

**UNIVERSIDAD MAYOR
FACULTAD DE HUMANIDADES
EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN**



**UNIVERSIDAD
MAYOR**

**Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la
actitud en clase de Educación Física**

Trabajo de investigación para optar al grado académico de:
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN

Estudiantes:

Goldzweig Ortega, Rodrigo Gabriel
González Becerra, Emilio Gabriel
Sepúlveda Troncoso, Fernando Nicolás
Artaban
Squella Armstrong, Rodrigo Andrés

Profesor guía:

Dra. María Eliana Arias Meriño

Santiago de Chile, 2021

Resumen

En esta investigación se analizó la relación que existe entre los hábitos de vida saludable (V1) y la práctica de actividad física (V2) con la actitud en la clase de educación física (V3) de los alumnos de segundo año de enseñanza media en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021. Se aplicaron encuestas de opinión tipo Likert de manera online, para cubrir las variables por parte de los estudiantes y para la variable 3, se incluyó al profesor.

Los resultados generales obtenidos indican un nivel de acuerdo del 77,9% respecto de la V1, un 68,7% para la V3 y un 50,2% para la V2; y, considerando los criterios de interpretación de 65% (V1), 70% (V3) y 60% (V2), solo para la V1 los datos superan el criterio.

Por lo tanto, se concluye que no existe correlación entre la V1 y V3 y tampoco existe correlación entre la V2 y V3.

Palabras clave: Hábitos de vida saludable, Práctica de actividad física, Actitud en la clase de educación física.

Abstract

In this research, the relationship between healthy lifestyle habits (V1) and the practice of physical activity (V2) and the attitude in physical education class (V3) of second-year high school students in a subsidized private school in the Puente Alto commune, during the year 2021.

Likert-type opinion surveys were applied online, to cover the variables by the students and for variable 3, the teacher was included.

The general results indicate a level of agreement of 77.9% with respect to V1, 68.7% for V3 and 50.2% for V2; and, considering the interpretation criteria of 65% (V1), 70% (V3) and 60% (V2), only for V1 did the data exceed the criterion.

Therefore, it is concluded that there is no correlation between V1 and V3 and there is no correlation between V2 and V3.

Key words: Healthy lifestyle habits, practice of physical activity, attitude in physical education class.

1. INTRODUCCIÓN

La presente investigación está inmersa en un contexto mundialmente complicado, en el cual, las palabras cuarentena, pandemia o confinamiento se han vuelto cotidianas e incluso se han añadido a nuestro vocablo. Lamentablemente no es el único problema, la obesidad en Chile se ha disparado de manera crítica, aunque este problema viene desde hace años. La Clínica Alemana (2019) realizó un estudio en el cual se presenta y explica qué es la obesidad: “En Chile, el 60% de los niños de quinto básico tiene sobrepeso u obesidad y un 34% de las personas mayores de 15 años son obesos. En este contexto, la recomendación de expertos es promover cambios para no deteriorar su salud. El sobrepeso y la obesidad se definen como la acumulación de grasa anormal o excesiva que puede deteriorar la salud.”

Ahora el panorama no es distinto si no que es más riesgoso junto con el Covid-19, un estudio realizado por Obesity reviews (2020), “analizó datos de 399.000 pacientes, observando que las personas obesas que contrajeron el COVID-19 tenían un 113% más de probabilidades de terminar hospitalizados, un 74% más de probabilidades de ser ingresadas en la UCI y un 48% más de probabilidades de morir, comparado con pacientes COVID-19 sin obesidad”.

Bajo el contexto mundial, el llevar un estilo de vida saludable junto con el realizar actividad física se ha hecho complicado, pero aun así, según menciona Cabrera: “Para un ciudadano poco entrenado, la actividad física y el deporte es algo más que un hábito de catarsis, ya que podría convertirse en la salvación ante la enfermedad. La actividad física se presenta como un verdadero aliado en la lucha contra el virus y contra sus efectos psicológicos” (Cabrera, 2020)

Lamentablemente, en el contexto de pandemia, con la existencia de una emergencia sanitaria, donde se recomienda el distanciamiento físico y resulta ser muy difícil mantenerse activo, la falta de actividad física predispone para que las personas se vuelvan sedentarias. Gracias a la cuarentena muchos niños, niñas y adolescentes en Chile no están realizando actividad física ni deportes. La OMS (2020), dio una

breve descripción sobre la actividad física en los alumnos y alumnas entre los 5 y 17 años:

- “Que los niños, niñas y jóvenes de 5 a 17 años inviertan como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa.
- La actividad física, por un tiempo superior a 60 minutos diarios, reportará un beneficio aún mayor para la salud.
- La actividad física diaria debería ser, en su mayor parte, aeróbica. Convendría incorporar, como mínimo tres veces por semana, actividades vigorosas que refuercen, en particular, los músculos y huesos.” (OMS, 2020)

En referencia a lo anterior, Chile no tiene buenos resultados, la investigación realizada por Ibarra, Ventura y Hernández (2009) indica que: “La mayoría de los adolescentes investigados tienen hábitos de vida saludables poco arraigados, incluso aquellos cotidianos como alimentarse, dormir y caminar” (Ventura, Hernández, 2019). Por lo cual se puede inferir que si esta población investigada sigue este estilo de vida, podría traerles consecuencias en un futuro.

La investigación se enfoca en la actividad física que realizan los alumnos. Ahora, la práctica deportiva no lo es todo, ya que los alumnos deben tener un estilo de vida saludable, Sanabria (2007), explica lo que es un estilo de vida saludable: “Un estilo de vida saludable está estrechamente relacionado con los siguientes aspectos: una dieta equilibrada, el mantenimiento del peso corporal, la práctica habitual de actividad física, y la abstención del consumo de alcohol y tabaco entre otros.” (Sanabria, 2007)

Refiriéndose a la actitud que tienen los y las alumnas de un colegio frente a sus clases, esta depende de los gustos que tenga cada estudiante y de la asignatura que prefieren ellos. En el caso de educación física y salud, están por un lado los y las niñas que les gusta hacer deporte y que por lo tanto ven la clase de educación física como una asignatura entretenida, o al menos, los contenidos del currículum que esta posee (Ruiz, 2000), pero están también los estudiantes que

son más sedentarios y que prefieren quedarse en la sala leyendo un libro o haciendo ejercicios de matemáticas.

La realización de las clases de educación física vía online, ha provocado el rechazo de esta asignatura por parte de los y las estudiantes y se ha vuelto un desafío para los y las docentes que realizan esta clase. Un grupo de autores de la revista observatorio del deporte, mencionan que: “dada la existencia de muchas variables de trabajos online para la práctica de la educación física, se hace muy difícil ocupar una estrategia estandarizada para la realización de esta asignatura bajo modalidad online” (Márquez-Villegas, Alvares-Zúñiga. Rivera-Jara, 2020)

Considerando lo señalado anteriormente, el problema a investigar es el siguiente:

¿Qué relación existe entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física de los alumnos de segundo año de enseñanza media en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021?

El problema planteado se justifica considerando el criterio de conveniencia (Hernández Sampieri sexta edición., 2014). En conjunto con los docentes de la asignatura de Educación física y salud del establecimiento particular subvencionado de la comuna Puente Alto, se concluye que las relaciones que hay con el problema de investigación, las cuales son los hábitos de vida saludable y las prácticas de actividad física, en el contexto mundial de hoy, afecta de manera rotunda a las actitudes que hay frente a la clase de educación física y salud, por lo tanto, el recoger la información será fundamental para saber si la relación entre las variables es un factor que afecte a las actitudes y así tomar medidas necesarias para revertir la situación, lo que también considera el criterio de implicaciones prácticas (Hernández Sampieri sexta edición., 2014).

Por último, según el criterio de relevancia social (Hernández Sampieri sexta edición., 2014), esta investigación beneficia la actitud frente a la clase de educación física por parte de los y las estudiantes y para los docentes que realizan la clase, ya que se proporciona información que comprueba cómo se manifiestan positivamente los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física en la actitud durante la clase de educación física y salud.

Sobre la base a todo lo dicho anteriormente, surge el siguiente objetivo general:

Conocer qué relación existe entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física de los alumnos de segundo medio en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021.

Ya planteado el objetivo general, se manifiestan los siguientes objetivos específicos:

OE1. Identificar las formas de alimentación, el autocuidado personal y el cuidado frente a las lesiones de los y las estudiantes.

OE2. Identificar la manera en que se realiza la actividad física, el lugar de ejecución y la frecuencia de esta.

OE3. Analizar la actitud frente a las actividades académicas, la actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase y frente al docente.

En base a lo anterior se manifiesta la siguiente hipótesis:

El autocuidado personal y las maneras de realizar actividad física se relaciona con la actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física en los y las estudiantes de segundo año de enseñanza media de un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto durante el año 2021

1.1 Marco teórico

Hábitos de vida saludable

Una buena alimentación y la práctica de actividad física, entre otras cosas, son **hábitos** que se deben obtener para llevar una **vida saludable** y que requiere de un cambio en el estilo de vida de las personas. Según López (2011): “El estilo de vida es un conjunto de conductas que se van desarrollando a lo largo de la vida del ser humano a causa de la influencia de diversos ámbitos como lo son la familia, amigos y medios de comunicación, las cuales se expresan en la vida diaria del ser humano y por lo tanto caracterizan la manera de vivir y de ser de toda persona” (López, 2011).

Por ende, como ha sido dicho qué es un estilo de vida, ahora se puede entender la cita de Sanabria (2007) cuando se refiere a un estilo de vida saludable: “Un estilo de vida saludable está estrechamente relacionado con los siguientes aspectos: una dieta equilibrada, el mantenimiento del peso corporal, la práctica habitual de actividad física, y la abstención del consumo de alcohol y tabaco entre otros.” (Sanabria, 2007).

El concepto de hábito de vida saludable no solo se refiere a una buena alimentación y a la realización periódica de actividad física, como manifiesta Sanchez-Ojeda (2015): “Dentro de los hábitos saludable se encuentran no sólo la alimentación sana y la realización de ejercicio físico, sino también el sueño, la sexualidad, el consumo de drogas ilegales, costumbres perjudiciales para la salud como el alcohol y tabaco.” (Sánchez-Ojeda, 2015). Sobre la base de esto, al referirse a hábitos de vida saludable se tiene en cuenta el tipo de alimentación, el autocuidado y la frecuencia con que se realiza actividad física.

El concepto de autocuidado ha cambiado a lo largo de los años, creándose distintas definiciones sobre lo que es realmente. Vega, Suárez y Acosta (2015) hablan del autocuidado: “El autocuidado desde esta teoría, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma. Consiste en la práctica de las actividades que las personas maduras, o que están madurando, inician y llevan a cabo en determinados períodos de tiempo, por su propia parte y con interés de mantener un

funcionamiento vivo y sano. Indica continuar, además, con el desarrollo personal y el bienestar mediante la satisfacción de requisitos para las regulaciones funcionales y del desarrollo.(Vega, Suárez & Acosta, 2015).

Otra definición un poco más antigua de Rebolledo (2010) sobre lo que es el autocuidado: “El autocuidado es un acto voluntario e intencionado que involucra el uso de la razón para dirigir las acciones, considerando que el autocuidado cotidiano es un elemento que se encuentra indisolublemente intrincado en la acción” (Rebolledo, 2010)

A raíz de este concepto, Cantera y Cantera (2014) definen lo que es un “autocuidado activo”. “El autocuidado activo se define como el desarrollo de habilidades para el manejo de las emociones que permiten, de manera activa y consciente, el cuidado en primera persona al tiempo que se interviene con el objetivo de promover el bienestar personal y colectivo” (Cantera & Cantera, 2014)

Como se puede apreciar, el autocuidado se define como una práctica que realizan las personas para mantenerse en buen estado, pero, a raíz de modelos clásicos de lo que es el autocuidado y de los orígenes de este, la autora clásica de este tema Dorothea Elizabeth Orem (1995) define el autocuidado como: “son la persona: aquella que recibe determinados cuidados y posee, a su vez, una determinación biopsicosocial que la hace capaz de convertirse en la principal gestora de sus propios cuidados, en beneficio de su salud.” (Orem, 1995) En cambio, Cancio-Bello (2018) define el autocuidado poniendo al individuo en un papel bio-psico-social, definiéndolo como: “...forma específica del cuidado de sí que desde el punto de vista físico, psicológico, social, espiritual, medioambiental y económico tienen las personas aparentemente sanas o enfermas para mantener/mejorar su salud. Es variable en dependencia del contexto, la edad, el sexo, el color de la piel, la etapa del ciclo vital, entre otras.” (Cancio-Bello, 2018)

Actividad física

Otro concepto importante, parte fundamental del presente documento, es el de **actividad física**. Como cuenta Vidarte (2011): “La actividad física es un concepto que abarca cualquier movimiento corporal realizado por músculos esqueléticos que provocan un gasto de energía, la cual se encuentra presente en todo lo que una

persona hace durante las 24 horas del día, salvo dormir o reposar.” (Vidarte, 2011). Esto quiere decir que la actividad física es todo movimiento corporal voluntario que se realiza habitualmente y que produce un gasto energético.

El deporte posee sus propias características que lo hacen ser lo que es y que, por lo tanto, todas sus definiciones cuentan con estos elementos. Vázquez (2001) menciona que: A pesar de ser el deporte un término polisémico, todas sus acepciones tienen en común al menos tres elementos: ejercicio físico (actividad motriz, dimensión corporal de la persona), juego (actividad lúdica, búsqueda del placer y la diversión) y agonismo (exigencia espontánea del ser humano de medirse con la naturaleza, con otros o consigo mismo.” (Vázquez, 2001)

Otra manera de realizar actividad física es a través de actividades recreativas.

Las actividades recreativas se pueden llevar a cabo en cualquier etapa de la vida, estas ayudan a poder expresarse y poder moverse sin ninguna restricción. “Cualquier forma de actividad o experiencia en la cual el ser humano consigue auto expresarse; fortalecer su cuerpo, mente y espíritu gastados por el ritmo de la vida diaria; permitiéndole un desarrollo integral máximo”. (Díaz B., F. & Hernández R., G.1999).

Claramente hay una diferencia cuando se habla de una actividad recreativa normal y una actividad físico-recreativa. Según las definiciones anteriores de actividad física, sumada a este nuevo concepto, una actividad físico-recreativa sería cualquier movimiento corporal realizado voluntariamente con finalidad de entretenerse. Un grupo de autores (2017), hablan acerca de las actividades físico-recreativas mencionando que: “Las actividades físico-recreativas sirven como estrategias para incrementar la calidad de vida en todos los rangos etarios y para aumentar diversos indicadores físicos y mentales.” (Hernández, Chávez, de la Concepción, Torres & Fleitas, 2017)

Una tercera y última manera de poder realizar actividad física, es por medio de un entrenamiento funcional. Julio Diéguez Papí (2007) define las características y lo que es un entrenamiento funcional: “El entrenamiento funcional pretende aumentar las posibilidades del individuo para poder relacionarse con el medio, aumentar sus

personales condiciones de Salud, y satisfacer también diferentes necesidades que surgen de las tres esferas físicas, psíquica y afectiva.” (Diéguez Papí, 2007).

Esta definición, surge de otro concepto que se relaciona mucho con el entrenamiento funcional, debido a que este es una rama de tal idea nueva a trabajar, que es el fitness. El mismo autor mencionado anteriormente, Diéguez (2007), en el mismo artículo, define el fitness como: “...respuesta específica a las necesidades de las personas hacia quienes va dirigido.” (Diéguez Papí, 2007), refiriéndose a que el fitness se adecúa a los intereses físicos de la persona que desea realizar este tipo de entrenamiento.

Este tipo de entrenamiento, es practicado mucho por las personas en distintas plazas y parques, con la diferencia de que vemos a un grupo grande de personas practicándolo. A esto se le llama Fitness Colectivo, el cual tiene la misma finalidad que el fitness de manera individual. Diéguez (2007) habla de las actividades deportivas en colectivo y menciona que: “Las clases colectivas satisfacen un gran número de clientes con poco tiempo disponible para entrenar la forma física, que por diferentes razones eligen entrenarse en grupo. Se hace necesario un perfil profesional específico que pueda organizar los entrenamientos y motivar al cliente para conseguir los resultados deseados.” (Diéguez Papí, 2007).

Un factor importante que hay que considerar al realizar actividad física, son las lesiones y el cuidado que hay que tener frente a ellas. Ortín, Garcés y Olmedilla (1988), mencionan acerca de las lesiones que “...pueden producirse por diferentes factores. La literatura científica señala tanto aspectos físicos, como situacionales, deportivos y psicológicos.” (Ortín, Garcés & Olmedilla, 1988).

Actitud

Para referirse a la **actitud**, se tomará en cuenta las palabras que citó Silvia Ubillos, Sonia Mayordomo y Darío Páez (1935). Ellos citan al autor Allport (1935) y menciona que, una actitud es un: “Estado de disposición mental y nerviosa, organizado mediante la experiencia. Que ejerce un influjo directivo dinámico en la respuesta del individuo a toda clase de objetos y situaciones” (Allport, 1935). En base a esto, el documento extrapolará las palabras de Allport y las situará en el contexto

de una clase de educación física, por ende, se enfoca en la disposición mental que tendrán los alumnos y alumnas frente a la ya mencionada clase.

Una de las actitudes más importante, para que los profesores y profesoras puedan enseñar a sus alumnos y alumnas es, sin duda alguna, la motivación. Se entiende que la motivación proporciona un motivo o una razón para que cierta cosa ocurra o para que alguien actúe de una manera determinada. Herrera y Zamora (2014) explican lo siguiente: "La motivación es un proceso auto energético de la persona que ejerce una atracción hacia un objetivo que supone una acción por parte del sujeto y permite aceptar el esfuerzo requerido para conseguirlo. La motivación está compuesta de necesidades, deseos, tensiones, incomodidades y expectativas. Constituye un paso previo al aprendizaje y es su motor." (Herrera y Zamora, 2014). Sin la motivación necesaria, por parte del alumnado y del educando, es muy baja la unión enseñanza-aprendizaje para que surja efecto.

2. METODOLOGÍA

El enfoque epistemológico de esta investigación fue cuantitativo, puesto que se considera una realidad única representada por los estudiantes de segundo año de enseñanza media de un establecimiento particular subvencionado de la comuna de Puente Alto.

El diseño según el alcance fue de asociación, dado que el problema planteó la relación entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física.

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

Según el ámbito temporal el diseño, fue limitado en el tiempo, dado que el problema planteado se investigó durante un año, específicamente 2021.

Población 1: 58 estudiantes de segundo año de enseñanza media de un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto durante el año 2021. Universo

heterogéneo según género, dado que se consideró la condición de ser estudiantes de segundo año de enseñanza media y su género.

Muestra 1.1: 23 estudiantes de segundo año (X) de enseñanza media del colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto durante el año 2021, del género femenino. Muestra no aleatoria intencional, ya que la intención fue considerar que fuesen alumnas de género femenino de segundo año de enseñanza media.

Muestra 1.2: 20 estudiantes de segundo año (X) de enseñanza media del colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto durante el año 2021, del género masculino. Muestra no aleatoria intencional, ya que la intención fue considerar que fuesen alumnos de género masculino de segundo año de enseñanza media.

Población 2: 37 profesores del colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto durante el año 2021. Universo homogéneo dado que todos son docentes del colegio.

Muestra 2.1: 1 docente del colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto durante el año 2021. La muestra fue no aleatoria intencional, ya que se buscó que fuera un docente de educación física y salud de género masculino de este establecimiento.

Entorno

La investigación se realizó en un establecimiento particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, el cual cubre la educación parvularia, básica y enseñanza media. El establecimiento consta de una multicancha, con galerías, 2 arcos de baby fútbol y 2 aros de basquetbol, también hay 2 camarines donde los alumnos se pueden cambiar de ropa separados por sexos. Con un total de 610 estudiantes y 55 profesores, ubicado en un sector residencial, sin condición de vulnerabilidad social.

2.1 Delimitación de las variables

Dimensiones	Indicadores
V1: Hábitos de vida saludable	

D1: Formas de alimentación	<ul style="list-style-type: none"> 1.1 Tipo de alimentación. 1.2 Frecuencia de alimentación diaria. 1.3 Consumo de agua diaria.
D2: Autocuidado personal	<ul style="list-style-type: none"> 2.1 Consumo de alcohol 2.2 Consumo de tabaco 2.3 Hábitos de higiene 2.4 Horas de sueño
D3: Cuidado frente a lesiones	<ul style="list-style-type: none"> 3.1 Realización de calentamiento 3.2 Realización de actividades a baja intensidad 3.3 Realización de de elongación final
V2: Práctica de actividad física	
D:1 Maneras de realizar actividad física	<ul style="list-style-type: none"> 1.1 Mediante actividades deportivas 1.2 Mediante actividades recreativas 1.3 Mediante entrenamiento funcional
D2: Lugar donde se realiza la actividad física	<ul style="list-style-type: none"> 2.1 Casa 2.2 Parque 2.3 Gimnasio 2.4 Recinto deportivo
D3: Frecuencia actividad física realizada según tipo	<ul style="list-style-type: none"> 3.1 Frecuencia diaria 3.2 Frecuencia semanal 3.3 Frecuencia mensual
V3: Actitud frente a la clase de educación física	
D1: Actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física.	<ul style="list-style-type: none"> 1.1 Frente a las actividades individuales 1.2 Frente a actividades en sala de clases 1.3 Frente a actividades al aire libre 1.4 Frente a las actividades grupales

D2: Actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase	2.1 Puntualidad 2.2 Asistencia 2.3 Participación en clases
D3: Actitud frente al docente	3.1 Colaboración con el o la profesora 3.2 Participación en las actividades dadas por el o la profesora 3.3 Atención en la explicación de actividades y contenidos expuestos por el o la profesor/a

Las variables fueron validadas por Guillermo Cortés Roco, Doctor en Physical Education, Health and Physical Activity, y Académico/a de la Universidad Mayor.

