

PROPUESTA PEDAGOGICA A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, PARA MEJORAR
LAS HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES ADOLESCENTES DEL CURSO
1001 DEL COLEGIO KIMY PERNÍA DOMICÓ

PRESENTADO POR:

KATERINE ROBALLO TELLEZ

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

BOGOTÁ D.C. COLOMBIA

2016

PROPUESTA PEDAGÓGICA A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA, PARA MEJORAR
LAS HABILIDADES SOCIALES EN LOS ESTUDIANTES ADOLESCENTES DEL CURSO
1001 DEL COLEGIO KIMY PERNÍA DOMICÓ

PRESENTADO POR:

KATERINE ROBALLO TELLEZ

TUTOR:

PEDRO NEL URREA ROA

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS

FACULTAD DE EDUCACIÓN

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA RECREACIÓN Y DEPORTE

BOGOTÁ D.C.

2016

NOTA DE ACEPTACIÓN

PRESIDENTE DEL JURADO

JURADO 1

JURADO 2

AGRADECIMIENTOS

A Dios por brindarme la oportunidad, la sabiduría y la fortaleza para alcanzar mis sueños y metas trazadas a lo largo de la carrera, a mis padres Ramiro Roballo Duarte y Silvina Téllez Téllez por brindarme el apoyo incondicional, al Colegio KIM Y PERNÍA DOMICÓ especialmente al grado décimo (1001) quienes me permitieron culminar con mi proceso y saber de cada uno de ellos, a Pedro Nel Urrea tutor docente y a la persona que siempre estuvo en todo el proceso y quien me apoyo y me ayudo a darle vida a mi monografía el profesor Julio Cesar Pinzón desde la asignatura actividad física y salud mental también a los seres que nunca perdieron la fe en mí.

DEDICATORIA

A mi madre Silvina Téllez Téllez y a mi padre Ramiro Roballo Duarte por decidir darme la vida y apoyarme en cada decisión por darme siempre una voz de aliento a mis hermanas Yolanda Roballo y María Camila Roballo por estar presentes en cada una de las etapas de mi monografía, a la persona que nunca perdió la fe en mí y desde un principio me apoyo para la elaboración de la misma.

Resumen Analítico Educativo RAE**1. Autores**

Katerine Roballo Téllez

2. Director del Proyecto

Pedro Nel Urrea Roa

3. Título del Proyecto

Propuesta pedagógica a través de la actividad física para mejorar las habilidades sociales en los estudiantes adolescentes del curso 1001 del colegio Kimy Pernía Domicó.

4. Palabras Clave

Habilidades sociales, actividad física, adolescentes.

5. Resumen del Proyecto

El objetivo de esta investigación fue mejorar las habilidades sociales a través de la actividad física en los estudiantes del grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó. Primero, se utilizó la observación para determinar el problema y la población, segundo, se aplicó el test Listado de Habilidades Sociales de Camacho & Camacho (2004) para reconocer el déficit de las mismas; luego, se desarrolló la propuesta pedagógica a través de la actividad física en función de los resultados obtenidos en esta investigación. Para ello, se realizó una revisión teórica través de estudios y autores que han trabajado en este campo para después implementar la intervención propuesta.

La intervención pedagógica consta de ocho sesiones no cerradas, flexibles a las necesidades impuestas por el curso y las particularidades de cada uno de los estudiantes.

Para ello, y debido a su importancia, se toma como sustento la teoría del aprendizaje social de Albert Bandura debido a que se manifiestan dos factores, el conductual y el cognitivo, lo cual permite entender las relaciones sociales en este mismo aprendizaje.

6. Grupo y línea de investigación en la que está inscrita la presente propuesta

Innovaciones educativas y cambios sociales

7. Objetivo General

Diseñar una propuesta pedagógica para la mejora de las habilidades sociales a través de la actividad física en los estudiantes adolescentes del grado 1001 colegio Kimy Pernía Domicó

8. Problemática: Antecedentes y pregunta de investigación

¿Cómo a través de la actividad física se pueden mejorar las habilidades sociales en los estudiantes del curso 1001 del colegio Kimy Pernía Domicó?

9. Referentes conceptuales

Habilidades sociales: *“conjunto de capacidades y destrezas interpersonales que nos permiten relacionarnos con otras personas de forma adecuada siendo capaces de expresar nuestros sentimientos, opiniones, deseos o necesidades en diferentes contextos o situaciones, sin experimentar tensión, ansiedad u otras emociones negativas.”* (Dongil & Cano. 2014).

