,3	20	50,0	
10	4	4	4	1	13	81,3	4	2	6	75,0	4	100,0	2	2	3	7	58,3	30	75,0	
11	4	4	4	1	13	81,3	4	4	8	100,0	3	75,0	1	3	3	7	58,3	31	77,5	
12	4	4	4	4	16	100	4	1	5	62,5	4	100	1	3	3	7	58,3	32	80,0	
Sub total	33	30	40	22	125		44	26	70		35		16	30	31	77		307		
TE	48	48	48	44	188		48	48	96		48		48	48	48	144		476		
%	68,8	62,5	83,3	50		66,5	91,7	54,2		72,9	72,9	72,9	33,3	62,5	64,6		53,5		64,5	

Total estudiantes I°Medio	I1.1 Según el tiempo destinado						I1.2 Según el tipo de actividad				I1.3 Según la intensidad		I1.4 Según la cantidad de pasos diarios recorridos						Dimension 1	
	Afirmaciones						Afirmaciones				Afirmaciones		Afirmaciones						TOT	TE 40%
	4	7	11	48	Total	TE16 %	13	21	Total	TE8 %	8	TE4 %	5	9	19	Total	TE12 %			
Total	72	64	78	56	270		77	54	131		69		41	60	64	165		635		
TE	96	96	96	92	380		96	96	192		96		96	96	96	288		956		
%	75	66,7	81,3	60,9		71,1	80,2	56,3		68,2	71,9	71,9	42,7	62,5	66,7		57,3		66,4	

### TVD n°2: "Hábitos de sueño" (D2, según indicadores)

Estudiantes Hombres I°Medio	I2.1 De acuerdo con las horas de sueño				I2.2 De acuerdo con los horarios que duermen				I2.3 De acuerdo con la calidad de sueño				Dimension 2	
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 24%
	2	6	Total	TE8 %	14	33	Total	TE8 %	37	49	Total	TE8 %		
1	4	2	6	75,0	2	4	6	75,0	4	1	5	62,5	17	70,8
2	4	2	6	75,0	3	3	6	75,0	3	3	6	75,0	18	75,0
3	3	1	4	50,0	2	3	5	62,5	4	2	6	75,0	15	62,5
4	3	1	4	50,0	3	4	7	87,5	4	2	6	75,0	17	70,8
5	2	3	5	62,5	3	2	5	62,5	4	2	6	75,0	16	66,7
6	4	1	5	62,5	4	4	8	100,0	3	3	6	75,0	19	79,2
7	2	1	3	37,5	3	4	7	87,5	3	1	4	50,0	14	58,3
8	4	1	5	62,5	4	4	8	100,0	4	3	7	87,5	20	83,3
9	2	1	3	37,5	3	4	7	87,5	4	2	6	75,0	16	66,7
10	2	1	3	37,5	1	2	3	37,5	4	1	5	62,5	11	45,8
11	2	1	3	37,5	1	2	3	37,5	1	2	3	37,5	9	37,5
12	3	3	6	75,0	3	2	5	62,5	3	1	4	50,0	15	62,5
Sub total	35	18	53		32	38	70		41	23	64		187	
TE	48	48	96		48	48	96		48	48	96		288	
%	72,9	37,5		55,2	66,7	79,2		72,9	85,4	47,9		66,7		64,9

Estudiantes Mujeres l°Medio	I2.1 De acuerdo con las horas de sueño				I2.2 De acuerdo con los horarios que duermen				I2.3 De acuerdo con la calidad de sueño				Dimension 2	
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 24%
	2	6	Total	TE8 %	14	33	Total	TE8%	37	49	Total	TE8 %		
1	2	1	3	37,5	3	4	7	87,5	4	2	6	75,0	16	66,7
2	3	1	4	50,0	4	4	8	100,0	3	1	4	50,0	16	66,7
3	3	1	4	50,0	3	4	7	87,5	4	2	6	75,0	17	70,8
4	2	1	3	37,5	2	2	4	50,0	3	2	5	62,5	12	50,0
5	1	1	2	25,0	1	4	5	62,5	2	1	3	37,5	10	41,7
6	4	1	5	62,5	4	4	8	100,0	2	4	6	75,0	19	79,2
7	1	1	2	25,0	2	4	6	75,0	1	1	2	25,0	10	41,7
8	2	1	3	37,5	2	1	3	37,5	1	2	3	37,5	9	37,5
9	1	1	2	25,0	2	4	6	75,0	3	2	5	62,5	13	54,2
10	3	1	4	50,0	3	4	7	87,5	3	3	6	75,0	17	70,8
11	3	1	4	50,0	3	1	4	50,0	2	3	5	62,5	13	54,2
12	3	1	4	50,0	3	4	7	87,5	3	3	6	75,0	17	70,8
Sub total	28	12	40		32	40	72		31	26	57		169	
TE	48	48	96		48	48	96		48	48	96		288	
%	58,3	25		41,7	66,7	83,3		75,0	64,6	54,2		59,4		59

Total Estudiantes l°Medio	I2.1 De acuerdo con las horas de sueño				I2.2 De acuerdo con los horarios que duermen				I2.3 De acuerdo con la calidad de sueño				Dimension 2	
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 24%
	2	6	Total	TE8 %	14	33	Total	TE8 %	37	49	Total	TE8 %		
Total	63	30	93		64	78	142		72	49	121		356	
TE	96	96	192		96	96	192		96	96	192		576	
%	65,6	31,3		48,4	66,7	81,3		74,0	75	51,0		63,0		61,8