2.2 Instrumentos

Instrumentos

Debido al contexto actual que está viviendo el país, la encuesta será aplicada vía online.

Instrumento 1: Encuesta de opinión dirigida a los y las estudiantes de segundo año de enseñanza media para la variable 1 y 2 “Hábitos de vida saludable” y “Práctica de actividad física” respectivamente. Consta de 60 afirmaciones en la escala tipo Likert.

La encuesta se aplicó vía online, en donde los y las estudiantes pudieron ingresar mediante un link, el cual estuvo habilitado por una semana entera para poder responder. Tuvo una duración de 20 minutos aproximadamente. El instrumento se puede encontrar en la página Anexos.

Este instrumento fue validado por Guillermo Cortés Roco, Doctor en Physical Education, Health and Physical Activity, y Académico/a de la Universidad Mayor. La constancia de validación se encuentra en la página Anexos.

Instrumento 2: Encuesta de opinión dirigida a los y las estudiantes de segundo año de enseñanza media para la variable 3 “Actitud en la clase de educación física”. Consta de 30 afirmaciones en la escala tipo Likert.

La encuesta se aplicó vía online, en donde los y las estudiantes pudieron ingresar mediante un link, el cual estuvo habilitado por una semana entera para poder responder. Tuvo una duración de 10 minutos aproximadamente. El instrumento se puede encontrar en la página Anexos.

Este instrumento fue validado por Guillermo Cortés Roco, Doctor en Physical Education, Health and Physical Activity, y Académico/a de la Universidad Mayor. La constancia de validación se encuentra en la página Anexos.

Instrumento 3: Encuesta de opinión dirigida a los y las docentes de educación física del establecimiento para la variable 3 “Actitud en la clase de educación física”. Consta de 30 afirmaciones en la escala tipo Likert.

La encuesta se aplicó vía online, en donde el profesor pudo ingresar mediante un link, el cual estuvo habilitado por una semana entera para poder responder. Tuvo una duración de 10 minutos aproximadamente. El instrumento se puede encontrar en la página Anexos.

Este instrumento fue validado por Guillermo Cortés Roco, Doctor en Physical Education, Health and Physical Activity, y Académico/a de la Universidad Mayor. La constancia de validación se encuentra en la página Anexos.

Aspectos éticos

Considerando los aspectos éticos de la investigación, se obtuvo el correspondiente permiso de los y las estudiantes utilizando la herramienta de consentimientos informados, y del establecimiento para llevar a cabo la recopilación de datos, guardando también la confidencialidad de la información personal de los y las estudiantes y docentes. Se encuentra en la página Anexos.

Plan de análisis

Los datos se presentan por variable a través de tablas de bases de datos y gráficos.

3. RESULTADOS

Los datos se presentan según variable.

3.1 Hábitos de vida saludable (V1)

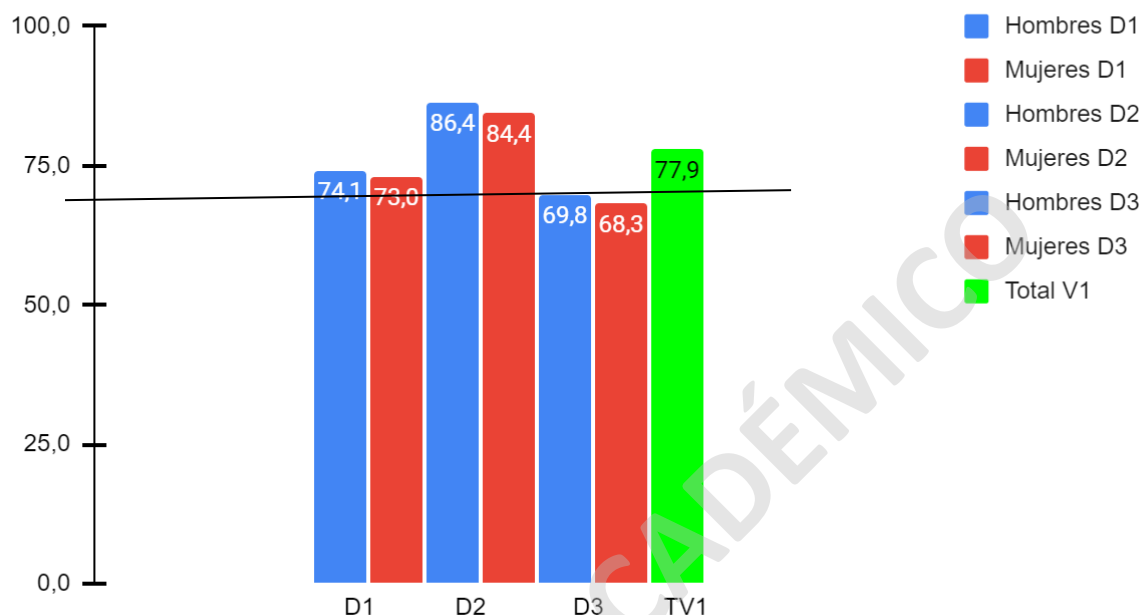
Los resultados de la variable, según dimensiones con sus respectivos indicadores, se encuentran en ANEXO, mediante la TVD N°1 , N°2, N°3, N°4

TVD N°4 Hábitos de vida saludable (V1)					
Unidad de análisis Hombres	D1 TE 40	D2 TE 52	D3 TE 24	Total V1	%TE 116
1	35	49	19	103	88,8
2	29	47	20	96	82,8
3	24	37	14	75	64,7
4	33	46	20	99	85,3
5	28	37	15	80	69,0
6	29	45	23	97	83,6
7	29	44	14	87	75,0
8	32	43	19	94	81,0
9	27	45	13	85	73,3
10	34	49	17	100	86,2
11	30	47	21	98	84,5
12	31	47	17	95	81,9
13	33	42	14	89	76,7
14	34	47	19	100	86,2
15	21	51	11	83	71,6
16	24	44	13	81	69,8
17	29	44	16	89	76,7
18	30	44	17	91	78,4
19	31	46	16	93	80,2

20	30	45	17	92	79,3	
Subtotal	593	899	335	1827		
TE	800	1040	480	2320		
%	74,1	86,4	69,8		78,75	
Mujeres						
1	29	42	12	83	71,6	
2	21	27	11	59	50,9	
3	33	45	18	96	82,8	
4	29	44	19	92	79,3	
5	25	43	17	85	73,3	
6	24	47	18	89	76,7	
7	28	47	13	88	75,9	
8	29	43	18	90	77,6	
9	32	49	10	91	78,4	
10	32	46	18	96	82,8	
11	31	45	18	94	81,0	
12	30	50	22	102	87,9	
13	35	43	14	92	79,3	
14	31	43	23	97	83,6	
15	32	46	18	96	82,8	
16	30	39	19	88	75,9	
17	30	45	14	89	76,7	
18	29	45	19	93	80,2	
19	30	48	15	93	80,2	
20	27	44	11	82	70,7	
21	26	44	15	85	73,3	
22	28	45	17	90	77,6	
23	31	39	18	88	75,9	
Subtotal	672	1009	377	2058		
TE	920	1196	552	2668		
%	73,0	84,4	68,3		77,1	
	D1	D2	D3	Total	%	

Total	1265	1908	712	3885		
TE	1720	2236	1032	4988		
%	73,5	85,3	69,0		77,9	

Gráfico N°1 "Hábitos de vida saludable" (V1)



D1: Formas de alimentación

D2: Autocuidado personal

D3: Cuidado frente a las lesiones

Para la apreciación de los datos, se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 65%, considerando que son adolescentes en formación que ya deberían poseer hábitos definidos para su adultez.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado demuestran que los y las estudiantes en la variable "Hábitos de vida saludable" manifestaron un porcentaje de acuerdo de un 77,9%, el cual es superior al criterio de interpretación.

Respecto de las dimensiones de la misma variable, la D2 (Autocuidado personal) demostró ser la dimensión con mayor porcentaje de acuerdo en relación a los Hábitos de vida saludable (V1), superando el criterio de interpretación establecido,

obteniendo un 85,3%: 86,4% según opinión de los hombres y un 84,4% según opinión de las mujeres.

Respecto de las dimensiones de la misma variable, la D1 (Formas de alimentación) es la segunda dimensión que demuestra mayor porcentaje de acuerdo, superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 73,5%: 74,1% según opinión de los hombres y un 73,0% según opinión de las mujeres.

Finalmente, respecto de las dimensiones de la misma variable, la D3 (Cuidado frente a las lesiones) demostró ser la dimensión con menor porcentaje de acuerdo, superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 69,0%: 69,8% según opinión de los hombres y un 68,3% según opinión de las mujeres

Con los datos presentados, se da cobertura al objetivo específico N°1, que indica “Identificar las formas de alimentación, el autocuidado personal y el cuidado frente a las lesiones de los y las estudiantes de segundo año medio en un establecimiento particular subvencionado mixto.”

3.2 Práctica de actividad física (V2)

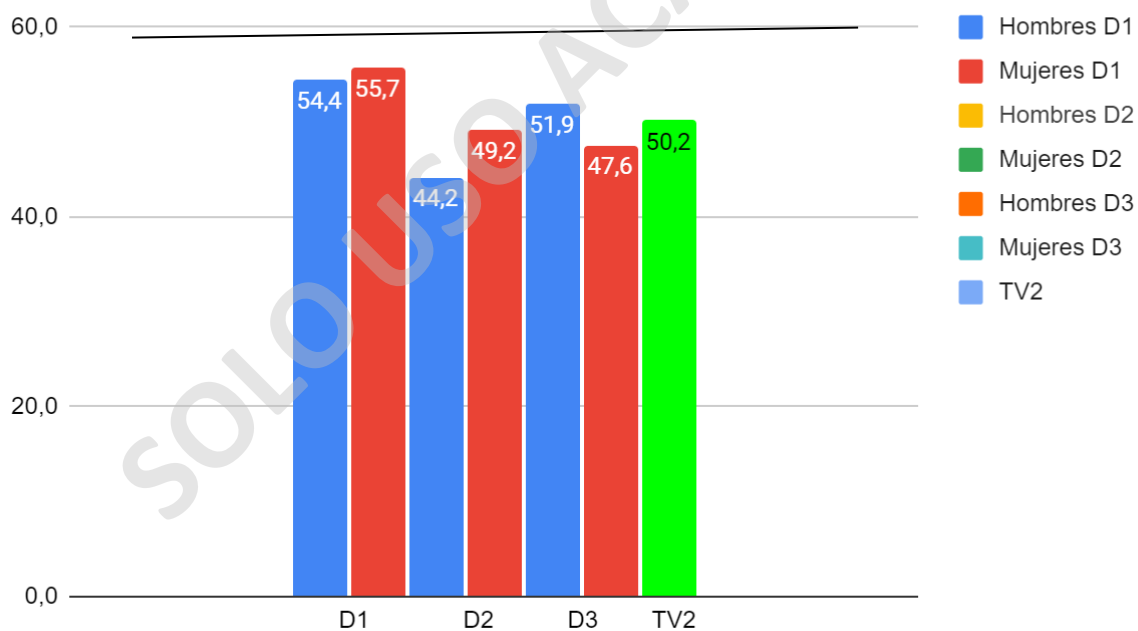
Los resultados de la variable, según dimensiones con sus respectivos indicadores, se encuentran en ANEXO, mediante la TVD N°5 , N°6, N°7, N°8

TVD N°8 Práctica de actividad física (V2)					
Hombres					
Unidad de análisis	D1 TE 36	D2 TE 48	D3 TE 36	Total V2	%TE 120
1	26	30	22	78	65,0
2	22	23	24	69	57,5
3	13	19	15	47	39,2
4	21	20	15	56	46,7
5	17	17	19	53	44,2
6	14	21	16	51	42,5
7	18	17	20	55	45,8
8	16	19	14	49	40,8

9	18	22	9	49	40,8
10	24	31	25	80	66,7
11	28	21	27	76	63,3
12	17	17	17	51	42,5
13	16	17	18	51	42,5
14	26	24	24	74	61,7
15	12	18	11	41	34,2
16	13	15	17	45	37,5
17	21	18	16	55	45,8
18	31	34	22	87	72,5
19	21	22	22	65	54,2
20	18	19	21	58	48,3
Subtotal	392	424	374	1190	
TE	720	960	720	2400	
%	54,4	44,2	51,9		49,6
Mujeres					
1	17	15	10	42	35,0
2	14	14	17	45	37,5
3	17	29	10	56	46,7
4	27	35	24	86	71,7
5	20	25	19	64	53,3
6	18	23	15	56	46,7
7	16	17	14	47	39,2
8	17	22	20	59	49,2
9	20	27	20	67	55,8
10	17	25	14	56	46,7
11	16	20	16	52	43,3
12	23	30	18	71	59,2
13	26	25	27	78	65,0
14	29	30	16	75	62,5
15	23	22	17	62	51,7
16	27	26	25	78	65,0
17	20	25	20	65	54,2

18	18	17	13	48	40,0
19	27	26	20	73	60,8
20	19	21	14	54	45,0
21	12	16	15	43	35,8
22	18	30	12	60	50,0
23	20	23	18	61	50,8
Subtotal	461	543	394	1398	
TE	828	1104	828	2760	
%	55,7	49,2	47,6		50,7
	D1	D2	D3	Totalv2	%
Total	853	967	768	2588	
TE	1548	2064	1548	5160	
%	55,1	46,9	49,6		50,2

Gráfico N°2 "Práctica de actividad física" (V2)



D1: Maneras de realizar actividad física

D2: Lugar donde se realiza actividad física

D3: Frecuencia actividad física realizada según tipo

Para la interpretación de los datos, se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 60%, considerando que son adolescentes en formación y que por dicha etapa de vida deberían poseer un buen estado físico. Además, a esa edad, lo recomendable es realizar mínimo una hora de ejercicio diario. También se tiene en cuenta la condición de cuarentena existente, lo cual es probable que por estas condiciones, hayan dejado de realizar actividad física de manera constante.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que los y las estudiantes en la variable Práctica de actividad física obtuvieron un porcentaje de acuerdo de un 50,2%, el cual es inferior al criterio de interpretación.

Respecto de las dimensiones de la misma variable, la D1 (Maneras de realizar actividad física) es la dimensión que indica un mayor porcentaje de acuerdo en relación a las Prácticas de actividad física (V2), no superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 55,1%: 54,4% según opinión de los hombres y un 55,7% según opinión de las mujeres.

Respecto de las dimensiones de la misma variable, la D3 (Frecuencia de actividad física realizada según tipo) resultó ser la segunda dimensión con mayor porcentaje de acuerdo, no superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 49,6%: 51,9% según opinión de los hombres y un 47,6% según opinión de las mujeres.

Finalmente, respecto de las dimensiones de la misma variable, la D2 (Lugar donde se realiza actividad física) demostró ser la dimensión con menor porcentaje de acuerdo, no superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 46,9%: 44,2% según opinión de los hombres y un 49,2% según opinión de las mujeres.

Con los datos presentados, se da cobertura al objetivo específico N°2, que indica "Identificar la manera en que realizan actividad física, el lugar de ejecución y la frecuencia de esta de los estudiantes de segundo año medio en un establecimiento particular subvencionado mixto."

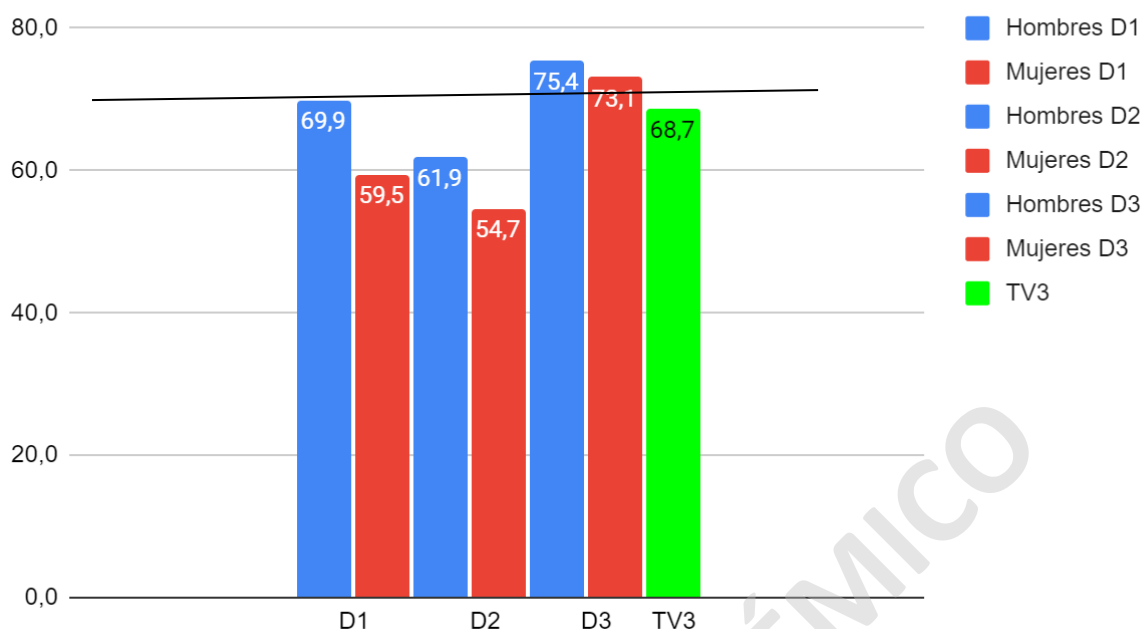
3.3 Actitud en la clase de educación física (V3)

Los resultados de la variable, según dimensiones con sus respectivos indicadores, se encuentran en ANEXO, mediante la TVD N°9 , N°10, N°11, N°12, N°13, N°14, N°15.

TVD N°15 Actitud frente a la clase de educación física (V3) Hombres					
Unidad de análisis	D1 TE 48	D2 TE 36	D3 TE 36	Total V3	%TE 120
1	37	22	28	87	72,5
2	36	19	29	84	70,0
3	27	23	30	80	66,7
4	26	20	28	74	61,7
5	32	24	27	83	69,2
6	32	23	27	82	68,3
7	33	21	24	78	65,0
8	25	24	27	76	63,3
9	36	20	26	82	68,3
10	37	27	28	92	76,7
11	33	25	23	81	67,5
12	39	28	28	95	79,2
13	39	18	30	87	72,5
14	38	24	29	91	75,8
15	36	21	31	88	73,3
16	36	24	22	82	68,3
17	27	23	29	79	65,8
18	36	19	27	82	68,3
19	35	20	21	76	63,3
20	31	21	29	81	67,5
Tot	671	446	543	1660	
TE	960	720	720	2400	
%	69,9	61,9	75,4		69,2

Mujeres						
1	27	25	26	78	65,0	
2	40	24	30	94	78,3	
3	31	22	25	78	65,0	
4	28	20	22	70	58,3	
5	30	21	30	81	67,5	
6	31	19	26	76	63,3	
7	36	18	26	80	66,7	
8	29	22	23	74	61,7	
9	37	25	26	88	73,3	
10	31	19	20	70	58,3	
11	33	24	28	85	70,8	
12	35	23	27	85	70,8	
13	33	25	27	85	70,8	
14	33	27	26	86	71,7	
15	33	24	28	85	70,8	
16	35	25	25	85	70,8	
17	30	25	20	75	62,5	
18	26	24	29	79	65,8	
19	35	19	29	83	69,2	
20	30	23	27	80	66,7	
21	34	24	28	86	71,7	
22	41	24	28	93	77,5	
23	37	22	29	88	73,3	
Tot	755	524	605	1884		
TE	1104	828	828	2760		
%	68,4	63,3	73,1		68,3	
	D1	D2	D3	Total v3	%	
Total	1426	970	1148	3544		
TE	2064	1548	1548	5160		
%	69,1	62,7	74,2		68,7	

Gráfico N°3 "Actitud en la clase de educación física" (V3)



D1: Actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física

D2: Actitud frente al cumplimiento e las normas de la clase

D3: Actitud frente al docente

Para la interpretación de los datos, se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 70%, considerando que son adolescentes en formación que, por edad, ya deberían tener la maduración suficiente para tener una correcta actitud en la clase de educación física.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que los y las estudiantes en la variable Actitud en la clase de educación física obtuvieron un porcentaje de acuerdo de un 68,7%, el cual es inferior al criterio de interpretación.

Respecto de las dimensiones de la misma variable, la D3 (Actitud frente al docente) es la dimensión que demuestra un mayor porcentaje de acuerdo en relación a la Actitud en la clase de educación física (V3), superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 74,2%: 75,4% según opinión de los hombres y un 73,1% según opinión de las mujeres.

Respecto de las dimensiones de la misma variable, la D1 (Actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física) es la segunda dimensión con mayor porcentaje de acuerdo, no superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 64,3%: 69,9% según opinión de los hombres y un 59,5% según opinión de las mujeres.