La práctica habitual de actividad física aporta valores sociales y personales, los cuales son los más propicios de alcanzar a través de este camino, con el fin de generar un desarrollo social y colectivo en esta población (García, Hernández & Camacho, 2012).

10. Metodología

Esta monografía está asentada en un enfoque mixto ya que implica una recolección de datos, análisis y la respectiva integración de la misma, en los diferentes procesos sistemáticos, empíricos y críticos según Hernández, Sampieri & Mendoza. 2008).

11. Recomendaciones y Prospectiva

Dentro de la prospectiva de este trabajo se pretende profundizar un poco más sobre las habilidades sociales, teniendo en cuenta la importancia de las mismas, abordando diferentes tipos de población y determinando su efecto a nivel personal, social y cultural; para alcanzar este propósito se toma como herramienta la actividad física, ya que se entiende como un movimiento generado por el ser humano con un gasto mínimo de energía.

12. Conclusiones

- Identificar qué factores afectan el desarrollo de las habilidades sociales en las adolescentes del grado decimo (1001).
- Desarrollar una propuesta pedagógica construida desde la actividad física mediante un diagnóstico realizado en los estudiantes de grado decimo (1001) del colegio Kimy Pernia Domicó por medio de la actividad física.
- Evaluar las habilidades sociales en los estudiantes de grado decimo (1001) del colegio Kimy Pernia Domicó a través del listado de habilidades sociales de Camacho Calvo, M. & Camacho Gómez, C. (2005)

- Dentro del desarrollo de la propuesta pedagógica se logró un cambio de comportamientos en los estudiantes del grado décimo de manera de positiva en su entorno social y escolar.

Referentes bibliográficos

Avery, F. (2000), citado por Gil, S. (s.f) *Actividad Física en Niñez y Adolescencia. Vida Training*. Retrieved 9 May 2016, from <http://regioncore.webcindario.com/adolescentes.pdf>

BOSA LOCALIDAD 7 CARACTERIZACIÓN SECTOR EDUCATIVO Año 2013. (2013). *Bogota Humana*. Recuperado de 9 Mayo 2016, from http://www.educacionbogota.edu.co/archivos/SECTOR_EDUCATIVO/ESTADISTICAS_EDUCATIVAS/2014/Loc7_Bosa_20

Caballo, V. (2002) citado por Cardoza Hernández, J., Guevara De León, S., & Penado Crespo, E. (2012). “Efectos Psicológicos De La Medida De Protección De Acogimiento Institucional, En Adolescentes Internos En La Aldea Infantil San Antonio, Ciudad De San Miguel, En Los Meses De Febrero A Julio, Del Año 2012. *Universidad De El Salvador Facultad Multidisciplinaria Oriental Departamento De Ciencias Y Humanidades Sección De Psicología*, 70-74. Retrieved from <http://ri.ues.edu.sv/5098/1/50107862.pdf>

Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y Entrenamiento de Habilidades Sociales* Recuperado de 9 Mayo 2016, from <http://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>

Camacho, M. & Camacho, C. (2005). Habilidades sociales en adolescencia: un programa de intervención. *Revista Profesional Española De Terapia Cognitivo-Conductual*, 3. Recuperado de http://habilidadesparaadolescentes.com/equipos/HSociales_adolescencia_derechos_asertivos_Modulo%203.p

Casas, J. & González, C. (2005). *Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales*. Retrieved 9 May 2016, from [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente\(2\).pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente(2).pdf)

Creswell & Plano 2007 *Diseños Mixtos de investigación*. (2010). Retrieved 9 May 2016, from <https://portafolioinvestigacion2011.wikispaces.com/file/view/Investigaci%C3%B3n+mixta.pdf>

DANE (2011) publicados por la Secretaria Distrital de Educación 2013 *BOSA LOCALIDAD 7 CARACTERIZACIÓN SECTOR EDUCATIVO Año 2013*. Bogotá. Recuperado de 9 Mayo 2016, from

http://www.educacionbogota.edu.co/archivos/SECTOR_EDUCATIVO/ESTADISTICAS_EDUCATIVAS/2014/Loc7_Bosa_20

Devís, (1997) citado por Ramírez, W., Vinaccia, S., & Ramón, G. (2008). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista De Estudios Sociales*, 18, 67-75.