### TVD n°3: "Hábitos de alimentación" (D3, según indicadores)

Estudiantes Hombres l°Medio	I3.1 Según el consumo de comida chatarra				I3.2 Según el consumo de frutas y verduras				I3.3 Según la hidratación				Dimension 3		
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%	
	27	40	Total	TE8 %	1	17	Total	TE8 %	34	52	58	Total			TE12 %
1	3	4	7	87,5	3	4	7	87,5	2	4	2	8	66,7	22	78,6
2	2	2	4	50,0	3	4	7	87,5	4	3	4	11	91,7	22	78,6
3	3	2	5	62,5	2	4	6	75,0	3	3	3	9	75,0	20	71,4
4	4	4	8	100,0	4	3	7	87,5	4	3	3	10	83,3	25	89,3
5	2	3	5	62,5	2	3	5	62,5	3	2	2	7	58,3	17	60,7
6	2	3	5	62,5	3	3	6	75,0	3	4	3	10	83,3	21	75,0
7	1	4	5	62,5	4	4	8	100,0	3	3	3	9	75,0	22	78,6
8	2	2	4	50,0	2	2	4	50,0	2	4	3	9	75,0	17	60,7
9	3	4	7	87,5	3	4	7	87,5	4	4	4	12	100,0	26	92,9
10	2	2	4	50,0	2	3	5	62,5	3	4	4	11	91,7	20	71,4
11	2	3	5	62,5	2	4	6	75,0	4	3	3	10	83,3	21	75,0
12	3	4	7	87,5	3	3	6	75,0	3	3	3	9	75,0	22	78,6
Sub total	29	37	66		33	41	74		38	40	37	115		255	
TE	48	48	96		48	48	96		48	48	48	144		336	
%	60,4	77,1		68,8	68,8	85,4		77,1	79,2	83,3	77,1		79,9		75,9

Estudiantes Mujeres l°Medio	I3.1 Según el consumo de comida chatarra				I3.2 Según el consumo de frutas y verduras				I3.3 Según la hidratación				Dimension 3		
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%	
	27	40	Total	TE8 %	1	17	Total	TE8 %	34	52	58	Total			TE12 %
1	3	4	7	87,5	4	2	6	75,0	1	4	3	8	66,7	21	75,0
2	3	3	6	75,0	4	3	7	87,5	3	4	3	10	83,3	23	82,1
3	3	3	6	75,0	3	2	5	62,5	3	3	3	9	75,0	20	71,4
4	3	3	6	75,0	4	3	7	87,5	4	4	4	12	100,0	25	89,3
5	3	4	7	87,5	4	3	7	87,5	4	4	4	12	100,0	26	92,9
6	4	4	8	100,0	4	3	7	87,5	3	4	4	11	91,7	26	92,9
7	4	4	8	100,0	3	3	6	75,0	3	4	2	9	75,0	23	82,1
8	4	3	7	87,5	1	2	3	37,5	2	2	3	7	58,3	17	60,7
9	1	4	5	62,5	2	2	4	50,0	4	4	3	11	91,7	20	71,4
10	1	1	2	25,0	4	2	6	75,0	1	3	3	7	58,3	15	53,6
11	3	4	7	87,5	2	3	5	62,5	3	4	4	11	91,7	23	82,1
12	3	2	5	62,5	3	3	6	75,0	3	4	3	10	83,3	21	75,0
Sub total	35	39	74		38	31	69		34	44	39	117		260	
TE	48	48	96		48	48	96		48	48	48	144		336	
%	72,9	81,3		77,08333333	79,2	64,6		71,9	70,8	91,7	81,3		81,3		77,4

Total Estudiantes l°Medio	I3.1 Según el consumo de comida chatarra				I3.2 Según el consumo de frutas y verduras				I3.3 Según la hidratación				Dimension 3		
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%	
	27	40	Total	TE8 %	1	17	Total	TE8 %	34	52	58	Total			TE12 %
Total	64	76	140		71	72	143		72	84	76	232		515	
TE	96	96	192		96	96	192		96	96	96	288		672	
%	66,7	79,2		72,9	74,0	75		74,5	75	87,5	79,2		80,6		77

### TVD n°4: "Hábitos de autocuidado" (D4, según indicadores)

Estudiantes Hombres I°Medio	I4.1 Respecto a la higiene					I4.2 Respecto al consumo de tabaco				I4.3 Respecto al consumo de alcohol.				Dimension 4	
	Afirmaciones					Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%
	47	56	60	Total	TE12 %	22	30	Total	TE8 %	3	12	Total	TE8 %		
1	3	2	2	7	58,3	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	23	82,1
2	3	4	3	10	83,3	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	26	92,9
3	4	3	4	11	91,7	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	27	96,4
4	2	3	4	9	75,0	3	3	6	75,0	3	4	7	87,5	22	78,6
5	2	2	2	6	50,0	3	4	7	87,5	2	4	6	75,0	19	67,9
6	4	4	4	12	100,0	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	28	100,0
7	4	4	4	12	100,0	2	4	6	75,0	4	3	7	87,5	25	89,3
8	2	3	4	9	75,0	2	4	6	75,0	4	3	7	87,5	22	78,6
9	3	4	3	10	83,3	3	4	7	87,5	3	3	6	75,0	23	82,1
10	1	3	4	8	66,7	4	4	8	100,0	2	3	5	62,5	21	75,0
11	3	2	3	8	66,7	3	4	7	87,5	2	2	4	50,0	19	67,9
12	4	1	3	8	66,7	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	24	85,7
Sub total	35	35	40	110		40	47	87		40	42	82		279	
TE	48	48	48	114		48	48	96		48	48	96		336	
%	72,9	72,9	83,3		96,5	83,3	97,9		90,6	83,3	87,5		85,4		83,0