Finalmente, respecto de las dimensiones de la misma variable, la D2 (Actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase) demostró ser la dimensión con menor porcentaje de acuerdo, no superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 58,1%: 61,9% según opinión de los hombres y un 54,7% según opinión de las mujeres.

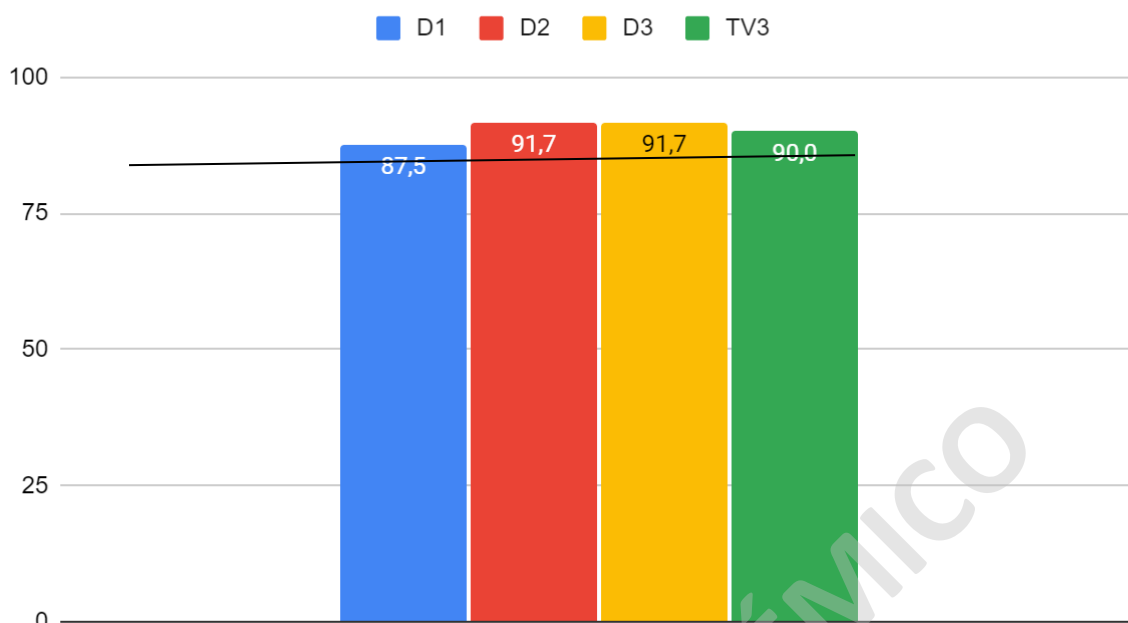
Con los datos presentados, se da cobertura al objetivo específico N°3, que indica “Analizar la actitud frente a las actividades académicas, la actitud frente al cumplimiento de la clase y frente al docente de los estudiantes de segundo año medio en un establecimiento particular subvencionado mixto.”

3.4 Actitud en 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°10, N°12, N°14, N°16

Profesor					
Unidad de análisis	D1 TE 48	D2 TE 36	D3 TE 36	Total v3	%TE 120
Profesor 1	42	33	33	108	90
Tot	42	33	33	108	90
TE	48	36	36	120	
%	87,5	91,7	91,7		90,0

Gráfico N°4 "Actitud en la clase de educación física" (V3) Profesor de Educación física



D1: Actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física

D2: Actitud frente al cumplimiento e las normas de la clase

D3: Actitud frente al docente

Para la interpretación de los datos, se consideró un criterio de interpretación para la opinión del profesor de un 85%, considerando que es un profesional en el ámbito de la pedagogía y debería obtener resultados altos en la encuesta de opinión aplicada.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que el profesor, en la variable Actitud en la clase de educación física, obtuvo un porcentaje de acuerdo de un 90,0%, el cual es superior al criterio de interpretación.

Respecto de las dimensiones de la misma variable, la D2 (Actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase) es la dimensión que demuestra un mayor porcentaje de acuerdo en relación a la Actitud en la clase de educación física (V3), superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 91,7%.

Respecto de las dimensiones de la misma variable, la D3 (Actitud frente al docente), iguala el porcentaje de acuerdo de la D2, siendo ambas dimensiones las que mostraron mayor porcentaje de acuerdo, superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 91,7%.

Finalmente, respecto de las dimensiones de la misma variable, la D1 (Actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física) demostró ser la dimensión con menor porcentaje de acuerdo, superando el criterio de interpretación establecido, obteniendo un 87,5%.

Con los datos presentados, se da cobertura al objetivo específico N°3, que indica “Analizar la actitud frente a las actividades académicas, la actitud frente al cumplimiento de la clase y frente al docente del profesor en un establecimiento particular subvencionado mixto.”

3.5 Docimación de la Hipótesis

Hipótesis	Datos obtenidos para hombres	Datos obtenidos para mujeres	Docimación
El autocuidado personal	Criterio de interpretación: 65%	Criterio de interpretación: 65%	
	Hombres: 86,4%	Mujeres: 84,4%	Verdadera
y las maneras de realizar actividad física	Criterio de interpretación: 60%	Criterio de interpretación: 60%	
	Hombres: 54,4%	Mujeres: 55,7%	No verdadera
se relaciona con la actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física	Criterio de interpretación: 70%	Criterio de interpretación: 70%	
	Hombres: 69,9%	Mujeres: 59,5%	No verdadera
en los y las estudiantes de segundo año de enseñanza media de un colegio particular subvencionado de la comuna			

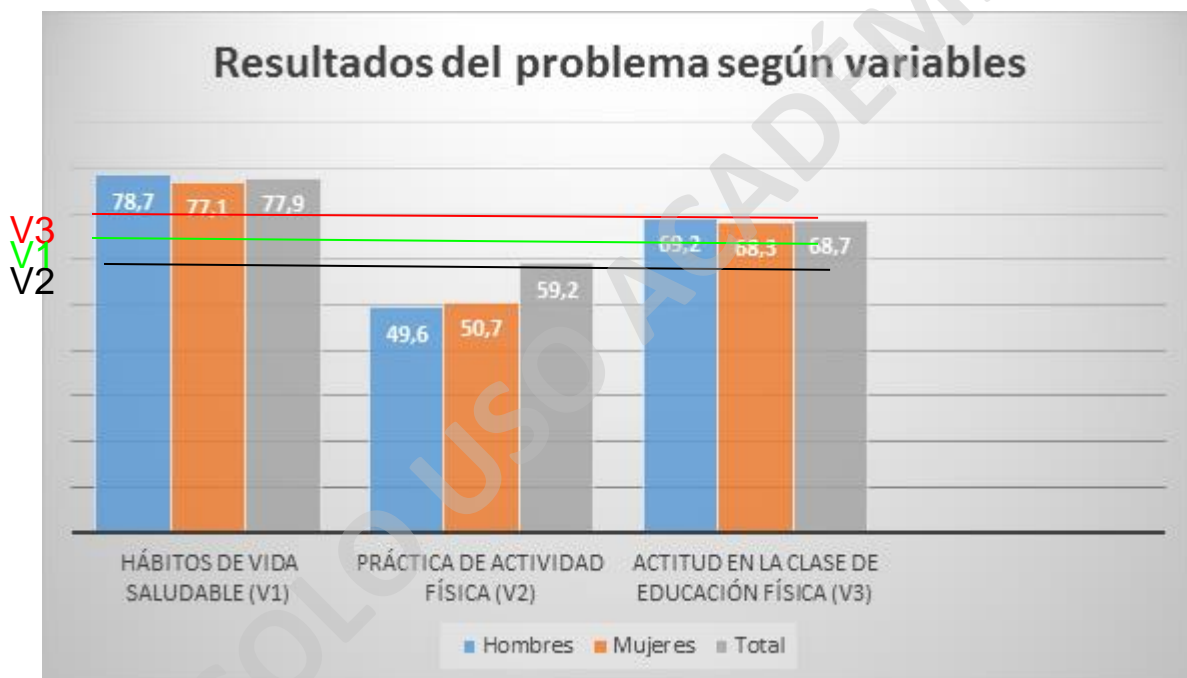
de Puente Alto			
durante el año 2021			

En consecuencia, según los datos obtenidos, la hipótesis para los hombres se docima como No verdadera.

En consecuencia, según los datos obtenidos, la hipótesis para las mujeres se docima como No verdadera.

3.6 Resultados de las variables respecto al problema

Mediante los datos obtenidos en las encuestas, se desprende el siguiente gráfico que da respuesta a las variables del problema de investigación:



V1: Hábitos de vida saludable

V2: Práctica de actividad física

V3: Actitud en la clase de educación física

Respecto a los hombres:

Para la interpretación de los datos de los Hábitos de vida saludable (V1), se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 65%.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que los estudiantes, en esta variable, obtuvieron un porcentaje de acuerdo de un 78,7%, el cual supera el criterio de interpretación.

Para la interpretación de los datos de las Prácticas de actividad física (V2), se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 60%.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que los estudiantes, en esta variable, obtuvieron un porcentaje de acuerdo de un 49,6%, el cual no supera el criterio de interpretación.

Para la interpretación de los datos de la Actitud en la clase de educación física (V3), se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 70%.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que los estudiantes, en esta variable, obtuvieron un porcentaje de acuerdo de un 69,2%, el cual no supera el criterio de interpretación.

Respecto a las mujeres:

Para la interpretación de los datos de los Hábitos de vida saludable (V1), se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 65%.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que los estudiantes, en esta variable, obtuvieron un porcentaje de acuerdo de un 77,1%, el cual supera el criterio de interpretación.

Para la interpretación de los datos de las Prácticas de actividad física (V2), se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 60%.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que los estudiantes, en esta variable, obtuvieron un porcentaje de acuerdo de un 50,7%, el cual no supera el criterio de interpretación.

Para la interpretación de los datos de la Actitud en la clase de educación física (V3), se consideró un criterio de interpretación para las opiniones de los estudiantes de un 70%.

Los resultados obtenidos a través de la encuesta de opinión realizada en el establecimiento particular subvencionado indican que los estudiantes, en esta variable, obtuvieron un porcentaje de acuerdo de un 68,3%, el cual no supera el criterio de interpretación.

Con los datos presentados, se da cobertura al objetivo general de la investigación, que indica “Conocer qué relación existe entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física de los alumnos de segundo medio en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021.”

3.7 Correlación entre las variables

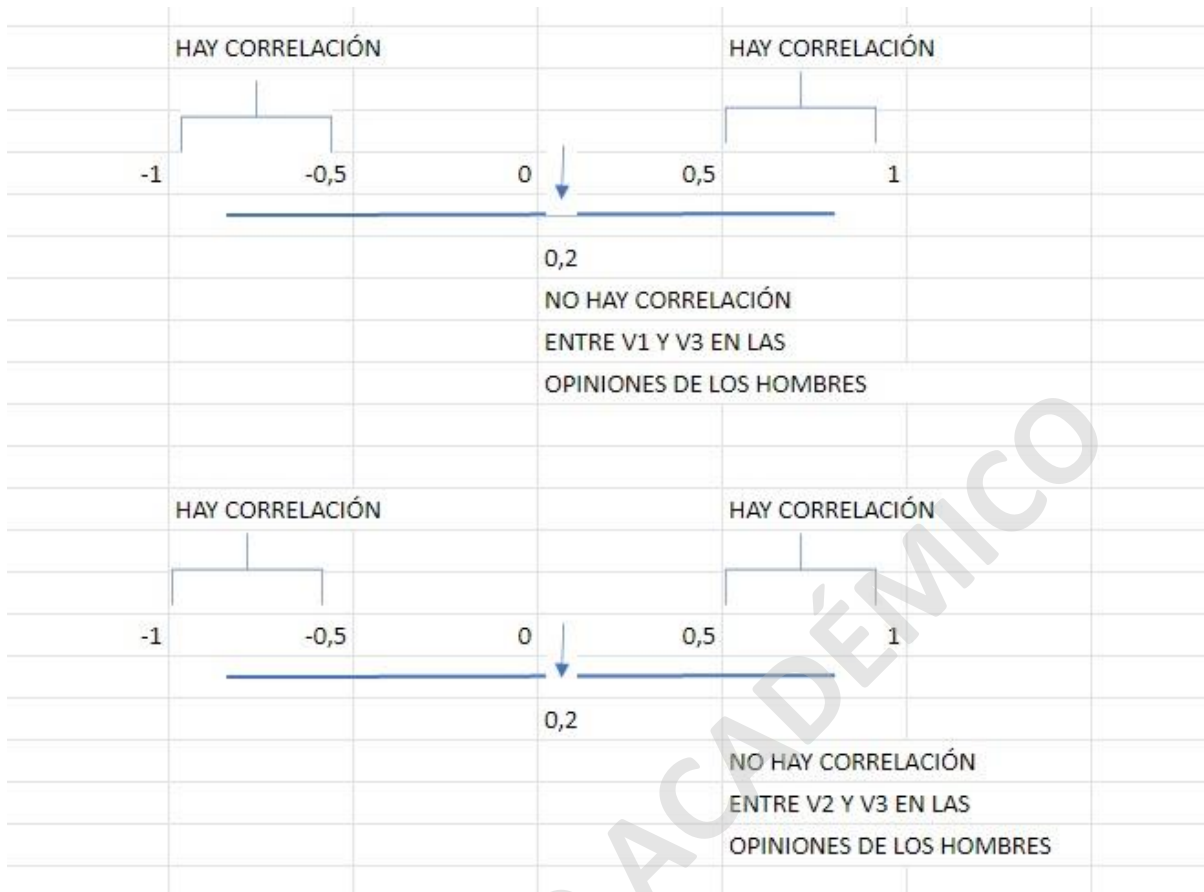
Mediante la función de correlación de Pearson, se calculó la correlación entre las variables (V1/V3 y V2/V3). Esto se realizó para cada grupo por separado (hombres y mujeres).

V1: Hábitos de vida saludable. Criterio de interpretación de 65%.

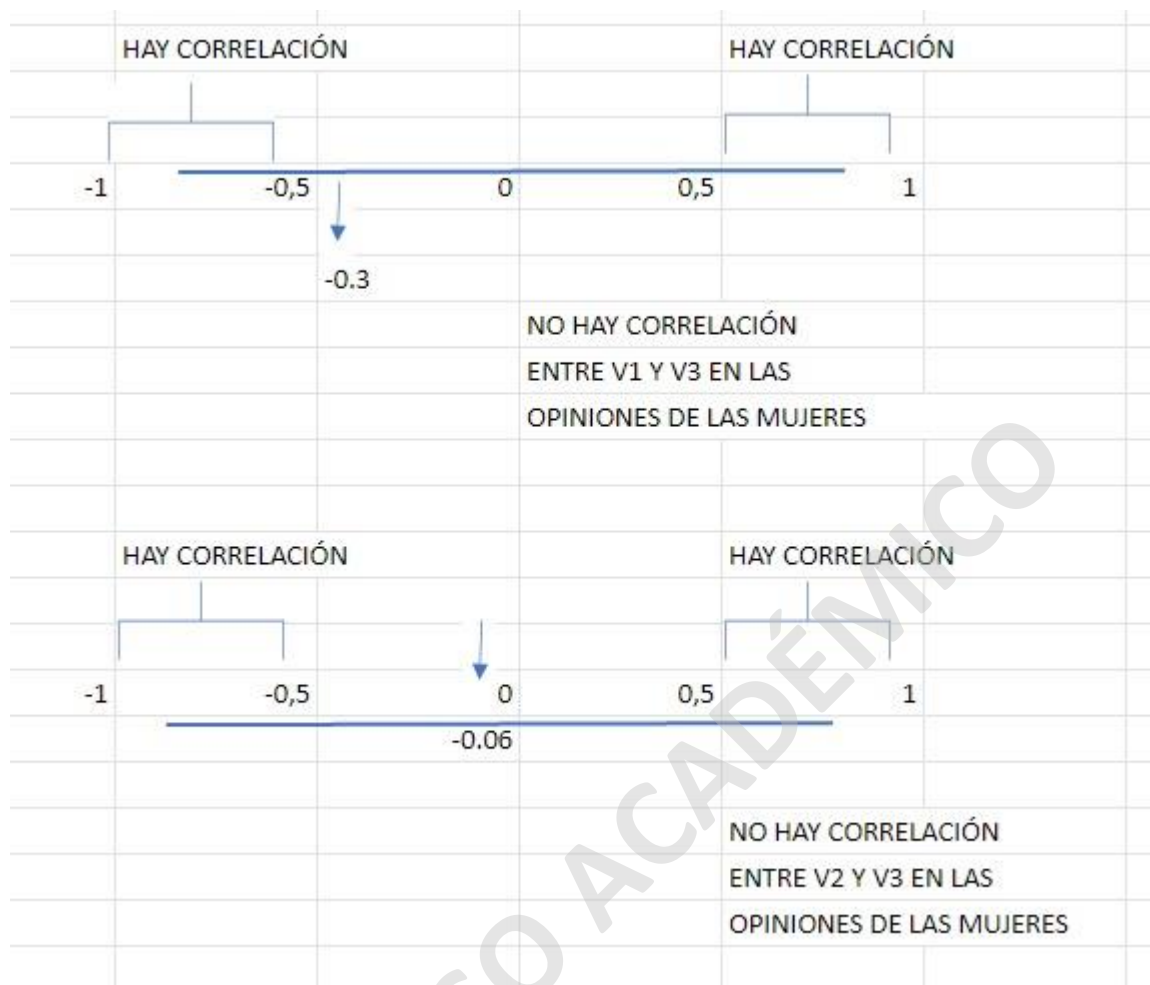
V2: Práctica de actividad física. Criterio de interpretación de 60%.

V3: Actitud en la clase de educación física. Criterio de interpretación de 70%.

Correlación entre variables de los hombres



Correlación entre variables de las mujeres



4. DISCUSIÓN

El problema investigado fue: ¿Qué relación existe entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física de los alumnos de segundo año de enseñanza media en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021?

A continuación, los siguientes párrafos refieren a los hallazgos:

Respecto a los “Hábitos de vida saludable” (V1), se obtuvo mayor nivel de acuerdo en el “Autocuidado personal” (D2), con un 85,3%, en cambio, el “Cuidado frente a las lesiones” (D3), con un 69,0%, fue la dimensión con menor nivel de acuerdo de dicha variable.

En la “Práctica de actividad física” (V2), se obtuvo mayor nivel de acuerdo en la “Manera de realizar actividad física” (D1), con un 55,1% y menor nivel de acuerdo en el “Lugar donde se realiza actividad física” (D2), con un 46,9%.

Finalmente, en la “Actitud en la clase de educación física” (V3), se obtuvo mayor nivel de acuerdo en la “Actitud frente al docente” (D3), con un 74,2% y menor nivel de acuerdo en la “Actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase” (D2), con un 58,1%.

A continuación, los siguientes párrafos refieren a la relación del problema con la teoría:

Los datos de Hábitos de vida saludable (V1), tanto en hombres como mujeres, manifestaron un nivel de acuerdo de 86,4% y 84,4% respectivamente en el “autocuidado personal” (D2); aspecto que tiene relación con la teoría, según lo indicado por Vega, Suárez y Acosta (2015), que indican: “El autocuidado desde esta teoría, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma. Consiste en la práctica de las actividades que las personas maduras, o que están madurando, inician y llevan a cabo en determinados períodos de tiempo, por su propia parte y con interés de mantener un funcionamiento vivo y sano. Indica continuar, además, con el desarrollo personal y el bienestar mediante la satisfacción de requisitos para las regulaciones funcionales y del desarrollo.”

En segundo lugar, tanto en hombres como mujeres, manifestaron un nivel de acuerdo de 74,1% y 73,0% respectivamente en el “formas de alimentación” (D1); aspecto que tiene relación con la teoría, según lo indicado por Sanabria (2007), que indica: “Un estilo de vida saludable está estrechamente relacionado con los siguientes aspectos: una dieta equilibrada, el mantenimiento del peso corporal, la práctica habitual de actividad física, y la abstención del consumo de alcohol y tabaco entre otros.”

Por último, tanto en hombres como mujeres, manifestaron un nivel de acuerdo de 69,8% y 68,3% respectivamente en el “cuidado frente a las lesiones” (D3); aspecto que tiene relación con la teoría, según lo indicado por Ortín, Garcés y Olmedilla (1988), que indican: “Las lesiones deportivas pueden producirse por diferentes

factores. La literatura científica señala tanto aspectos físicos, como situacionales, deportivos y psicológicos.”

Los datos de Práctica de actividad física (V2), tanto en hombres como mujeres, manifestaron un nivel de acuerdo de 54,4% y 55,7% respectivamente en las “maneras de realizar actividad física” (D1); aspecto que no tiene relación con la teoría debido a la gran importancia que se le da en la cita de Vázquez (2001), que indica: “El deporte posee sus propias características que lo hacen ser lo que es y que por lo tanto, todas sus definiciones cuentan con estos elementos. Vázquez (2001) menciona que: A pesar de ser el deporte un término polisémico, todas sus aceptaciones tienen en común al menos tres elementos: ejercicio físico (actividad motriz, dimensión corporal de la persona), juego (actividad lúdica, búsqueda del placer y la diversión) y agonismo (exigencia espontánea del ser humano de medirse con la naturaleza, con otros o consigo mismo.”

En segundo lugar, tanto en hombres como mujeres, manifestaron un nivel de acuerdo de 51,9% y 47,6% respectivamente en la “frecuencia de actividad física según tipo” (D3) y un nivel de acuerdo de 44,2% y 49,2% respectivamente en el “lugar donde se realiza actividad física” (D2); aspecto que tiene relación con la teoría debido a que no se le da gran importancia en esta última.