Devís, & Cols (2000) citado por Ramírez, W., Vinaccia, S., & Ramón, G. (2008). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista De Estudios Sociales*, 18, 67-75.

Dipurural (2006) Taller de habilidades sociales la guardia from http://www.diputoledo.es/global/ver_pdf.php?id=4982

Folkins & Sime (1981) citado por Casallas González, s., Salas Montaña, Y., & Villamarin Ramírez, N. (2015). *Actividad Física Como Estrategia Terapéutica Para La Salud Mental Del Adulto: Estado Del Arte*. Retrieved 9 May 2016, from [http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/20717/Susana%20Casallas%20Gonzalez%20\(tesis\).pdf?sequence=1](http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/20717/Susana%20Casallas%20Gonzalez%20(tesis).pdf?sequence=1)

García, J., Fonseca C., & Camacho, E. (2012). Una actividad física eficiente ante el reto de una sociedad de jóvenes influenciada por el modernismo y la tecnología. *Revista UNAM. MX*, 12. Retrieved from <http://www.revista.unam.mx/vol.13/num2/art25/index.html>

García, A. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. *XXI Revista De Educación*, 12, 225-240. Retrieved from <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/5352/b16450188.pdf?sequence=2>

Granados R, (2000), Giménez , (2003). Velázquez & de la Torre (2001) citados por Castillo Viera, S. & Saenz-Lopel, P. (2007). Hábitos relacionados con la práctica de actividad física de las alumnas de la Universidad de Huelva a través de historias de vida. *Revista De Curriculum Y Formación Del Profesorado*. Retrieved from <https://www.ugr.es/~recfpro/rev112ART7.pdf>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). *Metodología de la Investigación 5a Edición*. Presentation, México. Recuperado de <http://es.slideshare.net/Igneigna/metodologia-de-la-investigacion-5ta-edicion-de-hernandez-sampieri>

Lahey, (1999) :381, *Jóvenes y medios de comunicación. Marco Teórico*. Retrieved 9 May 2016, from <http://www.injuve.es/sites/default/files/9156-04.pdf>

Ley 115 de Febrero 8 de 1994, ley general de educación. (1994). *EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA*. Retrieved 9 May 2016, from http://file:///C:/Users/usuario/Downloads/Ley_115_1994.pdf

- Lirón (2010) *El proceso de comunicación verbal y no verbal y su importancia en la educación infantil. Barreras en el proceso de comunicación en la vida adulta y técnicas para abordar una adecuada comunicación en público* Vol. 2, N° 15 revista0020academica semestral from <http://www.eumed.net/rev/ced/15/ylr.htm>
- López E. (2011):133 *Investigación Cualitativa y participativa de la Universidad Pontificia Bolivariana* from <http://edwardlopez.jimdo.com/investigaci%C3%B3n/primer-corte/6-investigaci%C3%B3n-cr%C3%ADtico-social/>
- Mansilla, M. (2000). *Etapas del Desarrollo Humano*. Scrib. Retrieved 9 May 2016, from <https://es.scribd.com/doc/127939209/Etapas-Del-Desarrollo-Humano-resumen>
- Michelson & Kazdin (1987) citado por Fernández Duran, M. (2015). *Desarrollo de la competencia social en adolescentes: creación, aplicación y análisis del programa El Pensamiento Prosocial en Entornos Educativos* (Doctorado). UNIVERSIDAD DE VALENCIA.
- Monjas, (2000) citado por Mendoza,. (2008). *Nuevas Perspectivas del Sistema de Formación Docente. Facultad de Educación Elemental y Especial*. Retrieved 9 Mayo 2016, from http://www.feeye.uncu.edu.ar/web/XVII-JN-RUEDES/ponencias_eje_2/Esterkind.pdf
- O.M.S (2009). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. (2010). Recuperado de 9 Mayo 2016, from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44441/1/9789243599977_spa.pdf
- Orengo, J. (2012). *Albert Bandura Teoría de Aprendizaje Social*. Retrieved 9 May 2016, from http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/Reserva_Profesores/janette_orengo_educ_173/Albert_%20Bandura_agosto_2012.pdf
- Pérez Arenas, M. (2008). *La universidad de granada se presenta una tesis de doctorado Habilidades sociales en adolescentes para el afrontamiento a su entorno inmediato (2008)* (Doctorado). Universidad de Granada.
- Pérez, T., Saavedra, H., Salum, L., & Silva González, F. (2005). *Significado de Habilidades Sociales para Diversos Actores de Instituciones Educativas en la ciudad de Temuco*. Presentation, Temuco.
- Pineda, S. & Aliño, M. *El concepto de adolescencia*. Retrieved 9 May 2016, from http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf
- Programa de Competencias Ciudadanas*. (2011). MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. Retrieved 9 May 2016, from http://www.mineduacion.gov.co/1759/articles-235147_archivo_pdf_cartilla1.pdf
- Proyecto Educativo Institucional, (2014) *Colegio Kimy Pernía Domicó IED*. (pp. 10,12). Bogota, Colombia.