Estudiantes Mujeres I°Medio	I4.1 Respecto a la higiene					I4.2 Respecto al consumo de tabaco				I4.3 Respecto al consumo de alcohol.				Dimension 4	
	Afirmaciones					Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%
	47	56	60	Total	TE12 %	22	30	Total	TE8 %	3	12	Total	TE8 %		
1	4	4	4	12	100,0	4	3	7	87,5	4	2	6	75,0	25	89,3
2	4	4	3	11	91,7	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	27	96,4
3	2	1	4	7	58,3	4	4	8	100,0	4	3	7	87,5	22	78,6
4	4	4	4	12	100,0	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	28	100,0
5	3	4	4	11	91,7	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	27	96,4
6	3	3	4	10	83,3	4	4	8	100,0	4	4	8	100,0	26	92,9
7	2	4	4	10	83,3	1	1	2	25,0	1	1	2	25,0	14	50,0
8	2	4	4	10	83,3	1	2	3	37,5	1	2	3	37,5	16	57,1
9	1	1	2	4	33,3	1	4	5	62,5	4	4	8	100,0	17	60,7
10	3	1	4	8	66,7	2	4	6	75,0	4	4	8	100,0	22	78,6
11	2	4	3	9	75,0	1	4	5	62,5	2	1	3	37,5	17	60,7
12	2	4	3	9	75,0	1	4	5	62,5	3	3	6	75,0	20	71,4
Sub total	32	38	43	113		31	42	73		39	36	75		261	
TE	48	48	48	114		48	48	96		48	48	96		336	
%	66,7	79,2	89,6		99,1	64,6	87,5		76,0	81,3	75		78,1		78

Total Estudiantes	I4.1 Respecto a la higiene					I4.2 Respecto al consumo de tabaco				I4.3 Respecto al consumo de alcohol.				Dimension 4	
	Afirmaciones					Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%
	47	56	60	Total	TE12 %	22	30	Total	TE8 %	3	12	Total	TE8 %		
Total	67	73	83	223		71	89	160		79	78	157		540	
TE	96	96	96	228		96	96	192		96	96	192		672	
%	69,8	76	86,5		77,4	74	92,7		83,3	82,3	81,3		81,8		80,4

## 7. Tabla de vaciado de datos V2 según dimensiones

### TVD n°8: "Manifestaciones interpersonales" (D1, según indicadores)

Estudiantes Hombres I°Medio	I1.1 Según la relación con las y los compañeros					I1.2 Según la relación con los y las docentes				I1.3 Según la resolución de problemas de manera colaborativa				Dimension 1	
	Afirmaciones					Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE28 %
	10	31	41	Total	TE12 %	35	43	Total	TE8 %	23	42	Total	TE8 %		
1	3	3	4	10	83,3	3	4	7	87,5	3	3	6	75,0	23	82,1
2	4	3	3	10	83,3	3	4	7	87,5	3	3	6	75,0	23	82,1
3	4	4	2	10	83,3	2	4	6	75,0	3	3	6	75,0	22	78,6
4	4	3	3	10	83,3	3	4	7	87,5	3	3	6	75,0	23	82,1
5	4	3	3	10	83,3	4	4	8	100,0	2	3	5	62,5	23	82,1
6	4	4	3	11	91,7	4	4	8	100,0	3	3	6	75,0	25	89,3
7	3	3	3	9	75,0	3	4	7	87,5	3	2	5	62,5	21	75,0
8	4	3	4	11	91,7	2	4	6	75,0	3	3	6	75,0	23	82,1
9	3	3	2	8	66,7	1	3	4	50,0	3	2	5	62,5	17	60,7
10	1	3	2	6	50,0	1	2	3	37,5	1	2	3	37,5	12	42,9
11	4	4	3	11	91,7	3	4	7	87,5	2	2	4	50,0	22	78,6
12	3	3	2	8	66,7	3	4	7	87,5	2	2	4	50,0	19	67,9
Sub total	41	39	34	114		32	45	77		31	31	62		253	
TE	48	48	48	144		48	48	96		48	48	96		336	
%	85,4	81,3	70,8		79,2	66,7	93,8		80,2	64,6	64,6		64,6		75,3

Estudiantes Mujeres l'Medio	I1.1 Según la relación con las y los compañeros					I1.2 Según la relación con los y las docentes				I1.3 Según la resolución de problemas de manera colaborativa				Dimensión 1	
	Afirmaciones					Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE28 %
	10	31	41	Total	TE12 %	35	43	Total	TE8 %	23	42	Total	TE8 %		
1	3	2	3	8	66,7	2	3	5	62,5	2	3	5	62,5	18	64,3
2	3	3	3	9	75,0	1	3	4	50,0	2	4	6	75,0	19	67,9
3	3	4	2	9	75,0	2	3	5	62,5	3	3	6	75,0	20	71,4
4	3	4	4	11	91,7	3	4	7	87,5	2	3	5	62,5	23	82,1
5	4	1	4	9	75,0	4	4	8	100,0	1	4	5	62,5	22	78,6
6	2	3	3	8	66,7	2	4	6	75,0	4	3	7	87,5	21	75,0
7	3	4	4	11	91,7	3	4	7	87,5	2	4	6	75,0	24	85,7
8	3	4	2	9	75,0	2	4	6	75,0	1	2	3	37,5	18	64,3
9	4	4	3	11	91,7	4	4	8	100,0	1	2	3	37,5	22	78,6
10	4	2	4	10	83,3	3	4	7	87,5	2	2	4	50,0	21	75,0
11	4	3	3	10	83,3	2	4	6	75,0	2	3	5	62,5	21	75,0
12	4	4	3	11	91,7	2	4	6	75,0	2	3	5	62,5	22	78,6
Sub total	40	38	38	116		30	45	75		24	36	60		251	
TE	48	48	48	144		48	48	96		48	48	96		336	
%	83,3	79,2	79,2		80,6	62,5	93,8		78,1	50	75		62,5		74,7