Tanto en hombres como mujeres, manifestaron un nivel de acuerdo de 75,4% y 73,1% respectivamente en la “actitud frente al docente” (D3); aspecto que tiene relación con la teoría, según lo indicado por Herrera y Zamora (2014), que indican: "La motivación es un proceso auto energético de la persona que ejerce una atracción hacia un objetivo que supone una acción por parte del sujeto y permite aceptar el esfuerzo requerido para conseguirlo. La motivación está compuesta de necesidades, deseos, tensiones, incomodidades y expectativas. Constituye un paso previo al aprendizaje y es su motor."

Los datos de Actitud en la clase de educación física (V3), tanto en hombres como mujeres, manifestaron un nivel de acuerdo de 69,9% y 59,5% respectivamente en la “actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física” (D1) y un nivel de acuerdo de 61,9% y 54,7% respectivamente en el “actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase” (D2); aspecto que no tiene relación con la

teoría, según lo indicado por Allport (1935), que indica: “La actitud es un estado de disposición mental y nerviosa, organizado mediante la experiencia que ejerce un influjo directivo dinámico en la respuesta del individuo a toda clase de objetos y situaciones.”

Respecto a la hipótesis, tanto hombres como mujeres, manifestaron una docimación verdadera en el “autocuidado personal” superando el criterio de interpretación; aspecto que tiene relación con la teoría según lo indicado por Vega, Suárez y Acosta (2015), que indican:” El autocuidado desde esta teoría, es una conducta que realiza o debería realizar la persona para sí misma. Consiste en la práctica de las actividades que las personas maduras, o que están madurando, inician y llevan a cabo en determinados períodos de tiempo, por su propia parte y con interés de mantener un funcionamiento vivo y sano. Indica continuar, además, con el desarrollo personal y el bienestar mediante la satisfacción de requisitos para las regulaciones funcionales y del desarrollo.”

En segundo lugar, tanto hombres como mujeres, manifestaron una docimación no verdadera en las “maneras de realizar actividad física” no superando el criterio de interpretación; aspecto que no tiene relación con la teoría debido a la cita de Vázquez (2001), que indica: “El deporte posee sus propias características que lo hacen ser lo que es y que por lo tanto, todas sus definiciones cuentan con estos elementos. Vázquez (2001) menciona que: A pesar de ser el deporte un término polisémico, todas sus acepciones tienen en común al menos tres elementos: ejercicio físico (actividad motriz, dimensión corporal de la persona), juego (actividad lúdica, búsqueda del placer y la diversión) y agonismo (exigencia espontánea del ser humano de medirse con la naturaleza, con otros o consigo mismo.”

Por último, tanto hombres como mujeres, manifestaron una docimación no verdadera en la “actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física” no superando el criterio de interpretación; aspecto que no tiene relación con la teoría debido a la cita de Allport (1935), que indica: “La actitud es un estado de disposición mental y nerviosa, organizado mediante la experiencia que ejerce un influjo directivo dinámico en la respuesta del individuo a toda clase de objetos y situaciones.”

Respecto al problema de investigación, en los Hábitos de vida saludable (V1), los hombres superaron el criterio de interpretación. Por lo tanto, existe una relación en la V1 según el nivel de acuerdo de los estudiantes.

En la Práctica de actividad física (V2), no superaron el criterio de interpretación. Por lo tanto, no existe una relación en la V2 según el nivel de acuerdo de los estudiantes.

En la Actitud en la clase de educación física (V3), no superaron el criterio de interpretación. Por lo tanto, no existe una relación en la V3 según el nivel de acuerdo de los estudiantes.

En los Hábitos de vida saludable (V1), las mujeres superaron el criterio de interpretación. Por lo tanto, existe una relación en la V1 según el nivel de acuerdo de las estudiantes.

En la Práctica de actividad física (V2), no superaron el criterio de interpretación. Por lo tanto, no existe una relación en la V2 según el nivel de acuerdo de las estudiantes.

En la Actitud en la clase de educación física (V3), no superaron el criterio de interpretación. Por lo tanto, no existe una relación en la V3 según el nivel de acuerdo de las estudiantes.

Los siguientes párrafos refieren a la correlación del problema:

Respecto a la correlación del problema, por parte de los hombres, se puede apreciar que no existe correlación entre los Hábitos de vida saludable (V1) y la Actitud en la clase de educación física (V3), obteniendo 0,2 y -0,3 de correlación respectivamente. Según lo mencionado por López (2011): “El estilo de vida es un conjunto de conductas que se van desarrollando a lo largo de la vida del ser humano a causa de la influencia de diversos ámbitos como lo son la familia, amigos y medios de comunicación, las cuales se expresan en la vida diaria del ser humano y por lo

tanto caracterizan la manera de vivir y de ser de toda persona” y lo mencionado por Sanabria (2007): “Un estilo de vida saludable está estrechamente relacionado con los siguientes aspectos: una dieta equilibrada, el mantenimiento del peso corporal, la práctica habitual de actividad física, y la abstención del consumo de alcohol y tabaco entre otros.”, se concluye que no existe relación entre las variables 1 y 3 del problema y la teoría.

Respecto a la correlación del problema, por parte de las mujeres, tampoco existe correlación entre la Práctica de actividad física (V2) y la Actitud en la clase de educación física (V3), obteniendo 0,2 y -0,06 de correlación respectivamente. Según lo mencionado por Vázquez (2001): “A pesar de ser el deporte un término polisémico, todas sus acepciones tienen en común al menos tres elementos: ejercicio físico (actividad motriz, dimensión corporal de la persona), juego (actividad lúdica, búsqueda del placer y la diversión) y agonismo (exigencia espontánea del ser humano de medirse con la naturaleza, con otros o consigo mismo.”, se concluye que existe relación entre las variables 2 y 3 del problema y la teoría debido a que el autor mencionado anteriormente, no relaciona la actividad física con la actitud en la clase de educación física.

Los siguientes párrafos refieren a las sugerencias:

Según el nivel más bajo obtenido, que pertenece a la variable de Práctica de actividad física, se sugiere investigar los motivos por el cual los y las jóvenes no realizan actividad física de manera regular como es esperado en personas de segundo año de enseñanza media para así obtener un mejor resultado en una futura investigación.

Respecto a las limitaciones frente a la realización de la investigación, se presentó un problema no menor que fue la toma de encuestas de opinión vía online, ya que pudo haber afectado en el interés y seriedad de los y las estudiantes frente a la investigación, lo que generó una dificultad para recopilar información en un principio.

También, el venir de un año entero en situación de pandemia, pudo haber influido en los bajos resultados obtenidos en las variables de Hábitos de vida saludable (V1) y Práctica de actividad física (V2), ya que es una situación

mentalmente difícil para los y las estudiantes, lo cual podría provocar el sedentarismo y despreocupación por la alimentación sana.

5. BIBLIOGRAFÍA

Aarón AM, Llanos MT. Cuidar a los que cuidan. Desgaste profesional y cuidado de los equipos que trabajan con violencia. *Sistemas Familiares* 2004; 20(1-2): 5-15

Cabrera, E. A. (2020). *Actividad física y efectos psicológicos del confinamiento por covid-19*. España.

Cancio-Bello, C. (2018). Programa psicoeducativo de autocuidado para mujeres con cáncer de mama en intervalo libre de enfermedad. (Tesis de Maestría). Facultad de Psicología Universidad de La Habana, Cuba.

Cantera, L.M. & Cantera, F.M. (2014, mayo). El autocuidado activo y su importancia para la Psicología Comunitaria. *Psico perspectivas*, 13 (2), 88-97.

Díaz B., F. y Hernández R., G. (1999). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. McGraw Hill, México, Pág. 2.

Diéguez Papí, J. (2007). Entrenamiento funcional en programa de fitness. p36

Diéguez Papí, J. (2007). Entrenamiento funcional en programa de fitness. p23

Diéguez Papí, J. (2007). Entrenamiento funcional en programa de fitness. p23

Eyzaguirre C., Francisca, Mericq G., Verónica, Ceresa O., Sergio, Youlton R., Ronald, & Zacarías S., José. (2005). Prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños que se controlan en pediatría ambulatoria en Clínica Las Condes. *Revista chilena de pediatría*, 76(2), 143-149. <https://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062005000200004>

Hernández Aguilar, B., Chávez Cevallos, C., de la Concepción Torres Marín, J., Torres Ramírez, A., Fleitas Díaz, I.M. (2017). Evaluación de un programa de actividad físico-recreativa para el bienestar físico-mental del adulto mayor.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación (6a. ed. --.). México D.F.: McGraw-Hill.

Herrera, J. y Zamora, N. (2014). *¿Sabemos realmente qué es la motivación?*. *Correo Científico Médico, Cuba*. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812014000100017

Ibarra Mora, J.; Ventura Vall-Llovera, C.; Hernández Mosqueira, C. (2019). Hábitos de vida saludable de actividad física, alimentación, sueño y consumo de tabaco y alcohol, en estudiantes adolescentes chilenos. DOI: <https://doi.org/10.17979/sportis.2019.5.1.3500>

Landa, S.U., Rovira, D.P., & López, S.M. (2004). *Actitudes: definición y medición. Componentes de la actitud. Modelo de acción razonada y acción planificada.*

Márquez-Villegas, Claudia; Álvarez-Zúñiga, Miguel Ángel y Rivera-Jara, Camila. Educación Física en tiempos de Pandemia. Chile. *Revista Observatorio del Deporte* Vol.: 6 núm. 3 (2020): 65-72.

Orem, D. E. (1995). *Nursing: Concepts of practice*. St Louis, Estados Unidos: Mosby.

Ortín Montero, F., Garcés de los Fayos Ruiz, E., & Olmedilla Zafra, A. (1988). *Influencia de los factores psicológicos en las lesiones deportivas*. Murcia.

Rebolledo, D.P. (2010). Autocuidado en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad del Bío Bío: un análisis según el Modelo de Autocuidado de Dorothea Orem. (Tesis de Pregrado). Facultad de Medicina, Universidad Austral de Chile, Chile.

Ruiz, F. (2000). Análisis diferencial de los comportamientos, motivaciones y demanda de actividades físico- deportivas del alumnado almeriense de enseñanza secundaria post-obligatoria y de la Universidad de Almería. Granada.

Sanabria, G. (s.f.). *El debate en torno a la Promoción de la Salud y la Educación para la Salud*.

Sánchez-Ojeda, María Angustias, & Luna-Bertos, Elvira De. (2015). Hábitos de vida saludable en la población universitaria. *Nutrición Hospitalaria*, 31(5), 1910-1919. <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2015.31.5.8608>

Vázquez, B. (2001). *Deporte y educación*. En B. Vázquez (coord.), O. Camerino, M. González, F. del Villar, J. Devís y P. Sosa. *Bases educativas de la actividad física y el deporte* (pp. 333-355). Madrid: Síntesis.

Vega, O. M., Suárez, J. & Acosta, S. (2015). Agencia de autocuidado en pacientes hipertensos del Hospital Erasmo Meoz. *Revista Colombiana de Enfermería*, 10 (10), 45-56..

Vidarte, J. (2011). *Actividad física: Estrategia de promoción de salud* <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a14.pdf>

SOLO USO ACADÉMICO

ANEXOS

1. Instrumento 1: Encuesta de opinión dirigida a estudiantes

Tabla de especificaciones

Instrumento

Análisis de consistencia

TVD de las variables, según dimensiones

Validación

1. Instrumento 1: Encuesta de opinión

Tabla de especificaciones

Dirigido a estudiantes de segundo año de enseñanza media.

Variable 1: Hábitos de vida saludable	Indicadores	Cantidad de afirmaciones	N° de afirmaciones	Afirmaciones de consistencia
D1. Formas de alimentación	1.1 Tipo de alimentación	4	1 21 41 58	2 42
	1.2 Frecuencia de alimentación diaria	4	2 22 42 59	
	1.3 Consumo de agua diaria	3	3 23 43	
D2. Autocuidado personal	2.1 Consumo de alcohol	3	4 24 44	7 47
	2.2 Consumo de tabaco	3	5 25 45	
	2.3 Hábitos de higiene	4	6 26 46 60	
	2.4 Horas de sueño	3	7 27 47	
D3. Cuidado frente a lesiones	3.1 Realización de calentamiento	2	8 28	
	3.2 Realización de actividades a baja intensidad	2	9 29	
	3.3 Realización de de elongación final	2	10 30	
Variable 2: Práctica de actividad física	Indicadores	Cantidad de afirmaciones	N° de afirmaciones	Afirmaciones de consistencia

D1. Maneras de realizar actividad física	1.1 Mediante actividades deportivas	3	11 31 48	
	1.2 Mediante actividades recreativas	3	12 32 49	
	1.3 Mediante entrenamiento funcional	3	13 33 50	13 50
D2. Lugar donde se realiza la actividad física	2.1 Casa	3	14 34 51	
	2.2 Parque	3	15 35 52	
	2.3 Gimnasio	3	16 36 53	
	2.4 Recinto deportivo	3	17 37 54	
D3. Frecuencia actividad física realizada según tipo	3.1 Frecuencia diaria	3	18 38 55	
	3.2 Frecuencia semanal	3	19 39 56	
	3.3 Frecuencia mensual	3	20 40 57	

Instrumento

Estimados estudiantes de segundo año de enseñanza media:

La presente encuesta de opinión tiene como objetivo conocer su opinión respecto de los hábitos de vida saludable y de la práctica de actividad física.

Sus respuestas serán anónimas y confidenciales; representando una gran ayuda para nuestra Tesina.

Muchas gracias por su colaboración.

Instrucciones:

Por favor marcar con una **X** su "nivel de acuerdo" con cada una de las afirmaciones propuestas, considerando que:

T.A: Totalmente de acuerdo

P.A: Parcialmente de acuerdo

P.D: Parcialmente en desacuerdo

T.D: Totalmente en desacuerdo

AFIRMACIONES:	T.A	P.A	P.D	T.D
1. Consumo alimentos altos en azúcar.				
2. Desayuno todos los días.				

3. Bebo agua después de realizar actividad física.				
4. Consumo alcohol al menos tres días a la semana.				
5. Consumo tabaco al menos tres días a la semana.				
6. Me lavo las manos después de ir al baño.				
7. Duermo menos de ocho horas al día.				
8. Realizo calentamiento previo a la actividad física.				
9. Siempre realizo actividades de baja intensidad al final de la actividad física.				
10. Realizo la elongación respectiva al final de la actividad física.				
11. Practico deporte diariamente.				
12. Practico actividades al aire libre cada semana.				
13. Practico actividad física funcional tres veces por semana.				
14. Realizo actividad física en casa.				
15. Realizo actividad física en algún parque.				
16. Realizo actividad física en un gimnasio.				
17. Realizo actividad física en un recinto deportivo.				
18. Hago actividad física una hora diaria.				
19. Hago actividad física al menos tres veces a la semana.				
20. Hago actividad física al menos diez veces al mes.				
21. Consumo alimentos altos en grasa saturadas.				
22. Almuerzo todos los días.				
23. Bebo ocho vasos de agua al día.				
24. Consumo alcohol en una oportunidad el fin de semana.				
25. Consumo tabaco una vez el fin de semana.				
26. Me lavo las manos antes de comer.				
27. Duermo siesta todos los días.				
28. Realizo movilidad articular durante el calentamiento.				

29. Las actividades físicas que elijo me ayudan a poder realizar el entrenamiento completo.				
30. Elongo los músculos que se trabajaron en la actividad física.				
31. Practico deportes con balón.				
32. Realizo actividades en el contexto con la naturaleza.				
33. Realizo ejercicios para el cuerpo completo al menos tres veces por semana.				
34. Tengo espacio adecuado para hacer actividad física en casa.				
35. Salgo con amigos/as a un parque o plaza a realizar actividad física.				
36. Me gusta o gustaría ir a un Gimnasio.				
37. Voy al menos una vez a la semana a un recinto deportivo (canchas, clubes, etc.)				
38. Cuando no había pandemia, iba caminando al colegio todos los días.				
39. Sin pandemia, caminaba al colegio al menos 2 veces por semana.				
40. Si pudiera, preferiría no ir caminando al colegio.				
41. Consumo vegetales en todas mis comidas.				
42. No desayuno todos los días.				
43. Bebo menos de ocho vasos de agua al día.				
44. Consumo alcohol dos días el fin de semana.				
45. Consumo tabaco dos días el fin de semana.				
46. Me ducho después de la clase de educación física.				
47. Duermo más de ocho horas al día.				
48. Practico deportes sin balón.				
49. Realizo juegos como actividades recreativas.				
50. No practico actividad física funcional ningún día a la semana.				
51. Con mi familia practicamos actividad física en casa todas las semanas.				
52. Con mi familia salimos a caminar a un parque al				

menos una vez a la semana.				
53. Con mi familia nos gustaría asistir a un gimnasio.				
54. Con mi familia vamos a algún recinto deportivo al menos una vez a la semana.				
55. Cuando no había pandemia, iba al colegio en bicicleta todos los días.				
56. Cuando no había pandemia, iba al colegio en bicicleta 1 o 2 días a la semana.				
57. Cuando no había pandemia, iba al colegio en bicicleta 2 o 3 días al mes.				
58. Consumo proteínas y carbohidratos al menos catorce días a la semana.				
59. Ceno todos los días.				
60. Me lavo las manos después de la clase de educación física.				

Análisis de consistencia

Estudiantes	Curso	Encuesta 1	Sexo	Cant. M	Cant. F	V1.D1 2-42	V1.D2 7-47	V2.D1 13-50
1	A	x	M	20	23	X		X
2	A	x	M			X	X	X
3	A	x	M			X	X	X
4	A	x	M			X		X
5	A	x	M			X		X
6	A	x	M			X	X	

7	A	x	M			X	X	X
8	A	x	M				X	
9	A	x	M			X	X	
10	A	x	M			X		X
11	A	x	F			X	X	X
12	A	x	F			X	X	
13	A	x	F			X		X
14	A	x	F				X	X
15	A	x	F					
16	A	x	F				X	X
17	A	x	F			X	X	
18	A	x	F			X		X
19	A	x	F			X	X	X
20	A	x	F					X

21	A	x	F			X	X	X
22	A	x	F			X		X
23	A	x	F			X		
24	A	x	F					
25	B	x	M					
26	B	x	M			X		X
27	B	x	M			X	X	X
28	B	x	M			X	X	
29	B	x	M			X	X	X
30	B	x	M			X		X
31	B	x	M			X	X	X
32	B	x	M					
33	B	x	M			X	X	X
34	B	x	M				X	X

35	B	x	M					
36	B	x	M			X	X	X
37	B	x	M				X	X
38	B	x	M					
39	B	x	F			X	X	X
40	B	x	F			X	X	
41	B	x	F			X	X	X
42	B	x	F				X	X
43	B	x	F			X		
44	B	x	F			X	X	X
45	B	x	F			X		
46	B	x	F			X	X	X
47	B	x	F			X	X	
48	B	x	F				X	X

49	B	x	F			X	X	X

x: Respondieron la encuesta.

X: Hay consistencia.

Color rojo: Faltó responder una encuesta.

Color negro: No hay consistencia.

Color verde: Hubo consistencia en todas las preguntas de consistencia.