Raga, J. & Rodríguez, R. (2001). Influencia de la práctica de deporte para la adquisición de habilidades sociales en los adolescentes. *Instituto De Ciencias De La Educación*, 29-45. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10651/27462>

Sánchez, J. citado por Soria del Rio, I. (2012). La asertividad: esa cualidad tan importante y tan desconocida. *Inspiring benefits*. Retrieved from <http://blog.inspiringbenefits.com/inspiring-benefits/la-asertividad/>

Secretaria de Educación del Distrito, (2013). *Bosa Localidad 7 Caracterización Sector Educativo Año 2013*. Bogotá.

Washington, (2001) & Gunter (2002). El Impacto De La Actividad Física Y El Deporte Sobre El Rendimiento Académico: Una Revisión Teórica. (2016). *Edu-Fisica*, (12). Recuperado de <http://www.edu-fisica.com/Revista-12/Impacto-actividad-fisica.pdf>

TABLA DE CONTENIDO

1	Contextualización	22
1.2.	Macro contexto	22
1.3.	Micro contexto	24
2	Problemática	26
2.1	Descripción del problema	27
2.2	Formulación del problema	28
2.3	Justificación	28
2.4	Objetivos	30
2.4.1	Objetivo General	30
2.4.2	Objetivos específicos	30
3	Marco referencial	31
3.1	Marco de Antecedentes	32
3.2	Marco Teórico	35
3.3	Marco Legal	42
4	Diseño Metodológico	44
4.1	Tipo de Investigación	45
4.2	Enfoque de Investigación	45
4.3	Método de investigación	46
4.4	Fases de Investigación	47

	15
4.5 Población y muestra	49
4.6 Instrumentos y recolección de datos	50
5 Resultado	51
5.1 Técnicas de análisis e resultados	58
5.2 Interpretación de resultados	58
6 Conclusiones	60
7 Prospectiva	61
8 Referencias bibliográficas	62
9 Anexos	66
10 Propuesta de Intervención	70
11 Consentimientos y asentimientos informados	81

Índice de tablas

Tabla No. 1 localidad de Bosa	23
-------------------------------	----

Índice de figuras

Figura N° 1 Diseño triangulado	46
--------------------------------	----

Índice de graficas

Tabla N° 1 Habilidades Sociales Básicas	52
---	----

Tabla N° 2 Habilidades Sociales Avanzadas	53
---	----

Tabla N° 3 Habilidades Sociales de Sentimientos	54
---	----

Tabla N° 4 Habilidades Sociales Alternativas a la Agresión	55
--	----

Tabla N° 5 Habilidades Sociales frente al Estrés	56
--	----

Tabla N° 6 Habilidades Sociales de Planificación	57
--	----

Introducción

En la actualidad las relaciones interpersonales se ven afectadas por los cambios sociales, culturales y tecnológicos, factores que logran influenciar las dinámicas que se construyen en la interacción de los sujetos, en especial los jóvenes influenciados por un estilo de vida diferente, lo que conlleva a adoptar nuevas formas de relacionarse y genera otras reflejadas en la vida diaria de muchos adolescentes en las escuelas, esta situación afecta la manera de interactuar ya que hace algunos años era común sentarse a dialogar, intercambiar ideas y por qué no compartir una cita, ahora no es muy común ver tal situación.

Debido a este cambio se puede observar la necesidad de desarrollar estrategias que ayuden a mejorar y a promover las habilidades sociales en los adolescentes, con el fin de generar la participación de los actores escolares, estudios como los de.... plantean la importancia del desarrollo de las habilidades sociales ya que esto contribuye de manera significativa a la construcción social y a la formación de sujetos, para un buen desenvolvimiento y manejo comunicativo, como el escuchar, tomar la iniciativa, hacer y recibir elogios, preguntar sobre dudas, presentarse entre otras.