Total estudiantes l'Medio	I1.1 Según la relación con las y los compañeros					I1.2 Según la relación con los y las docentes				I1.3 Según la resolución de problemas de manera colaborativa				Dimensión 1	
	Afirmaciones					Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE28 %
	10	31	41	Total	TE12 %	35	43	Total	TE8 %	23	42	Total	TE8 %		
Total	81	77	72	230		62	90	152		55	67	122		504	
TE	96	96	96	288		96	96	192		96	96	192		672	
%	84,4	80,2	75		79,9	64,6	93,8		79,2	57,3	69,8		65,7		75

### TVD n°9: "Manifestaciones intrapersonales" (D2, según indicadores)

Estudiantes Hombres l'Medio	I2.1 Respecto al sentimiento de aserividad					I2.2 Respecto a la motivación personal					I2.3 Respecto al liderazgo					I2.4 Respecto al autocontrol					I2.5 Respecto a la autonomía					Dimensión 2	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					TOT	TE 60%
	28	55	59	Total	TE12 %	16	32	Total	TE8 %	24	36	39	46	Total	TE16 %	25	38	45	Total	TE12 %	26	29	57	Total	TE12 %		
1	3	2	4	9	75,0	3	4	7	87,5	3	3	3	3	11	88,8	4	3	4	9	75,0	3	4	3	10	83,3	46	76,7
2	4	3	3	10	83,3	4	4	8	100,0	4	3	3	3	13	81,3	3	3	3	9	75,0	4	4	3	11	91,7	51	85,0
3	4	3	3	10	83,3	4	4	8	100,0	4	4	2	3	13	81,3	3	3	3	9	75,0	2	4	3	10	83,3	49	81,7
4	3	2	2	7	58,3	3	3	6	75,0	3	3	3	3	12	75,0	3	3	3	9	75,0	2	2	3	7	58,3	41	68,3
5	4	2	3	9	75,0	4	3	7	87,5	4	2	4	3	13	81,3	3	3	2	8	66,7	4	4	3	11	91,7	48	80,0
6	3	2	4	9	75,0	4	4	8	100,0	4	3	4	4	15	93,8	1	4	4	9	75,0	3	4	4	11	91,7	52	86,7
7	3	3	3	9	75,0	3	3	6	75,0	4	3	4	4	15	93,8	2	1	3	6	50,0	4	3	3	10	83,3	46	76,7
8	3	3	3	9	75,0	3	3	6	75,0	4	3	4	3	14	87,5	3	3	3	9	75,0	2	4	3	9	75,0	47	78,3
9	2	3	2	7	58,3	4	4	8	100,0	3	2	3	2	14	87,5	4	2	2	8	66,7	3	4	3	10	83,3	43	71,7
10	3	2	4	9	75,0	3	4	7	87,5	3	3	2	2	9	56,3	4	2	3	9	75,0	2	3	4	9	75,0	43	71,7
11	3	1	2	6	50,0	4	4	8	100,0	3	4	3	2	12	75,0	3	4	3	10	83,3	4	4	2	10	83,3	46	76,7
12	2	2	2	6	50,0	3	3	6	75,0	3	3	2	3	11	88,8	2	2	3	7	58,3	3	3	3	9	75,0	39	65,0
Sub total	37	29	35	100		42	43	85		42	37	37	32	148		35	32	34	101		37	43	37	117		551	
TE	48	48	48	144		48	48	96		48	48	48	48	192		48	48	48	144		48	48	48	144		448	
%	77,1	58,3	72,9		63,4	87,5	89,6		86,5	87,5	77,1	77,1	66,7	77,1	72,9	66,7	70,8		70,1	77,1	89,6	77,1			81,3		76,5

Estudiantes Mujeres l'Medio	I2.1 Respecto al sentimiento de aserividad					I2.2 Respecto a la motivación personal					I2.3 Respecto al liderazgo					I2.4 Respecto al autocontrol					I2.5 Respecto a la autonomía					Dimensión 2	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					TOT	TE 60%
	28	55	59	Total	TE12 %	16	32	Total	TE8 %	24	36	39	46	Total	TE16 %	25	38	45	Total	TE12 %	26	29	57	Total	TE12 %		
1	3	2	4	9	75,0	3	4	7	87,5	3	3	3	3	11	88,8	4	3	4	9	75,0	3	4	3	10	83,3	44	73,3
2	3	4	3	10	83,3	4	4	8	100,0	3	4	3	4	14	89,5	3	2	4	9	75,0	3	4	3	10	83,3	51	85,0
3	4	3	3	10	83,3	3	3	6	75,0	3	4	4	3	14	89,5	2	2	4	8	66,7	4	4	3	11	91,7	49	81,7
4	4	4	3	11	91,7	4	4	8	100,0	3	4	4	3	14	89,5	3	4	3	10	83,3	4	4	2	10	83,3	53	88,3
5	4	4	3	11	91,7	2	3	5	62,5	4	4	4	2	14	89,5	1	4	4	9	75,0	2	1	3	6	50,0	35	58,3
6	2	3	3	8	66,7	3	3	6	75,0	3	3	3	1	10	62,5	2	3	4	9	75,0	2	2	4	8	66,7	41	68,3
7	4	1	6	11	91,7	2	4	6	75,0	4	4	4	2	14	89,5	3	4	2	9	75,0	4	3	1	8	66,7	41	68,3
8	4	4	4	12	100,0	3	3	6	75,0	2	3	3	3	12	75,0	2	2	3	7	58,3	4	4	2	10	83,3	47	78,3
9	4	2	2	8	66,7	4	2	6	75,0	4	3	4	3	14	89,5	2	4	4	10	83,3	4	4	2	10	83,3	48	80,0
10	4	1	6	11	91,7	4	4	8	100,0	4	4	4	2	14	89,5	2	3	3	8	66,7	4	3	4	11	91,7	46	76,7
11	4	3	3	10	83,3	4	3	7	87,5	4	5	4	3	14	89,5	4	2	2	8	66,7	4	4	2	10	83,3	49	81,7
12	4	3	3	10	83,3	4	4	8	100,0	4	3	4	3	14	89,5	4	2	2	8	66,7	4	4	2	10	83,3	50	83,3
Sub total	41	31	28	100		39	37	76		41	40	45	34	180		32	35	37	104		42	41	51	114		354	
TE	48	48	48	144		48	48	96		48	48	48	48	192		48	48	48	144		48	48	48	144		448	
%	85,4	64,6	58,3		63,4	81,3	77,1		74,2	85,4	83,3	93,8	70,8	82,2	66,7	72,9	77,1		72,2	87,5	85,4	64,6			79,4		76,3