TVD de las variables, según dimensiones

TVD Variable 1:

TVD N°1 "Formas de alimentación" (D1 según indicadores)																		
Fuente: Estudiantes de segundo año medio																		
	1.1 Tipo de alimentación						1.2 Frecuencia de alimentación diaria					1.3 Consumo de agua diaria						
Hombres	Afirmaciones						Afirmaciones					Afirmaciones				D1		
	1	21	41	58	T	T.E 16%	2	22	59	T	T.E 12%	3	23	43	T	T.E 12%	TOT	T.E 40%
Marchant Diego	3	3	4	4	14	87,5	3	4	4	11	91,7	4	3	3	10	83,3	35	87,5
Rodriguez Sebastian	3	2	2	3	10	62,5	4	2	3	9	75,0	4	3	3	10	83,3	29	72,5
Aguilera Vicente	3	2	3	1	9	56,3	2	4	1	7	58,3	3	1	4	8	66,7	24	60

Moll Pedro	3	3	4	4	14	87,5	2	4	3	9	75,0	4	2	4	10	83,3	33	82,5
Candia Maximiliano	3	2	3	2	10	62,5	2	4	2	8	66,7	4	4	2	10	83,3	28	70
Venegas Jhoan	3	3	4	4	14	87,5	2	4	2	8	66,7	4	1	2	7	58,3	29	72,5
Knockaert Edwards	3	3	2	3	11	68,8	3	4	2	9	75,0	4	4	1	9	75,0	29	72,5
Hermosilla Joaquin	4	3	3	4	14	87,5	1	4	3	8	66,7	4	2	4	10	83,3	32	80
Jaña Christian	3	2	4	2	11	68,8	2	4	3	9	75,0	3	1	3	7	58,3	27	67,5
Echeverria Ricardo	3	3	4	3	13	81,3	4	4	4	12	100,0	3	3	3	9	75,0	34	85
Nahuelfin Benjamin	2	2	4	4	12	75,0	2	3	4	9	75,0	4	4	1	9	75,0	30	75
Moreno Dylan	3	3	3	3	12	75,0	3	3	4	10	83,3	4	4	1	9	75,0	31	77,5
Castañeda Iñaky	3	2	3	3	11	68,8	4	4	4	12	100,0	3	3	4	10	83,3	33	82,5
Sosa Kevin	4	3	4	4	15	93,8	3	4	3	10	83,3	3	3	3	9	75,0	34	85
Rebolledo Matias	3	3	1	2	9	56,3	1	1	1	3	25,0	4	2	3	9	75,0	21	52,5
Urrutia Nicolas	4	4	3	2	13	81,3	1	3	2	6	50,0	3	1	1	5	41,7	24	60
Quintana Matias	2	2	3	3	10	62,5	4	4	2	10	83,3	4	4	1	9	75,0	29	72,5
Zuñiga Simon	2	3	3	3	11	68,8	4	4	2	10	83,3	4	4	1	9	75,0	30	75

Pasten Guillermo	3	3	3	2	11	68, 8	3	4	3	10	83,3	3	3	4	10	83, 3	31	77, 5
Ruiz Benjamin	2	3	3	3	11	68, 8	3	3	3	9	75,0	4	3	3	10	83, 3	30	75
Subtotal	59	54	63	59	5	23	53	71	55	9	17	73	55	51	9	17	593	
T.E	80	80	80	80	0	32	80	80	80	0	24	80	80	80	0	24	800	
%	73, 8	67, 5	78, 8	73, 8		73, 4	66, 3	88, 8	68, 8		74,6	91, 3	68, 8	63, 8		74, 6		74, 1
Mujeres	Afirmaciones						Afirmaciones						Afirmaciones				D1	
	1	21	41	58	T	T.E 16%	2	22	59	T	T.E 12%	3	23	43	T	T.E 12%	TOT	T.E 40%
Zambra Ignacia	4	3	2	3	12	75, 0	3	4	3	10	83,3	2	2	3	7	58, 3	29	72, 5
Ramirez Valentina	3	3	2	3	11	68, 8	3	4	1	1	8,3	4	1	4	9	75, 0	21	52, 5
Anabalon Constanz a	3	3	3	3	12	75, 0	4	4	4	12	100, 0	3	3	3	9	75, 0	33	82, 5
Ibarra Jessica	3	2	2	3	10	62, 5	3	3	4	10	83,3	4	2	3	9	75, 0	29	72, 5
Lobos Constanz a	3	2	3	2	10	62, 5	2	4	2	8	66,7	3	2	2	7	58, 3	25	62, 5
Garcia Fernanda	4	3	2	3	12	75, 0	2	2	2	6	50,0	2	2	2	6	50, 0	24	60
Rios Alexa	4	2	3	3	12	75, 0	2	3	3	8	66,7	3	2	3	8	66, 7	28	70
Mendez Noelia	4	4	2	3	13	81, 3	3	4	2	9	75,0	3	2	2	7	58, 3	29	72, 5
Rios Alondra	3	3	4	4	14	87, 5	3	4	3	10	83,3	3	3	2	8	66, 7	32	80

Bravo Adriana	3	3	3	2	11	68, 8	4	4	4	12	100, 0	3	3	3	9	75, 0	32	80
Mardone s Sofia	3	2	3	4	12	75, 0	4	3	2	9	75,0	4	4	2	10	83, 3	31	77, 5
Dotes Dharlyn	4	3	3	3	13	81, 3	4	4	3	11	91,7	2	2	2	6	50, 0	30	75
Rivas Camila	3	4	3	4	14	87, 5	4	4	3	11	91,7	4	4	2	10	83, 3	35	87, 5
Espinosa Antonia	2	2	4	3	11	68, 8	4	4	3	11	91,7	4	2	3	9	75, 0	31	77, 5
Lambert Dafne	3	3	3	3	12	75, 0	4	4	3	11	91,7	3	3	3	9	75, 0	32	80
Gaete Sofia	3	3	3	3	12	75, 0	3	4	2	9	75,0	4	3	2	9	75, 0	30	75
Ortiz Emilia	3	3	2	3	11	68, 8	3	4	3	10	83,3	4	2	3	9	75, 0	30	75
Salvo Emily	3	3	2	3	11	68, 8	3	4	4	11	91,7	3	3	1	7	58, 3	29	72, 5
Tello Esperanz a	3	3	4	3	13	81, 3	3	3	3	9	75,0	3	2	3	8	66, 7	30	75
Acevedo Maria	4	3	3	3	13	81, 3	2	3	1	6	50,0	3	3	2	8	66, 7	27	67, 5
Garrido Polet	3	3	2	3	11	68, 8	1	4	1	6	50,0	4	2	3	9	75, 0	26	65
Gonzalez Mia	3	1	3	3	10	62, 5	2	4	3	9	75,0	4	4	1	9	75, 0	28	70
Valdes Millaray	3	2	2	3	10	62, 5	4	4	4	12	100, 0	4	2	3	9	75, 0	31	77, 5
Subtotal	74	63	63	70	270		70	85	63	211		76	58	57	191		672	
T.E	92	92	92	92	368		92	92	92	276		92	92	92	276		920	

%	80,4	68,5	68,5	76,1	73,4	76,1	92,4	68,5	76,4	82,6	63,0	62,0	69,2	73,0
Total	133	117	126	129	50	123	156	118	39	149	113	108	37	126
Total esperado	172	172	172	172	68	172	172	172	51	172	172	172	51	172
%	77,3	68,0	73,3	75,0	73,4	71,5	90,7	68,6	75,6	86,6	65,7	62,8	71,7	73,5

TVD N°2 "Autocuidado personal" (D2 según indicadores)																				
Fuente: Estudiantes de segundo año medio																				
	2.1 Consumo de alcohol				2.2 Consumo de tabaco				2.3 Hábitos de higiene				2.4 Horas de sueño							
Hombres	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				D2			
	4	24	44	T	5	25	45	T	6	26	46	60	T	7	27	47	T	TO	T.E	
				T.E1				T					T				T	T	52	
				2%				12%					16%				12%		%	
Marchant Diego	4	4	4	12	10	0,0	4	4	4	12	100	0	4	4	4	4	6	100	75,0	94,2
Rodriguez Sebastian	4	4	4	12	10	0,0	4	4	4	12	100	0	4	4	4	4	6	100	58,3	90,4
Aguilera Vicente	4	4	4	12	10	0,0	4	4	4	12	100	0	3	1	2	1	7	43,8	50,0	71,2

Moll Pedro	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	3	4	4	1 5	93, 8	3	1	3	7	58, 3	46	88 ,5
Candia Maximiliano	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	3	1	3	2	9	56, 3	1	1	2	4	33, 3	37	71 ,2
Venegas Jhoan	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	4	4	6	100 ,0	3	1	1	5	41, 7	45	86 ,5
Knockaert Edwards	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	2	3	3	81, 3	4	1	2	7	58, 3	44	84 ,6
Hermosilla Joaquin	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	3	3	4	87, 5	2	2	1	5	41, 7	43	82 ,7
Jaña Christian	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	4	4	6	100 ,0	2	1	2	5	41, 7	45	86 ,5
Echeverria Ricardo	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	4	4	6	100 ,0	3	3	3	9	75, 0	49	94 ,2
Nahuel fin Benjamin	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	4	4	6	100 ,0	2	1	4	7	58, 3	47	90 ,4
Moreno Dylan	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	4	4	6	100 ,0	2	3	2	7	58, 3	47	90 ,4
Castañeda Iñaky	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	3	3	2	3	1	68, 8	1	2	4	7	58, 3	42	80 ,8
Sosa Kevin	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	4	4	6	100 ,0	3	2	2	7	58, 3	47	90 ,4
Rebolledo Matias	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	4	4	6	100 ,0	4	4	3	1	91, 7	51	98 ,1

Urrutia Nicola s	4	2	4	10	83, 3	4	4	4	12	100 ,0	4	4	4	4	1	100 ,0	4	1	1	6	50, 0	44	84 ,6
Quinta na Matias	3	2	3	8	66, 7	4	4	4	12	100 ,0	4	3	4	4	1	93, 8	4	2	3	9	75, 0	44	84 ,6
Zuñiga Simon	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	3	3	4	4	1	87, 5	1	1	4	6	50, 0	44	84 ,6
Pasten Guiller mo	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	3	4	4	4	1	93, 8	4	1	2	7	58, 3	46	88 ,5
Ruiz Benja min	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	4	3	4	1	93, 8	2	1	3	6	50, 0	45	86 ,5
Subtot al	79	76	79	4	23	80	80	80	0	24	75	70	71	72	8	2 8	56	31	50	7	1 3	89	
T.E	80	80	80	0	24	80	80	80	0	24	80	80	80	80	0	3 2	80	80	80	0	2 4	10	
%	98 ,8	95 ,0	98 ,8		97, 5	100 ,0	100 ,0	10 0,0		100	93 ,8	87 ,5	88 ,8	90 ,0		90	70 ,0	38 ,8	62 ,5		57, 1		86 ,4
Mujere s	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				D1						
	4	24	44	T	T.E 12%	5	25	45	T	T.E 12%	6	26	46	60	T	T.E 16%	7	27	47	T	T.E 12%	TO T	T.E 52 %
Zambr a Ignacia	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	2	3	3	1	75, 0	3	1	2	6	50, 0	42	80 ,8
Ramire z Valenti na	4	4	4	3	25, 0	4	4	4	3	25, 0	4	3	3	4	1	87, 5	3	2	2	7	58, 3	27	51 ,9
Anabal on	4	4	4	12	10 0,0	4	4	4	12	100 ,0	4	3	4	4	1	93, 8	2	2	2	6	50, 0	45	86 ,5

Gaete Sofia	3	2	3	8	66,7	4	4	4	12	100,0	3	3	4	2	2	1	75,0	3	2	2	7	58,3	39	75,0	
Ortiz Emilia	4	4	4	12	100,0	4	4	4	12	100,0	4	3	4	3	4	1	87,5	2	3	2	7	58,3	45	86,5	
Salvo Emily	4	4	4	12	100,0	4	4	4	12	100,0	3	3	3	4	3	1	81,3	2	3	3	8	66,7	45	86,5	
Tello Esperanza	4	4	4	12	100,0	4	4	4	12	100,0	4	4	4	4	6	1	100,0	3	2	3	8	66,7	48	92,3	
Acevedo Maria	4	3	4	11	91,7	4	4	4	12	100,0	4	4	3	4	5	1	93,8	3	1	2	6	50,0	44	84,6	
Garrido Polet	4	4	4	12	100,0	4	4	4	12	100,0	4	3	4	4	5	1	93,8	2	1	2	5	41,7	44	84,6	
Gonzalez Mia	3	3	4	10	83,3	4	4	4	12	100,0	4	3	4	3	4	1	87,5	3	3	3	9	75,0	45	86,5	
Valdes Millaray	4	4	4	12	100,0	4	4	4	12	100,0	2	2	1	3	8	50,0	4	2	1	7	58,3	39	75,0		
Subtotal	77	73	78	8	22	80	80	80	0	24	74	66	70	68	8	2	7	54	45	50	9	1	4	10	09
T.E	92	92	92	6	27	92	92	92	6	27	92	92	92	92	8	3	6	92	92	92	6	2	7	11	96
%	83,7	79,3	84,8	82,6	87,0	87,0	87,0	87,0	87,0	80,4	71,7	76,1	73,9	75,5	58,7	48,9	54,3	54,3	54,3	54,3	54,0	54,0	84,4	84,4	
Total	156	149	157	46	160	160	160	0	160	149	136	141	140	66	5	6	110	76	100	6	2	8	19	08	
Total esperado	172	172	172	6	172	172	172	6	172	172	172	172	172	8	6	8	172	172	172	6	5	1	22	36	

Aguilera Vicente	3	2	5	62,5	2	3	5	62,5	2	2	4	50	14	58,3
Moll Pedro	4	3	7	87,5	3	3	6	75	4	3	7	87,5	20	83,3
Candia Maximiliano	3	2	5	62,5	3	2	5	62,5	3	2	5	62,5	15	62,5
Venegas Jhoan	4	3	7	87,5	4	4	8	100	4	4	8	100	23	95,8
Knockaert Edwards	3	2	5	62,5	2	3	5	62,5	2	2	4	50	14	58,3
Hermosilla Joaquin	3	3	6	75	3	2	5	62,5	4	4	8	100	19	79,2
Jaña Christian	2	2	4	50	2	2	4	50	3	2	5	62,5	13	54,2
Echeverria Ricardo	3	3	6	75	3	3	6	75	3	2	5	62,5	17	70,8
Nahuelfin Benjamin	4	4	8	100	2	3	5	62,5	4	4	8	100	21	87,5
Moreno Dylan	3	3	6	75	2	3	5	62,5	3	3	6	75	17	70,8
Castañeda Iñaky	3	2	5	62,5	2	3	5	62,5	2	2	4	50	14	58,3
Sosa Kevin	3	4	7	87,5	2	3	5	62,5	3	4	7	87,5	19	79,2
Rebolledo Matias	3	2	5	62,5	2	1	3	37,5	2	1	3	37,5	11	45,8

Urrutia Nicolas	3	3	6	75	1	2	3	5	37,5	1	3	4	50	13	54,2
Quintana Matias	3	3	6	75	3	3	6	75		2	2	4	50	16	66,7
Zuñiga Simon	3	3	6	75	2	3	5	5	62,5	3	3	6	75	17	70,8
Pasten Guillermo	3	3	6	75	2	3	5	5	62,5	3	2	5	5	16	66,7
Ruiz Benjamin	3	3	6	75	2	3	5	5	62,5	3	3	6	75	17	70,8
Subtotal	63	55	8		48	57	5			58	54	2		33	5
T.E	80	80	0		80	80	0			80	80	0		48	0
%	78,8	68,8		73,8	60,0	71,3		65,6		72,5	67,5		70,0		69,8
Mujeres	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				D3		
	8	28	T	T.E %8	9	29	T	T.E %8	10	30	T	T.E %8	TO	T	T.E 24 %
Zambra Ignacia	2	2	4	50	2	2	4	50		2	2	4	50	12	50,0
Ramirez Valentina	4	3	7	87,5	1	1	2	25		1	1	2	25	11	45,8
Anabalon Constanza	2	3	5	62,5	4	3	7	87,5		4	2	6	75	18	75,0
Ibarra Jessica	4	3	7	87,5	3	3	6	75		3	3	6	75	19	79,2

Lobos Constanza	2	3	5	62, 5	3	3	6	75	3	3	6	75	17	70 ,8
Garcia Fernanda	3	3	6	75	3	2	5	62, 5	4	3	7	87, 5	18	75 ,0
Rios Alexa	2	3	5	62, 5	2	2	4	50	2	2	4	50	13	54 ,2
Mendez Noelia	3	3	6	75	4	3	7	87, 5	3	2	5	62, 5	18	75 ,0
Rios Alondra	1	1	2	25	3	3	6	75	1	1	2	25	10	41 ,7
Bravo Adriana	3	3	6	75	3	3	6	75	3	3	6	75	18	75 ,0
Mardone s Sofia	4	3	7	87, 5	3	2	5	62, 5	3	3	6	75	18	75 ,0
Dotes Dharlyn	3	3	6	75	4	4	8	10 0	4	4	8	10 0	22	91 ,7
Rivas Camila	3	2	5	62, 5	2	2	4	50	2	3	5	62, 5	14	58 ,3
Espino sa Antonia	4	4	8	10 0	3	4	7	87, 5	4	4	8	10 0	23	95 ,8
Lambert Dafne	4	3	7	87, 5	2	3	5	62, 5	3	3	6	75	18	75 ,0
Gaete Sofia	4	3	7	87, 5	3	3	6	75	3	3	6	75	19	79 ,2
Ortiz Emilia	2	2	4	50	2	3	5	62, 5	2	3	5	62, 5	14	58 ,3
Salvo Emily	3	4	7	87, 5	3	3	6	75	3	3	6	75	19	79 ,2
Tello Esperanza	2	3	5	62, 5	2	2	4	50	3	3	6	75	15	62 ,5

Acevedo Maria	2	2	4	50	2	2	4	50	1	2	3	37,5	11	45,8
Garrido Polet	3	2	5	62,5	2	2	4	50	3	3	6	75	15	62,5
Gonzalez Mia	4	3	7	87,5	2	3	5	62,5	2	3	5	62,5	17	70,8
Valdes Millaray	3	3	6	75	3	4	7	87,5	2	3	5	62,5	18	75,0
Subtotal	59	56	5	11	54	56	0	11	54	57	1	11	37	7
T.E	92	92	4	18	92	92	4	18	92	92	4	18	55	2
%	64,1	60,9	62,5	58,7	60,9	59,8	58,7	62,0	60,3	68,3				
Total	122	111	3	21	102	113	5	21	112	11	22	3	71	2
Total esperado	172	172	4	34	172	172	4	34	172	17	34	4	10	32
%	70,9	64,5	67,7	59,3	65,7	62,5	65,1	64,5	64,8	69,0				

TVD N°4						
Habitos de vida saludable (V1)						
Hombres						

Unidad de análisis	D1 40	TE	D2 52	TE	D3 24	TE	Total V1	%TE 116
Marchant Diego		35		49		19	103	88,8
Rodriguez Sebastian		29		47		20	96	82,8
Aguilera Vicente		24		37		14	75	64,7
Moll Pedro		33		46		20	99	85,3
Candia Maximiliano		28		37		15	80	69,0
Venegas Jhoan		29		45		23	97	83,6
Knockaert Edwards		29		44		14	87	75,0
Hermosilla Joaquin		32		43		19	94	81,0
Jaña Christian		27		45		13	85	73,3
Echeverria Ricardo		34		49		17	100	86,2
Nahuelfin Benjamin		30		47		21	98	84,5
Moreno Dylan		31		47		17	95	81,9
Castañeda Iñaky		33		42		14	89	76,7
Sosa Kevin		34		47		19	100	86,2
Rebolledo Matias		21		51		11	83	71,6
Urrutia Nicolas		24		44		13	81	69,8

Quintana Matias	29	44	16	89	76,7
Zuñiga Simon	30	44	17	91	78,4
Pasten Guillermo	31	46	16	93	80,2
Ruiz Benjamin	30	45	17	92	79,3
Subtotal	593	899	335	1827	
TE	800	1040	480	2320	
%	74,1	86,4	69,8		78,75
Mujeres					
Zambra Ignacia	29	42	12	83	71,6
Ramirez Valentina	21	27	11	59	50,9
Anabalon Constanza	33	45	18	96	82,8
Ibarra Jessica	29	44	19	92	79,3
Lobos Constanza	25	43	17	85	73,3
Garcia Fernanda	24	47	18	89	76,7
Rios Alexa	28	47	13	88	75,9
Mendez Noelia	29	43	18	90	77,6
Rios Alondra	32	49	10	91	78,4
Bravo Adriana	32	46	18	96	82,8

Mardones Sofia	31	45	18	94	81,0
Dotes Dharlyn	30	50	22	102	87,9
Rivas Camila	35	43	14	92	79,3
Espinosa Antonia	31	43	23	97	83,6
Lambert Dafne	32	46	18	96	82,8
Gaete Sofia	30	39	19	88	75,9
Ortiz Emilia	30	45	14	89	76,7
Salvo Emily	29	45	19	93	80,2
Tello Esperanza	30	48	15	93	80,2
Acevedo Maria	27	44	11	82	70,7
Garrido Polet	26	44	15	85	73,3
Gonzalez Mia	28	45	17	90	77,6
Valdes Millaray	31	39	18	88	75,9
Subtotal	672	1009	377	2058	
TE	920	1196	552	2668	
%	73,0	84,4	68,3		77,1
	D1	D2	D3	Total	%
Total	1265	1908	712	3885	
TE	1720	2236	1032	4988	

%	73,5	85,3	69,0		77,9
---	------	------	------	--	------

TVD Variable 2

TVD N°5"Maneras de realizar actividad física" (D1 según indicadores)																	
Fuente: Estudiantes de segundo año medio																	
	1.1 Mediante actividades deportivas					1.2 Mediante actividades recreativas					1.3 Mediante entrenamiento funcional						
Hombres	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones						D1
	11	31	48	T	T.E 12%	12	32	49	T	T.E 12%	13	33	50	T	T.E 12%	TO T	T.E 36%
Marchant Diego	3	4	3	10	83,3	3	4	2	9	75,0	2	4	1	7	58,3	26	72,2
Rodriguez Sebastian	4	1	4	9	75,0	2	1	1	4	33,3	4	4	1	9	75,0	22	61,1
Aguilera Vicente	1	1	2	4	33,3	1	1	1	3	25,0	1	1	4	6	50,0	13	36,1
Moll Pedro	2	3	2	7	58,3	2	2	3	7	58,3	2	1	4	7	58,3	21	58,3
Candia Maximiliano	2	1	3	6	50,0	2	1	2	5	41,7	3	1	2	6	50,0	17	47,2
Venegas Jhoan	1	4	2	7	58,3	1	1	2	4	33,3	1	1	1	3	25,0	14	38,9
Knockaert Edwards	2	2	3	7	58,3	2	1	2	5	41,7	2	2	2	6	50,0	18	50,0
Hermosilla Joaquin	1	1	3	5	41,7	2	2	3	7	58,3	1	1	2	4	33,3	16	44,4