Al conjunto de hábitos que comporta pensamientos, actitudes, comportamientos y emociones se le denomina habilidades sociales, y este conjunto permite al ser humano establecer relaciones intra e interpersonales armónicas, satisfacer necesidades y sobreponerse a las oposiciones que los demás ejercen y que eventualmente podrían afectar el alcance de las metas personales propuestas. Esa capacidad de relacionarse con los demás influye sustancialmente durante la etapa de

desarrollo de la adolescencia puesto que un factor relevante de este estadio es la aceptación que los adolescentes procuran en cada una de sus acciones y relaciones.

Dado que la actividad física es un componente fundamental que contribuye al desarrollo físico, social y cultural de los adolescentes resulta complementario tanto al proceso de aceptabilidad por parte de los diversos grupos y personas con las cuales los adolescentes interactúan, como al reforzamiento y puesta en escena de las habilidades sociales con que cuentan los seres humanos, se pudo establecer una complementariedad entre la actividad física y el reforzamiento y mejoría de las habilidades sociales.

Según estudios la práctica habitual de actividad física puede constituir un elemento fundamental en el crecimiento de los jóvenes. Así, en las primeras etapas del desarrollo la actividad física juega un papel importante en el desarrollo físico. (Corbin & Pangrazi, 2003; Malina & Bouchard, 1991).

En los jóvenes está demostrado que se generan múltiples beneficios a nivel físico (funciones cardiorrespiratorias, musculares y de salud ósea), psicológico y social, por lo cual se determina que la práctica habitual de actividad física puede aportar valores sociales y personales, los cuales son los más propicios de alcanzar a través de este camino, con el fin de generar un desarrollo social y colectivo en esta población (García & Camacho. 2012).

De este modo, la realización de programas de actividad física debidamente supervisados, es una de las condiciones más importantes para estimular el óptimo desarrollo de los procesos de desarrollo y maduración en todo sentido (físico, psíquico, cognitivo y emotivo).” (Avery. 2000).

Esta propuesta pedagógica surge entonces desde la asignatura de actividad física y salud mental mediante un ejercicio realizado para determinar cómo la actividad física puede ser un medio para ayudar a mejorar problemáticas a nivel físico, psicológico y social en los adolescentes.

Desde el ejercicio realizado se pudo evidenciar la problemática ocurrida en el colegio Kimy Pernía Domicó, donde los estudiantes de grado décimo presentan falencia en algunas habilidades sociales, lo cual se manifestadas a través de comportamientos desarrollados en las clases como la falta de iniciativa al momento de participar en clases, el temor a hablar frente al público, tomar de decisiones al momento de participar en la clase de educación física; es por ello que llama la atención y se decide construir un propuesta pedagógica que permita el fortalecimiento y desarrollo de las habilidades sociales mediante la práctica de la actividad física.

A partir de las observaciones realizadas de manera participativa se logró evidenciar la problemática, por lo cual se hizo necesario el desarrollo de un proceso de intervención para fortalecer y contribuir en el desarrollo de las habilidades sociales mencionadas anteriormente.

Esta propuesta se desarrolló mediante unidades didácticas cuyo objetivo general fue mejorar las habilidades sociales a través de la actividad física lo que permitió identificar, intervenir y evaluar el desarrollo de estas habilidades sociales en esta población y para el desarrollo de la investigación se plantea de manera mixta con un enfoque hermenéutico interpretativo de corte transversal, lo que permitió el desarrollo a través de una metodología mediante la cual se identificaron varios aspectos que dieron como resultado el desarrollo de la actual propuesta.

Desde esta perspectiva y teniendo en cuenta el análisis realizado para la detección de la problemática, la propuesta se desarrolló en la Institución Educativa Kimy Pernía Domicó

ubicada en la localidad séptima de Bosa, específicamente con el grado 1001, grado compuesto por un grupo de----- adolescentes cuyas edades oscilan entre los quince y los diecisiete años.

En relación con el análisis de la problemática y con base en los referentes teóricos estudiados, en la presente propuesta se planteó el mejoramiento de las habilidades sociales a través de una propuesta pedagógica construida desde la actividad física y para ello se propuso identificar qué factores afectaban el ejercicio de las habilidades sociales en las adolescentes de ese grado décimo en particular.