Total estudiantes l'Medio	I2.1 Respecto al sentimiento de aserividad					I2.2 Respecto a la motivación personal					I2.3 Respecto al liderazgo					I2.4 Respecto al autocontrol					I2.5 Respecto a la autonomía					Dimensión 2	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					TOT	TE 60%
	28	55	59	Total	TE12 %	16	32	Total	TE8 %	24	36	39	46	Total	TE16 %	25	38	45	Total	TE12 %	26	29	57	Total	TE12 %		
Total	79	59	63	200		61	60	121		63	77	62	66	208		67	67	71	205		79	84	68	231		185	
TE	96	96	96	288		96	96	192		96	96	96	96	384		96	96	96	288		96	96	96	288		1140	
%	81,3	61,5	65,6		63,4	84,4	83,3		83,3	86,5	80,2	85,4	68,8	82,2	69,8	69,8	74,0		71,2	82,3	87,5	100			80,2		76,7

### TVD n°10: "Manifestación en el ambiente de aula" (D3, según indicadores)

Estudiantes Hombres l'Medio	I3.1 Según el respeto en el aula					I3.2 Según la participación individual en el aula					I3.3 Según la participación en actividades grupales en el aula					I3.4 Según la facilidad para expresarse					Dimensión 3	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					TOT	TE 44%
	20	50	54	Total	TE12 %	18	51	53	Total	TE8 %	61	64	Total	TE16 %	62	63	1.2.4	TE8 %				
1	4	2	4	10	83,3	3	3	2	8	100,0	4	3	7	87,5	3	2	5	62,5	30	68,2		
2	4	3	4	11	91,7	1	3	3	7	87,5	2	3	5	62,5	3	4	7	87,5	30	68,2		
3	3	2	4	9	75,0	2	2	2	6	75,0	4	3	7	87,5	3	3	6	75,0	28	63,6		
4	2	3	3	8	66,7	2	3	2	7	87,5	3	3	6	75,0	3	2	5	62,5	26	59,1		
5	3	4	3	10	83,3	3	2	4	9	112,5	2	4	6	75,0	3	3	6	75,0	31	70,5		
6	4	4	4	12	100,0	2	4	4	10	125,0	3	4	7	87,5	4	4	8	100,0	37	84,1		
7	3	4	4	11	91,7	2	3	3	8	100,0	3	3	6	75,0	3	2	5	62,5	30	68,2		
8	3	4	4	11	91,7	2	4	3	9	112,5	3	4	7	87,5	4	4	8	100,0	35	79,5		
9	2	2	3	7	58,3	1	1	2	4	50,0	4	2										

Estudiantes Mujeres I°Medio	I3.1 Según el respeto en el aula					I3.2 Según la participación individual en el aula					I3.3 Según la participación en actividades grupales en el aula					I3.4 Según la facilidad para expresarse				Dimensión 3	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 44%
	20	50	54	Total	TE12 %	18	51	53	Total	TE8 %	61	64	Total	TE16 %	62	63	Total	TE8 %			
1	2	2	4	8	66,7	3	3	4	10	125,0	1	2	3	37,5	2	2	4	50,0	25	56,8	
2	4	4	3	11	91,7	3	2	3	8	100,0	2	4	6	75,0	4	4	8	100,0	33	75,0	
3	3	3	4	10	83,3	1	3	4	8	100,0	1	3	4	50,0	3	3	6	75,0	28	63,6	
4	3	3	4	10	83,3	1	3	4	8	100,0	2	2	4	50,0	4	3	7	87,5	29	65,9	
5	4	4	4	12	100,0	4	2	4	10	125,0	3	4	7	87,5	4	1	5	62,5	34	77,3	
6	4	4	4	12	100,0	3	2	2	7	87,5	2	2	4	50,0	2	1	3	37,5	25	59,1	
7	4	4	3	11	91,7	4	1	1	6	75,0	3	3	6	75,0	4	1	5	62,5	28	63,6	
8	1	4	2	7	58,3	3	2	2	7	87,5	4	3	7	87,5	2	4	6	75,0	27	61,4	
9	4	3	4	11	91,7	4	4	1	9	112,5	3	3	6	75,0	4	1	5	62,5	31	70,5	
10	4	4	2	10	83,3	1	3	4	8	100,0	3	4	7	87,5	2	1	3	37,5	28	63,6	
11	2	4	2	8	66,7	1	3	4	8	100,0	4	4	8	100,0	4	3	7	87,5	31	70,5	
12	2	4	3	9	75,0	1	3	4	8	100,0	4	4	8	100,0	4	3	7	87,5	32	72,7	
Sub total	37	43	39	119		29	31	37	97		32	38	70		39	27	66		352		
TE	48	48	48	144		48	48	48	144		48	48	96		48	48	96		480		
%	77,1	89,6	81,3		82,6	60,4	64,6	77,1		67,4	66,7	79,2		72,9	81,3	56,3		68,6		73,3	