Jaña Christian	1	1	3	5	41,7	2	4	2	8	66,7	2	1	2	5	41,7	18	0
Echeverría Ricardo	3	3	3	9	75,0	3	3	2	8	66,7	2	2	3	7	58,3	24	7
Nahuelfin Benjamin	3	4	3	10	83,3	2	4	4	10	83,3	4	3	1	8	66,7	28	8
Moreno Dylan	1	1	4	6	50,0	1	1	3	5	41,7	1	1	4	6	50,0	17	2
Castañeda Iñaky	2	3	2	7	58,3	2	1	1	4	33,3	2	1	2	5	41,7	16	4
Sosa Kevin	3	3	3	9	75,0	3	3	3	9	75,0	4	3	1	8	66,7	26	2
Rebolledo Matias	1	1	1	3	25,0	1	1	1	3	25,0	1	1	4	6	50,0	12	3
Urrutia Nicolas	1	1	1	3	25,0	2	2	1	5	41,7	1	1	3	5	41,7	13	1
Quintana Matias	2	1	4	7	58,3	2	3	3	8	66,7	2	2	2	6	50,0	21	3
Zuñiga Simon	4	4	4	12	100,0	4	2	4	10	83,3	4	4	1	9	75,0	31	1
Pasten Guillermo	2	4	1	7	58,3	3	1	3	7	58,3	2	3	2	7	58,3	21	3
Ruiz Benjamin	2	1	1	4	33,3	2	2	3	7	58,3	2	3	2	7	58,3	18	0
Subtotal	41	44	52	7	13	42	40	46	8	12	43	40	44	7	12	39	2
T.E	80	80	80	0	24	80	80	80	0	24	80	80	80	0	24	72	0
%	51,3	55,0	65,0		57,1	52,5	50,0	57,5		53,3	53,8	50,0	55,0		52,9		54,4
Mujeres	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				D1				
Zambra Ignacia	2	1	3	6	50,0	2	2	2	6	50,0	1	1	3	5	41,7	17	2

Ramirez Valentina	1	2	2	5	41, 7	1	1	1	3	25, 0	1	1	4	6	50, 0	14	38, 9
Anabalon Constanza	2	4	1	7	58, 3	1	3	2	6	50, 0	1	1	2	4	33, 3	17	47, 2
Ibarra Jessica	4	4	2	10	83, 3	4	2	3	9	75, 0	4	3	1	8	66, 7	27	75, 0
Lobos Constanza	3	4	1	8	66, 7	2	1	2	5	41, 7	3	3	1	7	58, 3	20	55, 6
Garcia Fernanda	2	3	1	6	50, 0	2	3	3	8	66, 7	2	1	1	4	33, 3	18	50, 0
Rios Alexa	1	2	2	5	41, 7	1	1	3	5	41, 7	1	2	3	6	50, 0	16	44, 4
Mendez Noelia	3	2	2	7	58, 3	1	1	1	3	25, 0	3	3	1	7	58, 3	17	47, 2
Rios Alondra	3	3	2	8	66, 7	1	1	3	5	41, 7	3	3	1	7	58, 3	20	55, 6
Bravo Adriana	2	4	1	7	58, 3	1	1	3	5	41, 7	2	2	1	5	41, 7	17	47, 2
Mardones Sofia	2	1	1	4	33, 3	3	1	3	7	58, 3	1	1	3	5	41, 7	16	44, 4
Dotes Dharlyn	3	4	4	11	91, 7	2	1	3	6	50, 0	2	3	1	6	50, 0	23	63, 9
Rivas Camila	2	4	4	10	83, 3	3	4	4	11	91, 7	2	2	1	5	41, 7	26	72, 2
Espinosa Antonia	3	4	3	10	83, 3	4	3	4	11	91, 7	3	2	3	8	66, 7	29	80, 6
Lambert Dafne	3	1	4	8	66, 7	2	2	2	6	50, 0	4	4	1	9	75, 0	23	63, 9
Gaete Sofia	3	4	4	11	91, 7	3	3	3	9	75, 0	3	3	1	7	58, 3	27	75, 0
Ortiz Emilia	2	3	3	8	66, 7	2	2	1	5	41, 7	2	3	2	7	58, 3	20	55, 6

Salvo Emily	2	1	3	6	50,	0	2	2	2	6	50,	0	2	1	3	6	50,	0	18	0
Tello Esperanza	3	4	4	11	91,	7	3	3	3	9	75,	0	2	2	3	7	58,	3	27	0
Acevedo Maria	1	3	2	6	50,	0	1	2	2	5	41,	7	2	2	4	8	66,	7	19	8
Garrido Polet	1	1	1	3	25,	0	1	1	1	3	25,	0	2	2	2	6	50,	0	12	3
Gonzalez Mia	2	3	3	8	66,	7	2	1	3	6	50,	0	1	1	2	4	33,	3	18	0
Valdes Millaray	2	1	2	5	41,	7	2	3	3	8	66,	7	2	3	2	7	58,	3	20	6
Subtotal	52	63	55	17			46	44	57	7	14		49	49	46	4			46	
T.E	92	92	92	27			92	92	92	6	27		92	92	92	6			82	
%	56,	68,	59,		61,	50,	47,	62,		53,			53,	53,	50,		52,			55,
	5	5	8		6	0	8	0		3			3	3	0		2			7
Total	93	10	10	30			88	84	3	5			92	89	90	1			85	
Total esperado	17	17	17	51			17	17	17	51			17	17	17	51			15	
	2	2	2	6			2	2	2	6			2	2	2	6			48	
%	54,	62,	62,		59,	51,	48,	59,		53,			53,	51,	52,		52,			55,
	1	2	2		5	2	8	9		3			5	7	3		5			1

TVD N°6 "Lugar donde se realiza actividad física"																				
(D2 según indicadores)																				
						Fuente: Estudiantes de														
						segundo año medio														
	2.1 Casa				2.2 Parque				2.3 Gimnasio				2.4 Recinto deportivo				D2			

Hombres	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones											
	14	34	51	T	T.E 12 %	15	35	52	T	T.E 12 %	16	36	53	T	T.E 12 %	17	37	54	T	T.E 12 %	TOT	T.E 48%
Marchant Diego	2	2	3	7	58,3	2	4	1	7	58,3	1	4	4	9	75,0	1	4	2	7	58,3	30	62,5
Rodriguez Sebastian	4	4	1	9	75,0	1	1	3	5	41,7	1	4	1	6	50,0	1	1	1	3	30,0	23	47,9
Aguilera Vicente	1	3	1	5	41,7	1	1	1	3	30,0	1	4	3	8	66,7	1	1	1	3	30,0	19	39,6
Moll Pedro	2	3	1	6	50,0	2	2	1	5	41,7	1	4	1	6	50,0	1	1	1	3	30,0	20	41,7
Candia Maximiliano	3	2	1	6	50,0	1	1	1	3	30,0	1	2	2	5	41,7	1	1	1	3	30,0	17	35,4
Venegas Jhoan	4	4	1	9	75,0	1	1	1	3	30,0	1	1	1	3	30,0	4	1	1	6	50,0	21	43,8
Knockaert Edwards	2	3	2	7	58,3	1	1	1	3	30,0	1	1	2	4	33,3	1	1	1	3	30,0	17	35,4
Hermosilla Joaquin	2	4	1	7	58,3	1	1	1	3	30,0	1	3	2	6	50,0	1	1	1	3	30,0	19	39,6
Jaña Christian	1	4	1	6	50,0	1	1	3	5	41,7	1	3	1	5	41,7	2	1	3	6	50,0	22	45,8
Echeverria Ricardo	3	4	2	9	75,0	3	2	3	8	66,7	3	3	2	8	66,7	2	2	2	6	50,0	31	64,6
Nahuelfin Benjamin	4	4	3	11	91,7	1	1	1	3	30,0	1	2	1	4	33,3	1	1	1	3	30,0	21	43,8

Moreno Dylan	1	2	1	4	33	,3	1	1	1	3	25	,0	1	3	3	7	58	,3	1	1	1	3	25	,0	17	35,4
Castañeda Iñaky	2	2	1	5	41	,7	1	1	1	3	25	,0	1	4	1	6	50	,0	1	1	1	3	25	,0	17	35,4
Sosa Kevin	3	3	1	7	58	,3	2	2	2	6	50	,0	1	4	2	7	58	,3	1	1	2	4	33	,3	24	50,0
Rebollo Matias	1	4	1	6	50	,0	1	1	1	3	25	,0	1	4	1	6	50	,0	1	1	1	3	25	,0	18	37,5
Urrutia Nicolas	2	2	1	5	41	,7	1	1	2	4	33	,3	1	1	1	3	25	,0	1	1	1	3	25	,0	15	31,3
Quintana Matias	3	2	1	6	50	,0	1	2	1	4	33	,3	1	3	1	5	41	,7	1	1	1	3	25	,0	18	37,5
Zuñiga Simon	4	4	1	9	75	,0	3	4	1	8	66	,7	3	4	1	8	66	,7	4	4	1	9	75	,0	34	70,8
Pasten Guillermo	3	4	1	8	66	,7	1	1	3	5	41	,7	1	3	2	6	50	,0	1	1	1	3	25	,0	22	45,8
Ruiz Benjamin	3	3	1	7	58	,3	2	1	1	4	33	,3	1	3	1	5	41	,7	1	1	1	3	25	,0	19	39,6
Subtotal	50	63	26	9	13		28	30	30	88		24	60	33	7	11		28	27	25	80		424			
T.E	80	80	80	0	24		80	80	80	0	24		80	80	80	0	24		80	80	80	0	24		960	
%	62	78	32		57	,9	35	37	37		36	,7	30	75	41		48	,8	35	33	31		33	,3	44,2	
Mujeres	Afirmaciones				Afirmaciones								Afirmaciones				D2									
	14	34	51	T	T.E 12 %	15	35	52	T	T.E 12 %	16	36	53	T	T.E 12 %	17	37	54	T	T.E 12 %	TOT	T.E 48%				
Zambra Ignacia	1	2	1	4	33	,3	1	1	1	3	25	,0	1	2	2	5	41	,7	1	1	1	3	25	,0	15	31,3
Ramirez Valentina	1	2	1	4	33	,3	1	1	1	3	25	,0	1	2	1	4	33	,3	1	1	1	3	25	,0	14	29,2

Anabalón Constanza	2	4	1	7	58,3	3	2	2	7	58,3	1	4	3	8	66,7	3	2	2	7	58,3	29	60,4
Ibarra Jessica	4	3	1	8	66,7	2	2	2	6	50,0	4	4	4	12	100,0	3	4	2	9	75,0	35	72,9
Lobos Constanza	3	4	2	9	75,0	2	1	1	4	33,3	1	4	2	7	58,3	1	3	1	5	41,7	25	52,1
García Fernanda	1	1	1	3	25,0	3	4	1	8	66,7	1	4	4	9	75,0	1	1	1	3	25,0	23	47,9
Ríos Alexa	2	1	1	4	33,3	1	1	1	3	25,0	1	4	1	6	50,0	1	2	1	4	33,3	17	35,4
Méndez Noelia	3	3	3	9	75,0	1	1	1	3	25,0	2	3	2	7	58,3	1	1	1	3	25,0	22	45,8
Ríos Alondra	4	2	4	10	83,3	1	1	1	3	25,0	2	4	4	10	83,3	1	2	1	4	33,3	27	56,3
Bravo Adriana	3	3	2	8	66,7	1	2	2	5	41,7	1	4	2	7	58,3	1	3	1	5	41,7	25	52,1
Mardones Sofía	1	3	1	5	41,7	1	1	3	5	41,7	1	3	3	7	58,3	1	1	1	3	25,0	20	41,7
Dotes Dharlyn	4	4	3	11	91,7	3	2	1	6	50,0	1	4	4	9	75,0	1	1	2	4	33,3	30	62,5
Rivas Camila	4	3	1	8	66,7	2	1	1	4	33,3	1	4	3	8	66,7	2	2	1	5	41,7	25	52,1
Espinosa Antonia	3	4	2	9	75,0	2	3	1	6	50,0	4	4	1	9	75,0	3	2	1	6	50,0	30	62,5
Lambert Dafne	4	4	2	10	83,3	2	1	3	6	50,0	1	1	1	3	25,0	1	1	1	3	25,0	22	45,8
Gaete Sofía	3	3	2	8	66,7	2	2	1	5	41,7	1	4	3	8	66,7	1	3	1	5	41,7	26	54,2

Sosa Kevin	4	4	1	9	75, 0	3	4	1	8	66, 7	3	3	1	7	58, 3			24	7
Rebolledo Matias	1	2	1	4	33, 3	1	1	1	3	25, 0	1	2	1	4	33, 3			11	6
Urrutia Nicolas	2	2	1	5	41, 7	1	4	1	6	50, 0	2	3	1	6	50, 0			17	2
Quintana Matias	2	4	1	7	58, 3	1	2	1	4	33, 3	3	1	1	5	41, 7			16	4
Zuñiga Simon	4	2	1	7	58, 3	4	3	1	8	66, 7	3	3	1	7	58, 3			22	1
Pasten Guillermo	3	4	1	8	66, 7	3	4	1	8	66, 7	3	2	1	6	50, 0			22	1
Ruiz Benjamin	3	3	1	7	58, 3	3	4	1	8	66, 7	3	2	1	6	50, 0			21	3
Subtotal	47	64	24	135		42	68	25	135		47	34	23	104				374	
T.E	80	80	80	240		80	80	80	240		80	80	80	240				720	
%	58, 8	80, 0	30, 0		56, 3	52, 5	85, 0	31, 3		56, 3	58, 8	42, 5	28, 8		43, 3				51, 9
Mujeres	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones							D3			
Zambra Ignacia	1	1	1	3	25, 0	1	1	1	3	25, 0	1	2	1	4	33, 3			10	8
Ramirez Valentina	1	4	1	6	50, 0	1	4	1	6	50, 0	1	3	1	5	41, 7			17	2
Anabalon Constanza	1	1	1	3	25, 0	2	1	1	4	33, 3	1	1	1	3	25, 0			10	8
Ibarra Jessica	4	4	1	9	75, 0	4	4	1	9	75, 0	4	1	1	6	50, 0			24	7
Lobos Constanza	1	3	1	5	41, 7	3	4	1	8	66, 7	3	2	1	6	50, 0			19	8
Garcia Fernanda	1	4	1	6	50, 0	1	4	1	6	50, 0	1	1	1	3	25, 0			15	7
Rios Alexa	1	3	1	5	41, 7	1	4	1	6	50, 0	1	1	1	3	25, 0			14	9

Mendez					66,					41,					58,				55,
Noelia	3	4	1	8	7	3	1	1	5	7	2	1	4	7	3			20	6
Rios					58,					66,					41,				55,
Alondra	2	4	1	7	3	3	4	1	8	7	3	1	1	5	7			20	6
Bravo					33,					33,					50,				38,
Adriana	2	1	1	4	3	2	1	1	4	3	1	4	1	6	0			14	9
Mardones					41,					50,					41,				44,
Sofia	1	3	1	5	7	1	4	1	6	0	2	2	1	5	7			16	4
Dotes					50,					41,					58,				50,
Dharlyn	4	1	1	6	0	3	1	1	5	7	4	2	1	7	3			18	0
Rivas					75,					75,					75,				75,
Camila	4	4	1	9	0	4	4	1	9	0	4	4	1	9	0			27	0
Espinosa					25,					41,					66,				44,
Antonia	1	1	1	3	0	3	1	1	5	7	4	3	1	8	7			16	4
Lambert					33,					50,					58,				47,
Dafne	2	1	1	4	3	4	1	1	6	0	3	3	1	7	3			17	2
Gaete					75,					83,					50,				69,
Sofia	2	4	3	9	0	3	4	3	10	3	3	1	2	6	0			25	4
Ortiz					58,					58,					50,				55,
Emilia	3	3	1	7	3	2	4	1	7	3	3	2	1	6	0			20	6
Salvo					41,					33,					33,				36,
Emily	2	2	1	5	7	1	2	1	4	3	2	1	1	4	3			13	1
Tello					58,					58,					50,				55,
Esperanza	3	3	1	7	3	2	4	1	7	3	3	2	1	6	0			20	6
Acevedo					41,					41,					33,				38,
Maria	1	3	1	5	7	1	3	1	5	7	1	2	1	4	3			14	9
Garrido					41,					41,					41,				41,
Polet	2	2	1	5	7	1	3	1	5	7	2	2	1	5	7			15	7
Gonzalez					33,					25,					41,				33,
Mia	1	1	2	4	3	1	1	1	3	0	3	1	1	5	7			12	3
Valdes					50,					58,					41,				50,
Millaray	2	3	1	6	0	2	4	1	7	3	2	2	1	5	7			18	0
Subtotal	45	60	26	131		49	64	25	138		54	44	131	125				394	
T.E	92	92	92	276		92	92	92	276		92	92	92	276				828	

%	48,9	65,2	28,3	47,5	53,3	69,6	27,2	50,0	58,7	47,8	142,4	45,3				47,6
Total	92	124	50	266	91	132	50	273	101	78	154	229				768
Total esperado	172	172	172	516	172	172	172	516	172	172	172	516				1548
%	53,5	72,1	29,1	51,6	52,9	76,7	29,1	52,9	58,7	45,3	89,5	44,4				49,6

TVD N°8 Práctica de actividad física (V2) Hombres					
Unidad de análisis	D1 TE 36	D2 TE 48	D3 TE 36	Total V2	%TE 120
Marchant Diego	26	30	22	78	65,0
Rodriguez Sebastian	22	23	24	69	57,5
Aguilera Vicente	13	19	15	47	39,2
Moll Pedro	21	20	15	56	46,7
Candia Maximiliano	17	17	19	53	44,2
Venegas Jhoan	14	21	16	51	42,5
Knockaert Edwards	18	17	20	55	45,8
Hermosilla Joaquin	16	19	14	49	40,8
Jaña Christian	18	22	9	49	40,8
Echeverria Ricardo	24	31	25	80	66,7
Nahuelfin Benjamin	28	21	27	76	63,3
Moreno Dylan	17	17	17	51	42,5
Castañeda Iñaky	16	17	18	51	42,5
Sosa Kevin	26	24	24	74	61,7
Rebolledo Matias	12	18	11	41	34,2
Urrutia Nicolas	13	15	17	45	37,5
Quintana Matias	21	18	16	55	45,8
Zuñiga Simon	31	34	22	87	72,5
Pasten Guillermo	21	22	22	65	54,2

Ruiz Benjamin	18	19	21	58	48,3
Tot	392	424	374	1190	
TE	720	960	720	2400	
%	54,4	44,2	51,9		49,6
Mujeres					
Zambra Ignacia	17	15	10	42	35,0
Ramirez Valentina	14	14	17	45	37,5
Anabalon Constanza	17	29	10	56	46,7
Ibarra Jessica	27	35	24	86	71,7
Lobos Constanza	20	25	19	64	53,3
Garcia Fernanda	18	23	15	56	46,7
Rios Alexa	16	17	14	47	39,2
Mendez Noelia	17	22	20	59	49,2
Rios Alondra	20	27	20	67	55,8
Bravo Adriana	17	25	14	56	46,7
Mardones Sofia	16	20	16	52	43,3
Dotes Dharlyn	23	30	18	71	59,2
Rivas Camila	26	25	27	78	65,0
Espinosa Antonia	29	30	16	75	62,5
Lambert Dafne	23	22	17	62	51,7
Gaete Sofia	27	26	25	78	65,0
Ortiz Emilia	20	25	20	65	54,2
Salvo Emily	18	17	13	48	40,0
Tello Esperanza	27	26	20	73	60,8
Acevedo Maria	19	21	14	54	45,0
Garrido Polet	12	16	15	43	35,8
Gonzalez Mia	18	30	12	60	50,0
Valdes Millaray	20	23	18	61	50,8
Tot	461	543	394	1398	
TE	828	1104	828	2760	
%	55,7	49,2	47,6		50,7
	D1	D2	D3	Totalv2	%

Total	853	967	768	2588	
TE	1548	2064	1548	5160	
%	55,1	46,9	49,6		50,2

Validación


Constancia de Validación por Juicio Experto

Yo, Guillermo Cortés Roco, *Doctor en Physical Education, Health and Physical Activity*, y Académico/a de la Universidad Mayor, dejo constancia de la validación del(los) instrumento(s) adjuntado(s) para la investigación Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física, conducente a lograr el grado de Licenciatura en Educación de la carrera de *Pedagogía en educación física, deportes y recreación, para educación básica y media*.

Criterio de validación	Validado	Validado con observaciones	Deficiente
Congruencia del instrumento con los objetivos propuestos.	x		
Pertinencia del instrumento para responder las preguntas de investigación/hipótesis.	x		
Claridad y precisión en las instrucciones.	x		

Claridad y precisión de preguntas o ítems.	x		
Lenguaje adecuado para la población de estudio.	x		
Ortografía y redacción.	x		

FECHA: 24 – 06 - 2021



Firma de validador(a) experto(a)

SOLO USO ACADÉMICO

2. Instrumento 2: Encuesta de opinión dirigida a estudiantes

Tabla de especificaciones

Instrumento

Análisis de consistencia

TVD de las variables, según dimensiones

Validación

2. Instrumento 2: Encuesta de opinión

Tabla de especificaciones

Dirigido a estudiantes de segundo año de enseñanza media.

Variable 3: Actitud en la clase de educación física	Indicadores	Cantidad de afirmaciones	N° de afirmaciones	Afirmaciones de consistencia
D1. Actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física.	1.1 Frente a las actividades individuales	3	1 11 21	2 22
	1.2 Frente a actividades en sala de clases	3	2 12 22	
	1.3 Frente actividades al aire libre	3	3 13 23	
	1.4 Frente a las actividades grupales	3	4 14 24	
D2. Actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase	2.1 Puntualidad	3	5 15 25	
	2.2 Asistencia	3	6 16 26	
	2.3 Participación en clases	3	7 17 27	
D3. Actitud frente al docente	3.1 Colaboración con el o la profesora	3	8 18 28	10 3054
	3.2 Participación en las actividades dadas por el o la profesora	3	9 19 29	
	3.3 Atención en la explicación de actividades y contenidos expuestos por el o la profesor/a	3	10 20 30	

Instrumento

Estimados estudiantes de segundo año de enseñanza media:

La presente encuesta de opinión tiene como objetivo conocer su opinión respecto de las actitudes frente a la clase de educación física.