Dentro del desarrollo metodológico se establecieron varias fases, observación, determinación de la población y aplicación del listado de habilidades sociales, como instrumento de entrada y salida; posteriormente, se elaboró la recolección y evaluación de los datos obtenidos, desde este marco, se desarrolló un tipo de investigación mixto con triangulación de lo cualitativo a lo cuantitativo.

Dentro de los aportes significativos al proyecto por parte de la autora se encuentran el haber alcanzado una unificación del grupo como mejora del trabajo en equipo, el desarrollo de liderazgo en aquellos estudiantes que se caracterizaban por su pasividad y el mejoramiento de su habilidad expresiva.

En un principio el grupo denotaba resistencia y no aceptación del trabajo, demostraban poco interés por las actividades y las hacían sin entusiasmo, situaciones que se superaron abordando a estudiantes de forma individual y atendiendo sus opiniones frente al trabajo que se les proponía. Otro factor que en algún momento dificultó el desarrollo de la intervención, se debió a que ésta coincidió con el descanso de los estudiantes de primaria, por lo cual se procedió a desarrollar las actividades en otros espacios de la institución.

El éxito de esta propuesta investigativa se debe a la disposición y apoyo que las directivas de la institución ofrecieron, lo mismo que el docente titular de la asignatura de educación física y por supuesto, a los estudiantes de grado décimo quienes a través del desarrollo de la propuesta se mostraban cada vez más receptivos y comprometidos.

1. Contextualización

La presente investigación se desarrolló en un contexto escolar donde se evidenció la problemática relacionada con habilidades sociales de un grupo de adolescentes para lo cual, se tuvo en cuenta su desarrollo social, emocional y cultural para así, conocer a profundidad y mediante el diagnóstico realizado, todos los pormenores de la problemática planteada.

De este modo se pudo observar y conocer la problemática a tratar para luego contribuir con una propuesta que beneficiara el desarrollo integral de los educandos a través de la actividad física, entendida ésta como el proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano a fin de lograr su realización plena en la sociedad (ACODESI, 2002).

A continuación se presenta la información relevante del contexto como barrios con que limita, la cantidad de colegios y posterior a esto se habla del colegio Kimy Pernía Domicó de su infraestructura, estudiantes, docentes y del Proyecto Educativo Institucional PEI y su relación desde la educación física.

1.1. Macro Contextual

El proyecto se desarrolló en la localidad séptima de Bosa de la ciudad de Bogotá la cual cuenta con una población de 525.459 habitantes, tiene una extensión territorial de 2.391.37 hectáreas, de estas 1.930.11 hacen parte del casco urbano. Cuenta con 330 barrios estructurados mediante las Unidades de Planeación Zonal (UPZ) constituidas por los barrios Apogeo, Bosa Occidental, Bosa Central, El Porvenir y Tintal Sur. Allí se ubica aproximadamente el 89% de la población clasificada en los estratos 1 y 2.

La localidad está ubicada en el suroccidente de la capital, limita al norte con la Localidad de Kennedy, un trayecto del río Tunjuelito y el llamado Camino de Osorio; en el suroriente con la Autopista del Sur y la localidad de Ciudad Bolívar; por el sur y el suroccidente con el municipio de Soacha y en el occidente y noroccidente comparte bordes con el río Bogotá y el municipio de Mosquera. De acuerdo con la información obtenida de la Secretaria de Educación del Distrito oficina de asesora de planeación grupo de análisis y estadística (2013).

La localidad séptima de Bosa cuenta con seis (6) UPZ, en la siguiente tabla se encuentra información más detallada de la misma:

LOCALIDAD	NOMBRE UPZ	Tipo de Colegio		
		Distrital	Concesión	Contratada
BOSA	APOGEO	3	0	5
	BOSA CENTRAL	22	3	20
	BOSA OCCIDENTAL	12	1	8
	EL PORVENIR	3	1	1
	GRAN BRITALIA	1	0	1
	TINTAL SUR	4	0	1

Tabla No. 1 localidad de Bosa

En la tabla No.1 se puede evidenciar que el promedio de escolaridad de la localidad para personas de 5 años o más fue de 7,8 años para 2011. Para los hombres fue de 7,7 y para las mujeres de 7,8 años. Sin embargo, la tasa de analfabetismo que presenta es de 2,2%, de lo cual se observa que para hombres la tasa es de 1,6% y para mujeres de 2,6%, comparada con Bogotá D.C., presenta 0,6 puntos porcentuales por encima, según los resultados presentados por el DANE (2011) y publicados por la Secretaria Distrital de Educación (2013).