Total estudiantes	I3.1 Según el respeto en el aula					I3.2 Según la participación individual en el aula					I3.3 Según la participación en actividades grupales en el aula					I3.4 Según la facilidad para expresarse				Dimensión 3	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 44%
	20	50	54	Total	TE12 %	18	51	53	Total	TE8 %	61	64	Total	TE16 %	62	63	Total	TE8 %			
Total	73	79	81	233		54	64	69	187		69	78	147		76	61	137		704		
TE	96	96	96	288		96	96	96	288		96	96	192		96	96	192		960		
%	76	82,3	84,4		80,9	56,3	66,7	71,9		64,9	71,9	81,3		76,6	79,2	63,5		71,4		73,3	

## 8. Tabla de vaciado de datos V3 según dimensiones

### TVD n°14: "Actitud frente a las actividades" (D1, según indicadores)

Estudiantes Hombres I°Medio	I1.1 Frente a las actividades individuales				I1.2 Frente a las actividades en equipo				I1.3 Frente a las actividades de entretención				Dimensión 1		
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%	
	2	4	Total	TE8 %	7	11	13	Total	TE12 %	15	17	Total			TE8 %
1	4	3	7	87,5	4	4	4	12	100,0	4	4	8	100,0	27	96,4
2	4	4	8	100,0	3	3	4	10	83,3	4	4	8	100,0	26	92,9
3	3	3	6	75,0	3	3	3	9	75,0	2	3	5	62,5	20	71,4
4	3	2	5	62,5	3	3	3	9	75,0	2	4	6	75,0	20	71,4
5	4	3	7	87,5	4	4	3	11	91,7	4	3	7	87,5	25	89,3
6	3	3	6	75,0	3	3	3	9	75,0	2	3	5	62,5	20	71,4
7	3	2	5	62,5	3	3	3	9	75,0	4	3	7	87,5	21	75,0
8	3	3	6	75,0	4	3	3	10	83,3	4	4	8	100,0	24	85,7
9	1	1	2	25,0	1	1	1	3	25,0	4	4	8	100,0	13	46,4
10	1	2	3	37,5	3	3	1	7	58,3	4	4	8	100,0	18	64,3
11	4	3	7	87,5	4	4	4	12	100,0	4	4	8	100,0	27	96,4
12	2	2	4	50,0	1	2	1	4	33,3	3	3	6	75,0	14	50,0
Sub total	35	31	66		36	36	33	105		41	43	84		255	
TE	48	48	96		48	48	48	144		48	48	96		336	
%	72,9	64,6		68,8	75	75	68,8		72,9	85,4	89,6		87,5		75,9

Estudiantes Mujeres I°Medio	I1.1 Frente a las actividades individuales				I1.2 Frente a las actividades en equipo				I1.3 Frente a las actividades de entretención				Dimensión 1		
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%	
	2	4	Total	TE8 %	7	11	13	Total	TE12 %	15	17	Total			TE8 %
1	3	1	4	50,0	4	3	4	11	91,7	4	3	7	87,5	22	78,6
2	3	2	5	62,5	3	3	2	8	66,7	3	4	7	87,5	20	71,4
3	2	2	4	50,0	2	2	2	6	50,0	4	3	7	87,5	17	60,7
4	1	2	3	37,5	3	3	2	8	66,7	3	3	6	75,0	17	60,7
5	4	4	8	100,0	4	4	4	12	100,0	4	4	8	100,0	28	100,0
6	1	1	2	25,0	2	1	1	4	33,3	4	4	8	100,0	14	50,0
7	2	2	4	50,0	3	2	3	8	66,7	2	2	4	50,0	16	57,1
8	2	2	4	50,0	3	3	4	10	83,3	3	3	6	75,0	20	71,4
9	3	2	5	62,5	2	2	3	7	58,3	4	3	7	87,5	19	67,9
10	4	3	7	87,5	4	4	4	12	100,0	4	4	8	100,0	27	96,4
11	2	2	4	50,0	3	3	4	10	83,3	3	3	6	75,0	20	71,4
12	3	2	5	62,5	3	3	4	10	83,3	3	3	6	75,0	21	75,0
Sub total	30	25	55		36	33	37	106		41	39	80		241	
TE	48	48	96		48	48	48	144		48	48	96		336	
%	62,5	52,1		57,3	75	68,8	77,1		73,6	85,4	81,3		83,3		71,7

Estudiantes I°Medio	I1.1 Frente a las actividades individuales				I1.2 Frente a las actividades en equipo				I1.3 Frente a las actividades de entretención				Dimensión 1		
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				TOT	TE 28%	
	2	4	Total	TE8 %	7	11	13	Total	TE12 %	15	17	Total			TE8 %
Total	65	56	121		72	69	70	211		82	82	164		496	
TE	96	96	192		96	96	96	288		96	96	192		672	
%	67,7	58,3		63	75	71,9	72,9		73,3	85,4	85,4		85,4		73,8