Sus respuestas serán anónimas y confidenciales; representando una gran ayuda para nuestra Tesina.

Muchas gracias por su colaboración.

Instrucciones:

Por favor marcar con una **X** su “nivel de acuerdo” con cada una de las afirmaciones propuestas, considerando que:

T.A: Totalmente de acuerdo

P.A: Parcialmente de acuerdo

P.D: Parcialmente en desacuerdo

T.D: Totalmente en desacuerdo

AFIRMACIONES:	T.A	P.A	P.D	T.D
1. Me siento cómodo realizando actividades individuales en la clase de educación física.				
2. Me gusta quedarme el mayor tiempo posible en la sala de clases cuando la educación física se realiza en sala.				
3. Me fascina realizar actividades de educación física al aire libre.				
4. Me gusta trabajar en equipo en educación física.				
5. Soy impuntual al llegar a la clase de educación física.				
6. Asisto a todas las clases de educación física.				
7. Participo activamente en las clases de educación física.				
8. Ayudo con los materiales de la clase al profesor o profesora de educación física.				
9. Participo de buena gana en las actividades dadas por el profesor o profesora de educación física.				
10. Escucho atentamente lo que explica el profesor o profesora de educación física.				
11. Me molesta que las actividades individuales en la clase de educación física, sean muy exigentes.				

12. Me aburre escuchar al profesor o profesora de educación física en la sala de clases.				
13. Me siento con más ánimo cuando hacemos actividades de educación física al aire libre.				
14. Me resulta más fácil trabajar con mis compañeros y compañeras en las clases de educación física.				
15. Entrego los trabajos de educación física a tiempo.				
16. No me importa si asisto o no a la clase de educación física.				
17. Le hago preguntas al profesor o profesora de educación física cuando tengo una duda.				
18. Colaboro con lo que el profesor o profesora de educación física me pide.				
19. Me gustan las actividades que da el profesor o profesora de educación física.				
20. Guardo silencio cuando el profesor o profesora de educación física explica las actividades de la clase.				
21. Me siento solo cuando hay actividades individuales en la clase de educación física.				
22. Quiero salir lo más pronto posible de la sala de clases cuando la clase de educación física se realiza en sala.				
23. Prefiero las actividades de educación física al aire libre.				
24. Me agobia trabajar con tantas personas en la clase de educación física.				
25. Soy puntual para llegar al camarín a cambiarme de ropa después de la clase de educación física.				
26. Invento excusas para no realizar la clase de educación física.				
27. Prefiero no participar de la clase de educación física.				
28. Guardo silencio cuando el profesor o profesora de educación física explica los contenidos.				
29. Me quedo sentado sin hacer ninguna actividad de educación física dada por el profesor o profesora.				
30. No presto atención a lo que explica el profesor o profesora de educación física.				

Análisis de consistencia

Estudiantes	Curso	Encuesta 2	Sexo	Cant. M	Cant. F	V3.D1 2-22	V3.D3 10-30
1	A	x	M	20	23		X
2	A	x	M			X	X
3	A	x	M			X	X
4	A	x	M			X	X
5	A	x	M			X	X
6	A	x	M			X	X
7	A	x	M			X	X
8	A	x	M			X	X
9	A	x	M			X	X
10	A	x	M			X	X
11	A	x	F			X	X
12	A	x	F				X
13	A	x	F			X	X

14	A	x	F			X	X
15	A		F				
16	A	x	F			X	X
17	A	x	F				X
18	A	x	F			X	X
19	A	x	F			X	X
20	A	x	F			X	X
21	A	x	F				X
22	A	x	F			X	X
23	A	x	F				X
24	A		F				
25	B		M				
26	B	x	M			X	X
27	B	x	M			X	X

28	B	x	M			X	X
29	B	x	M			X	X
30	B	x	M			X	X
31	B	x	M			X	X
32	B		M				
33	B	x	M				X
34	B	x	M			X	X
35	B		M				
36	B	x	M			X	X
37	B	x	M				X
38	B		M				
39	B	x	F				X
40	B	x	F				X
41	B	x	F			X	X

Aguilera Vicente	4	1	1	6	50,0	1	1	4	6	50,0	4	4	4	12	100,0	1	1	1	3	25,0	27,3	56,3
Moll Pedro	4	2	1	7	58,3	4	1	1	6	50,0	2	3	2	7	58,3	3	2	1	6	50,0	26,2	54,2
Candia Maximiliano	3	2	2	7	58,3	2	2	2	6	50,0	4	4	4	12	100,0	2	2	3	7	58,3	32,7	66,7
Venegas Jhoan	4	2	1	7	58,3	4	4	1	9	75,0	3	3	3	9	75,0	3	3	1	7	58,3	32,7	66,7
Knockaert Edwards	3	3	2	8	66,7	1	4	2	7	58,3	3	4	4	11	91,7	3	3	1	7	58,3	33,8	68,8
Hermosilla Joaquin	2	3	2	7	58,3	2	2	3	7	58,3	2	2	2	6	50,0	1	2	2	5	41,7	25,1	52,1
Jaña Christian	3	2	2	7	58,3	3	2	2	7	58,3	4	4	4	12	100,0	4	4	2	10	83,3	36,0	75,0
Echeverria Ricardo	3	3	3	9	75,0	1	3	3	7	58,3	4	4	4	12	100,0	3	3	3	9	75,0	37,1	77,1
Nahuelfin Benjamin	4	2	2	8	66,7	3	1	2	6	50,0	3	4	4	11	91,7	4	3	1	8	66,7	33,8	68,8
Moreno Dylan	3	3	4	10	83,3	2	3	4	9	75,0	3	4	4	11	91,7	3	3	3	9	75,0	39,3	81,3
Castañeda Iñaky	4	4	4	12	100,0	3	1	2	6	50,0	4	4	4	12	100,0	3	3	3	9	75,0	39,3	81,3
Sosa Kevin	4	3	3	10	83,3	2	1	4	7	58,3	4	4	4	12	100,0	4	4	1	9	75,0	38,2	79,2
Rebolledo Matias	4	3	1	8	66,7	3	3	2	8	66,7	3	4	4	11	91,7	3	4	2	9	75,0	36,0	75,0
Urrutia Nicolas	3	2	3	8	66,7	3	2	2	7	58,3	4	4	4	12	100,0	3	4	2	9	75,0	36,0	75,0

Quintana					41					33					75					75					56
Matias	3	1	1	5	,7	2	1	1	4	,3	3	4	2	9	,0	4	2	3	9	,0	27	,3			
Zuñiga					66					58					10					75					75
Simon	4	2	2	8	,7	3	2	2	7	,3	4	4	4	12	0	4	3	2	9	,0	36	,0			
Pasten					58					58					83					91					72
Guillermo	2	3	2	7	,3	2	2	3	7	,3	4	3	3	10	,3	4	3	4	11	,7	35	,9			
Ruiz					66					50					75					66					64
Benjamin	2	3	3	8	,7	2	2	2	6	,0	3	3	3	9	,0	3	3	2	8	,7	31	,6			
Subtotal	65	48	45	8	15	51	41	46	8	13	68	74	71	3	21	62	60	40	2	16	67	1			
T.E	80	80	80	0	24	80	80	80	0	24	80	80	80	0	24	80	80	80	0	24	96	0			
%	81	60	56		65	63	51	57		57	85	92	88		88	77	75	50		67			69		
	,3	,0	,3		,8	,8	,3	,5		,5	,0	,5	,8		,8	,5	,0	,0		,5			,9		
Mujeres	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones								D1								
Zambra					66					41										58					56
Ignacia	2	2	4	8	,7	2	1	2	5	,7	2	3	2	7		2	3	2	7	,3	27	,3			
Ramirez					83					75										75					83
Valentina	4	3	3	10	,3	4	1	4	9	,0	4	4	4	12		3	3	3	9	,0	40	,3			
Anabalon					50					58										75					64
Constanza	2	3	1	6	,0	3	3	1	7	,3	3	3	3	9		3	3	3	9	,0	31	,6			
Ibarra					50					66										66					58
Jessica	2	2	2	6	,0	4	2	2	8	,7	2	2	2	6		2	3	3	8	,7	28	,3			
Lobos					50					50										75					62
Constanza	3	2	1	6	,0	4	1	1	6	,0	2	3	4	9		4	4	1	9	,0	30	,5			
Garcia					50					33										75					64
Fernanda	4	1	1	6	,0	2	1	1	4	,3	4	4	4	12		4	4	1	9	,0	31	,6			
Rios Alexa					66					58										75					75
Mendez	3	3	2	8	,7	3	2	2	7	,3	4	4	4	12		4	3	2	9	,0	36	,0			
Noelia					50					41										66					60
Noelia	4	1	1	6	,0	3	1	1	5	,7	2	4	4	10		4	3	1	8	,7	29	,4			
Rios Alondra					91					58										75					77
Rios Alondra	4	3	4	11	,7	1	2	4	7	,3	2	4	4	10		2	4	3	9	,0	37	,1			

Bravo					66					50								66		64	
Adriana	1	4	3	8	,7	2	2	2	6	,0	4	1	4	9	3	2	3	8	,7	31	,6
Mardones					66					50								75		68	
Sofia	2	2	4	8	,7	2	1	3	6	,0	2	4	4	10	2	4	3	9	,0	33	,8
Dotes					75					66								66		72	
Dharlyn	4	1	4	9	,0	4	1	3	8	,7	3	3	4	10	3	4	1	8	,7	35	,9
					75					50								58		68	
Rivas Camila	4	2	3	9	,0	2	2	2	6	,0	4	3	4	11	3	2	2	7	,3	33	,8
Espinosa					66					66								83		68	
Antonia	2	2	4	8	,7	3	1	4	8	,7	3	2	2	7	4	3	3	10	,3	33	,8
Lambert					58					41								75		68	
Dafne	4	2	1	7	,3	1	1	3	5	,7	4	4	4	12	4	4	1	9	,0	33	,8
					58					66								66		72	
Gaete Sofia	3	3	1	7	,3	3	2	3	8	,7	4	4	4	12	3	2	3	8	,7	35	,9
					66					66								50		62	
Ortiz Emilia	4	3	1	8	,7	1	3	4	8	,7	1	3	4	8	1	1	4	6	,0	30	,5
					50					58								50		54	
Salvo Emily	4	1	1	6	,0	4	1	2	7	,3	2	1	4	7	1	1	4	6	,0	26	,2
Tello					75					58								66		72	
Esperanza	4	3	2	9	,0	3	1	3	7	,3	4	3	4	11	4	3	1	8	,7	35	,9
Acevedo					58					58								66		62	
Maria	3	2	2	7	,3	3	2	2	7	,3	2	3	3	8	4	3	1	8	,7	30	,5
					50					75								58		70	
Garrido Polet	4	1	1	6	,0	3	2	4	9	,0	4	4	4	12	2	2	3	7	,3	34	,8
					83					66								91		85	
Gonzalez Mia	4	3	3	10	,3	3	1	4	8	,7	4	4	4	12	4	3	4	11	,7	41	,4
Valdes					91					50								66		77	
Millaray	4	4	3	11	,7	2	1	3	6	,0	4	4	4	12	3	3	2	8	,7	37	,1
Subtotal	67	45	44	6	15	53	30	53	6	13	61	64	75	0	20	61	58	46	5	16	65
T.E	92	92	92	6	27	92	92	92	6	27	92	92	92	6	27	92	92	92	6	27	11
%	72	48	47		56	57	32	57		49	66	69	81		72	66	63	50		59	59
	,8	,9	,8		,5	,6	,6	,6		,3	,3	,6	,5		,5	,3	,0	,0		,8	,5

	13			31		10			27			12	13	14	41		12	11		32			13
Total	2	93	89	4		4	71	99	4			9	8	6	3		3	8	86	7			28
Total esperado	17	17	17	51		17	17	17	51			17	17	17	51		17	17	17	51			20
	2	2	2	6		2	2	2	6			2	2	2	6		2	2	2	6			64
%	76	54	51		60	60	41	57		53		75	80	84		80	71	68	50		63		64
	,7	,1	,7		,9	,5	,3	,6		,1		,0	,2	,9		,0	,5	,6	,0		,4		,3

TVD N°11 "Actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase" (D2 según indicadores)																																	
															Fuente: Estudiantes de segundo año medio																		
2.1 Puntualidad					2.2 Asistencia					2.3 Participación en clases																							
Hombres					Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones													D2					
					5	15	25	T	T.E	12%	6	16	26	T	T.E	12%	7	17	27	T	T.E	12%	TO	T	T.E	36%							
Marchant Diego					1	3	4	8	66,		4	1	1	6	50,		4	3	1	8	66,			22	61,	1							
Rodriguez Sebastian					2	3	3	8	66,		3	1	1	5	41,		2	2	2	6	50,			19	52,	8							
Aguilera Vicente					1	4	3	8	66,		4	1	1	6	50,		4	4	1	9	75,			23	63,	9							

Moll Pedro	1	3	2	6	50, 0	4	1	1	6	50, 0		4	3	1	8	7	20	55, 6
Candia Maximiliano	2	3	4	9	75, 0	3	2	2	7	58, 3		3	2	3	8	7	24	66, 7
Venegas Jhoan	1	4	4	9	75, 0	4	1	1	6	50, 0		4	3	1	8	7	23	66, 63, 9
Knockaert Edwards	2	3	1	6	50, 0	3	3	2	8	66, 7		2	2	3	7	3	21	58, 58, 3
Hermosilla Joaquin	1	3	3	7	58, 3	4	1	2	7	58, 3		4	4	2	10	3	24	83, 66, 7
Jaña Christian	2	3	3	8	66, 7	2	1	1	4	33, 3		4	2	2	8	7	20	66, 55, 6
Echeverria Ricardo	2	4	3	9	75, 0	4	3	1	8	66, 7		4	3	3	10	3	27	83, 75, 0
Nahuelfin Benjamin	2	4	3	9	75, 0	3	2	3	8	66, 7		2	3	3	8	7	25	66, 69, 4
Moreno Dylan	3	4	3	10	83, 3	4	2	2	8	66, 7		4	4	2	10	3	28	83, 77, 8
Castañeda Iñaky	3	2	2	7	58, 3	3	1	1	5	41, 7		3	2	1	6	0	18	50, 50, 0
Sosa Kevin	1	4	3	8	66, 7	4	1	2	7	58, 3		4	4	1	9	0	24	75, 66, 7
Rebolledo Matias	1	4	3	8	66, 7	4	2	1	7	58, 3		4	1	1	6	0	21	50, 58, 3
Urrutia Nicolas	1	4	3	8	66, 7	4	2	1	7	58, 3		4	2	3	9	0	24	75, 66, 7
Quintana Matias	1	4	3	8	66, 7	4	1	1	6	50, 0		4	4	1	9	0	23	75, 63, 9
Zuñiga Simon	2	2	2	6	50, 0	4	2	1	7	58, 3		3	2	1	6	0	19	50, 52, 8
Pasten Guillermo	2	2	3	7	58, 3	1	4	1	6	50, 0		1	2	4	7	3	20	58, 55, 6
Ruiz Benjamin	2	4	3	9	75, 0	1	2	1	4	33, 3		3	3	2	8	7	21	66, 58, 3

Subtotal	33	67	58	8	15		67	34	27	8	12		67	55	38	0	16		44	6
T.E	80	80	80	0	24		80	80	80	0	24		80	80	80	0	24		72	0
%	41,3	83,8	72,5		65,8		83,8	42,5	33,8		53,3		83,8	68,8	47,5		66,7		61,9	
Mujeres	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				D2							
Zambra Ignacia	2	3	2	7	58,3		3	2	3	8	7		3	3	4	10	3		69,25	4
Ramirez Valentina	1	4	4	9	75,0		4	1	1	6	0		4	4	1	9	0		66,24	7
Anabalón Constanza	1	4	2	7	58,3		4	1	1	6	0		3	4	2	9	0		61,22	1
Ibarra Jessica	1	4	2	7	58,3		3	2	1	6	0		2	2	3	7	3		55,20	6
Lobos Constanza	1	4	1	6	50,0		4	1	1	6	0		4	4	1	9	0		58,21	3
García Fernanda	1	4	3	8	66,7		2	1	1	4	3		2	4	1	7	3		52,19	8
Ríos Alexa	2	3	3	8	66,7		2	1	1	4	3		3	2	1	6	0		50,18	0
Mendez Noelia	1	4	3	8	66,7		4	2	1	7	3		2	4	1	7	3		61,22	1
Ríos Alondra	1	4	3	8	66,7		4	2	2	8	7		3	4	2	9	0		69,25	4
Bravo Adriana	1	2	3	6	50,0		4	1	2	7	3		2	2	2	6	0		52,19	8
Mardones Sofia	1	4	3	8	66,7		4	2	1	7	3		3	3	3	9	0		66,24	7
Dotes Dharlyn	1	4	4	9	75,0		4	1	1	6	0		3	4	1	8	7		63,23	9
Rivas Camila	4	4	4	12	10,0		4	1	1	6	0		3	3	1	7	3		69,25	4

Espinosa					91,					58,					75,				75,
Antonia	4	4	3	11	7	3	1	3	7	3		3	4	2	9	0		27	0
Lambert Dafne	1	4	4	9	75,	0	4	1	1	6	50,	0	4	4	1	9	0	75,	66,
Gaete Sofia	1	3	3	7	58,	3	4	2	2	8	66,	7	4	3	3	10	3	83,	69,
Ortiz Emilia	3	1	4	8	66,	7	3	4	4	11	91,	7	1	1	4	6	0	50,	69,
Salvo Emily	1	4	4	9	75,	0	4	1	1	6	50,	0	4	4	1	9	0	75,	66,
Tello Esperanza	2	3	3	8	66,	7	2	1	1	4	33,	3	3	1	7	3	58,	52,	
Acevedo Maria	1	4	2	7	58,	3	4	1	1	6	50,	0	4	4	2	10	3	83,	63,
Garrido Polet	1	4	4	9	75,	0	4	1	1	6	50,	0	4	4	1	9	0	75,	66,
Gonzalez Mia	2	4	4	10	83,	3	3	1	1	5	41,	7	4	4	1	9	0	75,	66,
Valdes Millaray	1	3	4	8	66,	7	3	1	2	6	50,	0	3	4	1	8	7	66,	61,
Subtotal	31	71	64	6	16		69	28	29	6	12		61	67	33	1	16	45	
T.E	92	92	92	6	27		92	92	92	6	27		92	92	92	6	27	82	
%	33,	77,	69,		60,	75,	30,	31,		45,		66,	72,	35,		58,		54,	
	7	2	6		1	0	4	5		7		3	8	9		3		7	
Total	64	13	12	32		13			25			12	12		32			89	
Total esperado	17	17	17	51		17	17	17	51			17	17	17	51			15	
	2	2	2	6		2	2	2	6			2	2	2	6			48	
%	37,	80,	70,		62,	79,	36,	32,		49,		74,	70,	41,		62,		58,	
	2	2	9		8	1	0	6		2		4	9	3		2		1	

TVD N°13 "Actitud frente al docente " (D3 según indicadores)																													
						Fuente: Estudiantes de segundo año medio																							
	3.1 Colaboración con el o la profesora					3.2 Participación en las actividades dadas					3.3 Atención en la explicación de actividades y contenidos expuestos por el o la profesor/a																		
Hombres	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					D3													
	8	18	28	T	T.E 12%	9	19	29	T	T.E 12%	10	20	30	T	T.E 12%			TO T	T.E 36%										
Marchant Diego	3	3	4	10	83, 3	4	4	1	9	75, 0	4	4	1	9	75, 0			28	77, 8										
Rodriguez Sebastian	4	4	4	12	10 0,0	4	3	1	8	66, 7	4	4	1	9	75, 0			29	80, 6										
Aguilera Vicente	4	4	4	12	10 0,0	4	4	1	9	75, 0	4	4	1	9	75, 0			30	83, 3										
Moll Pedro	3	4	4	11	91, 7	4	3	1	8	66, 7	4	4	1	9	75, 0			28	77, 8										
Candia Maximiliano	4	3	3	10	83, 3	3	3	2	8	66, 7	3	4	2	9	75, 0			27	75, 0										
Venegas Jhoan	3	4	4	11	91, 7	3	3	1	7	58, 3	3	4	2	9	75, 0			27	75, 0										