La localidad de Bosa en su parte educativa cuenta en una mayoría de población en los estratos 1 y 2 y con un porcentaje de población en edad escolar del 13.1%, en este sentido, se hace necesaria una alta cobertura educativa, con la cual no cuenta la localidad, ni en términos de educación pública ni privada, más aún si se tiene en cuenta que es una zona que concentra gran población de bajos recursos.

1.2 Micro contexto

La investigación se desarrolló en la institución Educativa Distrital Kimy Pernía Domicó, la cual se encuentra ubicada en la localidad séptima de Bosa, y donde se ha venido trabajando desde el 02 de Febrero de 2009 con una población estudiantil de 4000 estudiantes, en la actualidad presta sus servicios en preescolar, básica primaria, básica secundaria y media vocacional en el calendario A, jornadas mañana y tarde.

El colegio cuenta con una adecuada infraestructura y dotación necesaria para brindar una educación de óptima, lo cual es que es el compromiso de sus directivas, docentes y todo el personal que en ella labora. El proyecto Educativo Institucional (PEI) del colegio Kimy Pernía Domicó tiene un modelo de educación basado en valores e identidad para el desarrollo de aprendizajes productivos y su filosofía está fundamentada en una concepción del hombre como ser social e individual con múltiples potencialidades y que inscribe su cotidianidad en una sociedad en continuo cambio, la institución orienta su tarea mediante la convivencia diaria en la preocupación por la cultura, la ciencia y los progresos sociales; así, se entiende el acto educativo como un espacio de socialización, enriquecimiento y crecimiento individual y colectivo. (P. E. I 2014).

El enfoque pedagógico de la institución consta de tres momentos esenciales:

Actualidad y vivencias: Donde tanto docentes como estudiantes consultan y plantean un tema de trabajo y un elemento de actualidad está relacionado con la unidad de trabajo que se trata o se va a trabajar.

Documentación, interacción y comunicación: Es la relación y análisis entre temas de actualidad y que posiblemente han sido base de conocimiento.

Proyección del conocimiento: Este hace referencia a la estrategia y creación de la generación de nuevas situaciones condiciones o documentos.

De esta manera el objetivo es que durante los cuatro periodos del año escolar, donde la clase de educación física se presenta dos horas a la semana (40 semanas), se realice el proceso de recuperación, reflexión e interacción frente al carácter educativo, en lo cual, en el factor social se encuentra la formación para generar beneficios y promover la salud.

En el colegio Kimy Pernía Domicó se realizaron observaciones en el grado décimo (1001) donde se identificó un total de 35 estudiantes 17 hombres y 18 mujeres (1 de ellas en estado de gestación), cabe mencionar que en su mayoría son estudiantes que vienen formándose juntos desde grado sexto, lo cual supone que su comunicación es más fluida y compleja por el tiempo que comparten en la institución y las actividades en las cuales interactúan.

Por otra parte, durante el año 2010 se adelantó la consolidación de procesos académicos y convivenciales dirigidos a la mejora de la calidad educativa y convivencia de la institución, teniendo en cuenta las necesidades y expectativas de la comunidad educativa sin desconocer que es una de las pocas instituciones educativas de Bogotá que posee el mayor porcentaje de

población desplazada por la violencia y otros factores que han obligado a las familias a salir de sus tierras y refugiarse en la capital del país.

2. Problemática

Dentro de la problemática se identificaron causas y consecuencias relevantes que radican en la afectación de habilidades sociales de los estudiantes adolescentes del colegio Kimy Pernía Domicó en el grado décimo (1001). La manera en la que se aborda es a través de la actividad física y sus beneficios; para identificar la problemática se realizaron tres observaciones plasmadas a través de diarios de campo que permitieron identificar la problemática de los cuales se hablarán a continuación.