### TVD n°15: "Actitud frente a las actividades" (D1, según indicadores) - Profesores

Profesores I°Medio	I1.1 Frente a las actividades individuales				I1.2 Frente a las actividades en equipo					I1.3 Frente a las actividades de entretenimiento				Dimension 1	
	Afirmaciones				Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 28%
	2	4	Total	TE8 %	7	11	13	Total	TE12 %	15	17	Total	TE8 %		
1	4	3	7	87,5	4	4	4	12	100,0	4	4	8	100,0	27	96,4
2	4	3	7	87,5	4	3	4	11	91,7	4	4	8	100,0	26	92,9
total	8	6	14		8	7	8	23		8	8	8		45	
TE	8	8	16		8	8	8	24		8	8	16		56	
%	100,0	75,0		87,5	100,0	87,5	100,0		95,8	100,0	100,0		50,0		80,4

### TVD n°16: "Actitud respecto a la metodología" (D2, según indicadores)

Estudiantes Hombres I°Medio	I2.1 Según la utilidad de la educación física					I2.2 Según la valoración de la asignatura					I2.3 Según la organización de la asignatura				Dimension 2	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 32%
	14	16	19	Total	TE12 %	3	5	22	Total	TE12 %	1	9	Total	TE8 %		
1	3	3	4	10	83,3	3	4	4	11	91,7	4	4	8	100,0	29	90,6
2	3	3	3	9	75,0	4	3	4	11	91,7	3	4	7	87,5	27	84,4
3	3	2	2	7	58,3	3	3	3	9	75,0	3	3	6	75,0	22	68,8
4	3	2	3	8	66,7	3	3	4	10	83,3	4	3	7	87,5	25	78,1
5	3	1	2	6	50,0	3	4	4	11	91,7	4	3	7	87,5	24	75,0
6	3	2	2	7	58,3	3	3	4	10	83,3	3	3	6	75,0	23	71,9
7	3		3	6	50,0	3	2	2	7	58,3	3	3	6	75,0	19	59,4
8	2	3	3	8	66,7	3	3	4	10	83,3	4	3	7	87,5	25	78,1
9	2	1	1	4	33,3	1	1	1	3	25,0	2	2	4	50,0	11	34,4
10	2	1	1	4	33,3	1	1	1	3	25,0	3	2	5	62,5	12	37,5
11	3	4	3	10	83,3	4	3	3	10	83,3	4	4	8	100,0	28	87,5
12	3	2	2	7	58,3	2	2	2	6	50,0	3	2	5	62,5	18	56,3
Sub total	33	24	29	86		33	32	36	101		40	36	76		263	
TE	48	44	48	140		48	48	48	144		48	48	96		380	
%	68,8	54,5	60,4		61,4	68,8	66,7	75		70,1	83,3	75		79,2		69,2

Estudiantes Mujeres I°Medio	I2.1 Según la utilidad de la educación física					I2.2 Según la valoración de la asignatura					I2.3 Según la organización de la asignatura				Dimension 2	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 32%
	14	16	19	Total	TE12 %	3	5	22	Total	TE12 %	1	9	Total	TE8 %		
1	4	3	2	9	75,0	2	3	4	9	75,0	4	4	8	100,0	26	81,3
2	4	2	3	9	75,0	3	2	2	7	58,3	4	4	8	100,0	24	75,0
3	2	2	4	8	66,7	2	2	4	8	66,7	2	3	5	62,5	21	65,6
4	2	1	1	4	33,3	2	2	2	6	50,0	2	2	4	50,0	14	43,8
5	4	3	3	10	83,3	3	4	2	9	75,0	2	4	6	75,0	25	78,1
6	3	3	3	9	75,0	3	2	4	9	75,0	1	2	3	37,5	21	65,6
7	4	4	3	11	91,7	4	1	1	6	50,0	4	3	7	87,5	24	75,0
8	4	2	3	9	75,0	3	3	4	10	83,3	4	3	7	87,5	26	81,3
9	3	1	1	5	41,7	2	3	4	9	75,0	3	3	6	75,0	20	62,5
10	2	1	2	5	41,7	3	4	3	10	83,3	3	3	6	75,0	21	65,6
11	4	2	3	9	75,0	2	4	4	10	83,3	4	3	7	87,5	26	81,3
12	4	3	4	11	91,7	2	4	4	10	83,3	4	3	7	87,5	28	87,5
Sub total	40	27	32	99		31	34	38	103		37	37	74		276	
TE	48	48	48	144		48	48	48	144		48	48	96		384	
%	83,3	56,3	66,7		68,8	64,6	70,8	79,2		71,5	77,1	77,1		77,1		71,9

Total Estudiantes I°Medio	I2.1 Según la utilidad de la educación física					I2.2 Según la valoración de la asignatura					I2.3 Según la organización de la asignatura				Dimension 2	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 32%
	14	16	19	Total	TE12 %	3	5	22	Total	TE12 %	1	9	Total	TE8 %		
Total	73	51	61	185		64	66	74	204		77	73	150		539	
TE	96	92	96	284		96	96	96	288		96	96	192		764	
%	76	55,4	63,5		65,1	66,7	68,8	77,1		70,8	80,2	76		78,1		70,5

### TVD n°17: "Actitud respecto a la metodología" (D2, según indicadores) - Profesores

Profesores I°Medio	I2.1 Según la utilidad de la educación física					I2.2 Según la valoración de la asignatura					I2.3 Según la organización de la asignatura				Dimension 2	
	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 32%
	14	16	19	Total	TE12 %	3	5	22	Total	TE12 %	1	9	Total	TE8 %		
1	4	4	4	12	100,0	3	4	4	11	91,7	4	4	8	100,0	31	96,9
2	3	2	3	8	66,7	3	2	4	9	75,0	3	4	7	87,5	24	75,0
total	7	6	7	20		6	6	8	20		7	8	15		55	
TE	8	8	8	24		8	8	8	24		8	8	16		64	
%	87,5	75,0	87,5		83,3	75,0	75,0	100,0		83,3	87,5	100,0		93,75		85,9