Knockaert					75,					58,					66,				66,		
Edwards	3	3	3	9	0	2	3	2	7	3		3	3	2	8	7				24	7
Hermosilla					83,					66,					75,				75,		
Joaquin	3	4	3	10	3	4	3	1	8	7		4	4	1	9	0				27	0
Jaña Christian	3	3	4	10	3	3	3	2	8	7		2	4	2	8	7				26	2
Echeverria					91,					66,					75,				77,		
Ricardo	3	4	4	11	7	3	3	2	8	7		4	4	1	9	0				28	8
Nahuelfin					75,					58,					58,				63,		
Benjamin	3	3	3	9	0	3	3	1	7	3		3	3	1	7	3				23	9
Moreno Dylan	3	3	4	10	3	3	3	2	8	7		4	4	2	10	3				28	8
Castañeda					91,					83,					75,				83,		
Iñaky	3	4	4	11	7	3	4	3	10	3		4	4	1	9	0				30	3
Sosa Kevin	4	3	4	11	7	4	4	1	9	0		4	4	1	9	0				29	6
Rebolledo					10					58,					10				86,		
Matias	4	4	4	12	0,0	3	3	1	7	3		4	4	4	12	0,0				31	1
Urrutia Nicolas	2	3	3	8	7	3	2	1	6	0		3	3	2	8	7				22	1
Quintana					91,					75,					75,				80,		
Matias	3	4	4	11	7	4	4	1	9	0		4	4	1	9	0				29	6
Zuñiga Simon	2	4	3	9	0	4	3	1	8	7		4	4	2	10	3				27	0
Pasten					58,					41,					75,				58,		
Guillermo	1	2	4	7	3	2	1	2	5	7		4	4	1	9	0				21	3
Ruiz Benjamin	2	3	4	9	0	3	3	4	10	3		3	4	3	10	3				29	6
Subtotal	60	69	74	3	20	66	62	31	9	15		72	77	32	1	18				54	3
T.E	80	80	80	0	24	80	80	80	0	24		80	80	80	0	24				72	0
%	75,	86,	92,		84,	82,	77,	38,		66,		90,	96,	40,		75,				75,	
	0	3	5		6	5	5	8		3		0	3	0		4				4	
Mujeres	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				D3								

	8	18	28	T	T.E 12%	9	19	29	T	T.E 12%	10	20	30	T	T.E 12%	T	T.E 36%
Zambra Ignacia	2	4	4	10	83, 3	3	3	2	8	66, 7	3	4	1	8	66, 7	26	72, 2
Ramirez Valentina	4	4	4	12	10 0,0	4	4	1	9	75, 0	4	4	1	9	75, 0	30	83, 3
Anabalon Constanza	2	4	4	10	83, 3	3	3	1	7	58, 3	3	4	1	8	66, 7	25	69, 4
Ibarra Jessica	2	3	3	8	66, 7	2	3	1	6	50, 0	3	3	2	8	66, 7	22	61, 1
Lobos Constanza	4	4	4	12	10 0,0	4	4	1	9	75, 0	4	4	1	9	75, 0	30	83, 3
Garcia Fernanda	2	4	4	10	83, 3	2	4	1	7	58, 3	4	4	1	9	75, 0	26	72, 2
Rios Alexa	3	3	4	10	83, 3	3	3	1	7	58, 3	3	4	2	9	75, 0	26	72, 2
Mendez Noelia	2	4	1	7	58, 3	3	3	1	7	58, 3	4	4	1	9	75, 0	23	63, 9
Rios Alondra	3	3	3	9	75, 0	3	4	2	9	75, 0	3	4	1	8	66, 7	26	72, 2
Bravo Adriana	2	2	4	8	66, 7	1	1	3	5	41, 7	2	2	3	7	58, 3	20	55, 6
Mardones Sofia	3	4	4	11	91, 7	4	3	1	8	66, 7	4	4	1	9	75, 0	28	77, 8
Dotes Dharlyn	4	4	3	11	91, 7	3	3	1	7	58, 3	4	4	1	9	75, 0	27	75, 0
Rivas Camila	3	4	4	11	91, 7	4	3	1	8	66, 7	3	3	2	8	66, 7	27	75, 0
Espinosa Antonia	2	4	4	10	83, 3	3	3	1	7	58, 3	3	4	2	9	75, 0	26	72, 2
Lambert Dafne	3	4	4	11	91, 7	3	4	1	8	66, 7	4	4	1	9	75, 0	28	77, 8
Gaete Sofia	3	3	4	10	83, 3	3	3	1	7	58, 3	3	4	1	8	66, 7	25	69, 4

Ortiz Emilia	1	2	4	7	58,	3	1	1	4	6	0	50,	1	4	2	7	3	20	6
Salvo Emily	3	4	4	11	91,	7	4	4	1	9	0	75,	4	4	1	9	0	29	6
Tello Esperanza	4	4	4	12	10	0,0	3	4	1	8	7	66,	4	4	1	9	0	29	6
Acevedo Maria	1	4	4	9	75,	0	4	3	1	8	7	66,	3	4	3	10	3	27	0
Garrido Polet	3	4	4	11	91,	7	4	3	2	9	0	75,	3	4	1	8	7	28	8
Gonzalez Mia	3	4	4	11	91,	7	4	3	1	8	7	66,	4	4	1	9	0	28	8
Valdes Millaray	3	4	4	11	91,	7	4	4	1	9	0	75,	4	4	1	9	0	29	6
Subtotal	62	84	86	2	23		72	73	31	6	17	77	88	32	7	19	60	5	
T.E	92	92	92	6	27		92	92	92	6	27	92	92	92	6	27	82	8	
%	67,	91,	93,		84,	78,	79,	33,		63,	83,	95,	34,		71,		73,		
	4	3	5		1	3	3	7		8	7	7	8		4		1		
Total	12	15	16	43		13	13		33		14	16		37		11			
	2	3	0	5		8	5	62	5		9	5	64	8		48			
Total esperado	17	17	17	51		17	17	17	51		17	17	17	51		15			
	2	2	2	6		2	2	2	6		2	2	2	6		48			
%	70,	89,	93,		84,	80,	78,	36,		64,	86,	95,	37,		73,		74,		
	9	0	0		3	2	5	0		9	6	9	2		3		2		

TVD N°15 Actitud frente a la clase de educación física (V3) Hombres					
Unidad de análisis	D1 TE 48	D2 TE 36	D3 TE 36	Total v3	%TE 120
Marchant Diego	37	22	28	87	72,5
Rodriguez Sebastian	36	19	29	84	70,0

Aguilera Vicente	27	23	30	80	66,7
Moll Pedro	26	20	28	74	61,7
Candia Maximiliano	32	24	27	83	69,2
Venegas Jhoan	32	23	27	82	68,3
Knockaert Edwards	33	21	24	78	65,0
Hermosilla Joaquin	25	24	27	76	63,3
Jaña Christian	36	20	26	82	68,3
Echeverria Ricardo	37	27	28	92	76,7
Nahuelfin Benjamin	33	25	23	81	67,5
Moreno Dylan	39	28	28	95	79,2
Castañeda Iñaky	39	18	30	87	72,5
Sosa Kevin	38	24	29	91	75,8
Rebolledo Matias	36	21	31	88	73,3
Urrutia Nicolas	36	24	22	82	68,3
Quintana Matias	27	23	29	79	65,8
Zuñiga Simon	36	19	27	82	68,3
Pasten Guillermo	35	20	21	76	63,3
Ruiz Benjamin	31	21	29	81	67,5
Tot	671	446	543	1660	
TE	960	720	720	2400	
%	69,9	61,9	75,4		69,2
Mujeres					
Zambra Ignacia	27	25	26	78	65,0
Ramirez Valentina	40	24	30	94	78,3
Anabalón Constanza	31	22	25	78	65,0
Ibarra Jessica	28	20	22	70	58,3
Lobos Constanza	30	21	30	81	67,5
Garcia Fernanda	31	19	26	76	63,3
Rios Alexa	36	18	26	80	66,7
Mendez Noelia	29	22	23	74	61,7
Rios Alondra	37	25	26	88	73,3
Bravo Adriana	31	19	20	70	58,3
Mardones Sofia	33	24	28	85	70,8

Dotes Dharlyn	35	23	27	85	70,8
Rivas Camila	33	25	27	85	70,8
Espinosa Antonia	33	27	26	86	71,7
Lambert Dafne	33	24	28	85	70,8
Gaete Sofia	35	25	25	85	70,8
Ortiz Emilia	30	25	20	75	62,5
Salvo Emily	26	24	29	79	65,8
Tello Esperanza	35	19	29	83	69,2
Acevedo Maria	30	23	27	80	66,7
Garrido Polet	34	24	28	86	71,7
Gonzalez Mia	41	24	28	93	77,5
Valdes Millaray	37	22	29	88	73,3
Tot	755	524	605	1884	
TE	1104	828	828	2760	
%	68,4	63,3	73,1		68,3
	D1	D2	D3	Total v3	%
Total	1426	970	1148	3544	
TE	2064	1548	1548	5160	
%	69,1	62,7	74,2		68,7

Validación

Constancia de Validación por Juicio Experto

Yo, Guillermo Cortés Roco, *Doctor en Physical Education, Health and Physical Activity*, y Académico/a de la Universidad Mayor, dejo constancia de la validación del(los) instrumento(s) adjuntado(s) para la investigación Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física, conducente a lograr el grado de Licenciatura en Educación de la carrera de *Pedagogía en educación física, deportes y recreación, para educación básica y media*.

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

FECHA: 24 - 06 - 2021


Firma de validador(a) experto(a)

3. Instrumento 3: Encuesta de opinión dirigida a estudiantes

Tabla de especificaciones

Instrumento

Análisis de consistencia

TVD de las variables, según dimensiones

Validación

3. Instrumento 3: Encuesta de opinión

Tabla de especificaciones instrumento 3.

Dirigido a profesores y profesoras de educación física del establecimiento.

Variable 3: Actitud en la clase de educación física	Indicadores	Cantidad de afirmaciones	N° de afirmaciones	Afirmaciones de consistencia
D1. Actitud frente a las actividades académicas de la clase de educación física.	1.1 Frente a las actividades individuales	3	1 11 21	2 22
	1.2 Frente a actividades en sala de clases	3	2 12 22	
	1.3 Frente actividades al aire libre	3	3 13 23	
	1.4 Frente a las actividades grupales	3	4 14 24	
D2. Actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase	2.1 Puntualidad	3	5 15 25	
	2.2 Asistencia	3	6 16 26	
	2.3 Participación en clases	3	7 17 27	
D3. Actitud frente al docente	3.1 Colaboración con el o la profesora	3	8 18 28	10 30
	3.2 Participación en las actividades dadas por el o la profesora	3	9 19 29	
	3.3 Atención en la explicación de actividades y contenidos expuestos	3	10 20 30	

	por el o la profesor/a			
--	------------------------	--	--	--

Instrumento

Estimados profesores y profesoras de educación física:

La presente encuesta de opinión tiene como objetivo conocer su opinión respecto de las actitudes frente a la clase de educación física.

Sus respuestas serán anónimas y confidenciales; representando una gran ayuda para nuestra Tesina.

Muchas gracias por su colaboración.

Instrucciones:

Por favor marcar con una **X** su “nivel de acuerdo” con cada una de las afirmaciones propuestas, considerando que:

T.A: Totalmente de acuerdo

P.A: Parcialmente de acuerdo

P.D: Parcialmente en desacuerdo

T.D: Totalmente en desacuerdo

AFIRMACIONES:	T.A	P.A	P.D	T.D
1. Programa actividades individuales en la clase de educación física.				
2. Me preocupo de incorporar actividades entretenidas cuando la clase de educación física se realiza en sala.				
3. Planifico actividades integradoras cuando la clase de educación física se realiza al aire libre.				
4. Incorporo actividades grupales en la clase de educación física.				
5. Soy puntual al comenzar la clase de educación física.				
6. Cumpló con realizar todas las clases de educación física.				
7. Me preocupo de la participación de los y las estudiantes en la clase de educación física.				
8. Los y las estudiantes me ayudan con los materiales en la clase de educación física.				
9. Los y las estudiantes realizan las actividades programadas de buena gana en la clase de educación				

física.				
10. Los y las estudiantes prestan atención al momento de estar explicando una actividad en la clase de educación física.				
11. Programo actividades individuales exigentes en la clase de educación física.				
12. Siento que los y las estudiantes se aburren en las actividades cuando la clase de educación física se realiza en sala.				
13. Los y las estudiantes realizan las actividades con buen ánimo cuando la clase de educación física es al aire libre.				
14. Programo actividades grupales exigentes en la clase de educación física.				
15. Finalizo la clase de educación física a la hora correspondiente.				
16. Hay buena asistencia en la clase de educación física por parte de los y las estudiantes.				
17. No tengo problema con la participación de los y las estudiantes en la clase de educación física.				
18. Cuando les pido a los y las estudiantes que me colaboren en la clase de educación física, lo hacen.				
19. A los y las estudiantes les gustan las actividades que programo para la clase de educación física.				
20. Los y las estudiantes guardan silencio al momento de estar explicando los contenidos en la clase de educación física.				
21. Los y las estudiantes trabajan bien en la clase de educación física cuando las actividades son individuales.				
22. Cuando la clase de educación física se realiza en sala, programo actividades sin importar si son entretenidas o no.				
23. Privilegio las actividades al aire libre en la clase de educación física.				
24. Organizo las actividades grupales, formando grupos equitativos en la clase de educación física.				
25. Programo las actividades en el tiempo necesario para realizar todas las actividades propuestas en la clase de educación física.				

	individuales				de clases				aire libre				4 Frente a las actividades grupales									
	Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones				Afirmaciones									
	1	11	21	T	T.E 12 %	2	12	22	T	T.E 12 %	3	13	23	T	T.E 12 %	4	14	24	T	T.E 12 %	T O T	T.E 48 %
Profesor	4	3	3	10	83,3	4	4	4	12	100	3	4	3	10	83,3	3	3	4	10	83,3	42	87,5
Subtotal	4	3	3	10	83,3	4	4	4	12	100	3	4	3	10	83,3	3	3	4	10	83,3	42	87,5
T.E	4	4	4	12		4	4	4	12		4	4	4	12		4	4	4	12		48	
%	100	75	75	100	83,3	100	100	100	100	100	75	100	75	100	83,3	75	75	100	100	83,3	100	87,5

TVD N°12 "Actitud frente al cumplimiento de las normas de la clase " (D2 según indicadores)																						
						Fuente: Profesor de educación física																
	2.1 Puntualidad				2.2 Asistencia				2.3 Participación en clases													D2

Hombres	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones							
	5	15	25	T	T.E 12%	6	16	26	T	T.E 12%	7	17	27	T	T.E 12%		TO T	T.E 36%
Profesor	3	4	4	11	91, 7	3	4	4	11	91, 7	3	4	4	11	91, 7		33	91, 7
Subtotal	3	4	4	11	91, 7	3	4	4	11	91, 7	3	4	4	11	91, 7		33	91, 7
T.E	4	4	4	12		4	4	4	12		4	4	4	12			36	
%	75, 0	10 0,0	10 0,0		91, 7	75, 0	10 0,0	10 0,0		91, 7	75, 0	10 0,0	10 0,0		91, 7			91, 7

TVD N°14 "Actitud frente al docente " (D3 según indicadores)																		
Fuente: Profesor de educación física																		
2.1 Puntualidad					2.2 Asistencia					2.3 Participación en clases								
Hombres	Afirmaciones					Afirmaciones					Afirmaciones					D2		
	8	18	28	T	T.E 12%	9	19	29	T	T.E 12%	10	20	30	T	T.E 12%		TO T	T.E 36%
Profesor	4	4	4	12	10 0,0	3	4	3	10	83, 3	3	4	4	11	91, 7		33	91, 7
Subtotal	4	4	4	12	10 0,0	3	4	3	10	83, 3	3	4	4	11	91, 7		33	91, 7
T.E	4	4	4	12		4	4	4	12		4	4	4	12			36	
%	10 0,0	10 0,0	10 0,0		10 0,0	75, 0	10 0,0	75, 0		83, 3	75, 0	10 0,0	10 0,0		91, 7			91, 7

TVD N°16					
Unidad de análisis	D1 TE 48	D2 TE 36	D3 TE 36	Total V3	%TE 120
Profesor					
Rodrigo Cuevas	42	33	33	108	90
Tot	42	33	33	108	90
TE	48	36	36	120	

%	87,5	91,7	91,7	90,0
---	------	------	------	------

Validación

Constancia de Validación por Juicio Experto

Yo, Guillermo Cortés Roco, *Doctor en Physical Education, Health and Physical Activity*, y Académico/a de la Universidad Mayor, dejo constancia de la validación del(los) instrumento(s) adjuntado(s) para la investigación Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física, conducente a lograr el grado de Licenciatura en Educación de la carrera de *Pedagogía en educación física, deportes y recreación, para educación básica y media*.

Criterio de validación	Validado	Validado con observaciones	Deficiente
Congruencia del instrumento con los objetivos propuestos.	x		
Pertinencia del instrumento para responder las preguntas de investigación/hipótesis.	x		
Claridad y precisión en las instrucciones.	x		
Claridad y precisión de preguntas o ítems.	x		

Lenguaje adecuado para la población de estudio.	x		
Ortografía y redacción.	x		

FECHA: 24 – 06 - 2021



Firma de validador(a) experto(a)

SOLO USO ACADÉMICO

Consentimiento informado para participar en un proyecto de investigación

Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física

Estimada(o) participante, nuestros nombres son: Emilio González, Rodrigo Goldzweig, Fernando Sepúlveda y Rodrigo Squella, y somos estudiantes de la carrera *Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación, en 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 *Conocer qué relación existe entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física de los alumnos de segundo medio en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021.*

Usted ha sido invitada(o) o su hijo(a) a participar de este proyecto de investigación académica que consiste en la aplicación de encuesta de opinión que consta de 60 preguntas tipo Likert y el protocolo de cómo será aplicado es de vía online.

Debido a que el uso de la información es con fines académicos, la participación 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 las personas.

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, o concurrir a la dirección Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile.

ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Socia Ester Goete Silva, Rut: 21.645.759-5, **acepto** participar voluntaria y anónimamente en la investigación "**Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física**" dirigida por los estudiantes Emilio González, Rodrigo Goldzweig, Fernando Sepúlveda y Rodrigo Squella 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

14/ Julio /2021
Fecha

Consentimiento informado para participar en investigación

Por motivos prácticos, se adjuntan 3 de los 58 consentimientos informados firmados, ya que en este momento están todos en formato físico y el archivo quedaría demasiado pesado, lo que complica trabajar en él.

SOLO USO ACADÉMICO

Consentimiento informado para participar en un proyecto de investigación

Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física

Estimada(o) participante, nuestros nombres son: Emilio González, Rodrigo Goldzweig, Fernando Sepúlveda y Rodrigo Squella, y somos estudiantes de la carrera *Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación, en 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 *Conocer qué relación existe entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física de los alumnos de segundo medio en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021.*

Usted ha sido invitada(o) o su hijo(a) a participar de este proyecto de investigación académica que consiste en la aplicación de encuesta de opinión que consta de 60 preguntas tipo Likert y el protocolo de cómo será aplicado es de vía online.

Debido a que el uso de la información es con fines académicos, la participación 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 las personas.

Si usted tiene preguntas sobre sus derechos como participante puede realizarlas 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, o concurrir a la dirección Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile.

ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Simón Marcelo Zuñiga Asias, Rut: 91.296.441-K **acepto** participar voluntaria y anónimamente en la investigación "**Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física**" dirigida por los estudiantes Emilio González, Rodrigo Goldzweig, Fernando Sepúlveda y Rodrigo Squella 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

17/07/2021
Fecha

Consentimiento informado para participar en un proyecto de investigación

Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física

Estimada(o) participante, nuestros nombres son: Emilio González, Rodrigo Goldzweig, Fernando Sepúlveda y Rodrigo Squella, y somos estudiantes de la carrera *Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación, en 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 *Conocer qué relación existe entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física de los alumnos de segundo medio en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021.*

Usted ha sido invitada(o) o su hijo(a) a participar de este proyecto de investigación académica que consiste en la aplicación de encuesta de opinión que consta de 60 preguntas tipo Likert y el protocolo de cómo será aplicado es de vía online.

Debido a que el uso de la información es con fines académicos, la participación 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 las personas.

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, o concurrir a la dirección Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile.

ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Emily Belén Salvo Cabrera, Rut: 21845694-1, **acepto** participar voluntaria y anónimamente en la investigación "**Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física**" dirigida por los estudiantes Emilio González, Rodrigo Goldzweig, Fernando Sepúlveda y Rodrigo Squella 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

17/07/21
Fecha

Consentimiento informado para participar en un proyecto de investigación

Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física

Estimada(o) participante, nuestros nombres son: Emilio González, Rodrigo Goldzweig, Fernando Sepúlveda y Rodrigo Squella, y somos estudiantes de la carrera *Pedagogía en Educación Física, Deportes y Recreación, en 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 *Conocer qué relación existe entre los hábitos de vida saludable y la práctica de actividad física con la actitud en la clase de educación física de los alumnos de segundo medio en un colegio particular subvencionado de la comuna de Puente Alto, durante el año 2021.*

Usted ha sido invitada(o) o su hijo(a) a participar de este proyecto de investigación académica que consiste en la aplicación de encuesta de opinión que consta de 60 preguntas tipo Likert y el protocolo de cómo será aplicado es de vía online.

Debido a que el uso de la información es con fines académicos, la participación 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 las personas.

Si usted tiene preguntas sobre sus derechos como participante puede realizarlas 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, o concurrir a la dirección Manuel Montt Oriente 318, Providencia, Santiago de Chile.

ACTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo Socia Ester Gaete Silva, Rut: 21.645.759-5 acepto participar voluntaria y anónimamente en la investigación "**Relación entre hábitos de vida saludable y práctica de actividad física con la actitud en clase de Educación Física**" dirigida por los estudiantes Emilio González, Rodrigo Goldzweig, Fernando Sepúlveda y Rodrigo Squella 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

17/ Julio / 2021
Fecha