### TVD n°18: "Actitud de los tipos de evaluación" (D3, según indicadores)

Estudiantes Hombres I°Medio	I3.1 Respecto a los criterios de evaluación				I3.2 Respecto a la valoración de los tipos de evaluación					I3.3 Respecto a los contenidos de evaluación				Dimension 3	
	Afirmaciones				Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 28%
	21	23	Total	TE8 %	6	10	12	Total	TE12 %	8	18	Total	TE8 %		
1	3	3	6	75,0	3	3	2	8	66,7	2	1	3	37,5	17	60,7
2	4	3	7	87,5	4	3	4	11	91,7	1	2	3	37,5	21	75,0
3	3	2	5	62,5	2	3	3	8	66,7	3	2	5	62,5	18	64,3
4	3	2	5	62,5	4	2	3	9	75,0	3	3	6	75,0	20	71,4
5	2	4	6	75,0	2	3	4	9	75,0	2	2	4	50,0	19	67,9
6	3	4	7	87,5	3	2	3	8	66,7	3	3	6	75,0	21	75,0
7	3	3	6	75,0	2	4	2	8	66,7	2	3	5	62,5	19	67,9
8	3	4	7	87,5	3	4	3	10	83,3	3	2	5	62,5	22	78,6
9	2	2	4	50,0	1	4	3	8	66,7	1	4	5	62,5	17	60,7
10	3	3	6	75,0	1	3	3	7	58,3	1	2	3	37,5	16	57,1
11	2	3	5	62,5	3	4	3	10	83,3	2	2	4	50,0	19	67,9
12	2	2	4	50,0	2	4	2	8	66,7	3	3	6	75,0	18	64,3
Sub total	33	35	68		30	39	35	104		26	29	55		227	
TE	48	48	96		48	48	48	144		48	48	96		336	
%	68,8	72,9		70,8	62,5	81,3	72,9		72,2	54,2	60,4		57,3		67,6

Estudiantes Mujeres I°Medio	I3.1 Respecto a los criterios de evaluación				I3.2 Respecto a la valoración de los tipos de evaluación					I3.3 Respecto a los contenidos de evaluación				Dimension 3	
	Afirmaciones				Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 28%
	21	23	Total	TE8 %	6	10	12	Total	TE12 %	8	18	Total	TE8 %		
1	4	3	7	87,5	4	4	4	12	100,0	3	2	5	62,5	24	85,7
2	2	4	6	75,0	2	3	3	8	66,7	3	2	5	62,5	19	67,9
3	1	2	3	37,5	1	2	3	6	50,0	1	3	4	50,0	13	46,4
4	1	1	2	25,0	1	2	1	4	33,3	1	3	4	50,0	10	35,7
5	3	4	7	87,5	4	4	4	12	100,0	3	2	5	62,5	24	85,7
6	3	4	7	87,5	3	2	3	8	66,7	1	1	2	25,0	17	60,7
7	2	2	4	50,0	2	2	2	6	50,0	1	3	4	50,0	14	50,0
8	4	4	8	100,0	3	4	4	11	91,7	3	2	5	62,5	24	85,7
9	3	3	6	75,0	1	2	4	7	58,3	2	3	5	62,5	18	64,3
10	3	4	7	87,5	4	4	2	10	83,3	3	3	6	75,0	23	82,1
11	4	4	8	100,0	3	4	4	11	91,7	3	2	5	62,5	24	85,7
12	4	4	8	100,0	3	3	4	10	83,3	4	2	6	75,0	24	85,7
Sub total	34	39	73		31	36	38	105		28	28	56		234	
TE	48	48	96		48	48	48	144		48	48	96		336	
%	70,8	81,3		76,0	64,6	75	79,2		72,9	58,3	58,3		58,3		70

Estudiantes I°Medio	I3.1 Respecto a los criterios de evaluación				I3.2 Respecto a la valoración de los tipos de evaluación					I3.3 Respecto a los contenidos de evaluación				Dimension 3	
	Afirmaciones				Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 28%
	21	23	Total	TE8 %	6	10	12	Total	TE12 %	8	18	Total	TE8 %		
Total	67	74	141		61	75	73	209		54	57	111		461	
TE	96	96	192		96	96	96	288		96	96	192		672	
%	69,8	77,1		73,4	63,5	78,1	76		72,6	56,3	59,4		57,8		68,6

### TVD n°19: "Actitud de los tipos de evaluación" (D3, según indicadores) - Profesores

Profesores I°Medio	I3.1 Respecto a los criterios de evaluación				I3.2 Respecto a la valoración de los tipos de evaluación					I3.3 Respecto a los contenidos de evaluación				Dimension 3	
	Afirmaciones				Afirmaciones					Afirmaciones				TOT	TE 28%
	21	23	Total	TE8 %	6	10	12	Total	TE12 %	8	18	Total	TE8 %		
1	4	4	8	100,0	4	4	4	12	100,0	4	4	8	100,0	28	100,0
2	1	4	5	62,5	4	4	4	12	100,0	4	1	5	62,5	22	78,6
total	5	8	13		8	8	8	24		8	5	13		50	
TE	8	8	16		8	8	8	24		8	8	16		56	
%	62,5	100,0		54,2	100,0	100,0	100,0		66,7	100,0	62,5		54,2		89,3