2.1. Descripción del problema

Durante el proceso de observación se determinó que el grado 1001 de la jornada tarde del colegio Kimy Pernía Domicó presenta déficit en las habilidades sociales, esto se hizo evidente al momento en los educandos exponen en público, al hablar o al liderar un proceso o una actividad, también, al dar o recibir una crítica o al intentar despejar dudas. Cabe aclarar que el déficit de las habilidades sociales limita a la hora de comunicarse, realizar actividades sociales, dificultan también el momento de expresar una idea o pensamiento acarreado emociones o sentimientos negativos (ansiedad, stress, entre otros). Según Lirón (2010)

En los primeros tres diarios de campo se registró que en las clases de educación física e inglés a los estudiantes se les dificulta exponer o explicar cualquier tema, les es difícil preguntar para despejar dudas sobre trabajos que se asignan en clase; del mismo modo, se les solicitar ayuda o al momento de hacer crítica o recibirlas no se realizan y asumen de manera adecuada.

Washington (2001) y Gunter (2002) plantean desde su investigación que la actividad física y el deporte son un instrumento clave para la transformación social ya que existe en ellos un elemento importante para el desarrollo del individuo, además del aspecto de socialización.

Factores externos como problemas familiares, sociales y culturales pueden generar conductas que transformen el comportamiento social incitando al estudiante actuar de acuerdo a la situación y al grado de control que tiene sobre la misma, generando desinterés o aversión a personas o comentarios respondiendo con grados de agresividad o burla, permitiendo de esta manera el irrespeto entre sus compañeros.

Por esta razón se propone la actividad física como medio para mejorar las habilidades sociales de los estudiantes del grado 1001 de colegio Kimy Pernía puesto que esta herramienta está implícita en el ser humano, reconociendo sus beneficios a nivel físico, psicológico y social, permitiendo efectos positivos en la comunicación.

En procura de una solución a la problemática expresada, se desarrolló una propuesta pedagógica como herramienta social la cual desempeña un papel determinante en este tipo de situaciones, es decir, cada uno de los estudiantes debían ser reflexivos frente a la actividad colaborándole al compañero. Se empezó con una actividad de valores, cuyo objeto era detectar a partir del comportamiento de cada uno de los estudiantes, quién es líder, quién se expresa de manera eficaz y asertiva; quién defiende su idea y quién no, si se escuchan y respetan como grupo.

Al finalizar la primera actividad se planteó una segunda actividad de confianza donde los estudiantes tendrían los ojos vendados y los líderes de los diferentes grupos debían guiarlos hasta

un lugar específico por medio de indicaciones precisas y concertadas con anterioridad en los mismos grupos.

Luego se trabajó una actividad de expresión corporal en parejas, el objetivo fue cómo transmitirle la información al grupo de manera eficaz. Este tipo de actividades permite tener confianza consigo mismo y con los demás lo cual se evidencio durante el proceso.

2.2. Formulación del problema

De acuerdo al planteamiento del problema la presente propuesta se propuso dar respuesta a la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo a través de la actividad física se pueden mejorar las habilidades sociales en estudiantes del grado 1001 de la institución educativa Kimy Pernía Domicó de la localidad de Bosa.

2.3. Justificación

Dentro de esta investigación el interés se centra en la importancia del mejoramiento de las habilidades sociales en los estudiantes del curso 1001 de la institución educativa Kimy Pernía Domicó jornada tardea partir de lo que se evidenció a través de la observación e identificación de la problemática y por lo cual, se desarrolló una propuesta pedagógica construida mediante unidades didácticas utilizando la actividad física como una herramienta para mejorar las mismas, según algunas investigaciones.

“...la práctica de actividad física vigorosa durante un mínimo de 60 minutos diarios ayuda a los niños y jóvenes a mantener un perfil de riesgo cardiorrespiratorio y metabólico saludable. En general, parece probable que un mayor volumen o intensidad de actividad física reportará beneficios, aunque las investigaciones a este respecto son todavía limitadas”. (OMS 2009).

Además de los beneficios de la actividad física se hace necesario analizar los beneficios sociales para potencializar y desarrollar estrategias que beneficien a la población y fortalezcan

habilidades psicológicas para evitar la timidez, el estrés y la ansiedad. Esto conlleva un cambio de socialización con familiares, amigos y compañeros del ámbito escolar y por ello se implementan las habilidades sociales para que éstas permitan una mejor comunicación de cada estudiante haciéndose evidente en el contexto cultural.

De esta manera se planteó una propuesta a implementar con población de la localidad séptima de Bosa específicamente para los adolescentes del grado décimo (1001) donde se implementó la actividad física como mejora de las habilidades sociales guiada o apoyada de profesionales, presentando actividades de manera lúdica y de manera personal obteniendo como resultado un impacto positivo en la propuesta con la población mencionada en un ámbito social, así mismo se busca desarrollar programas liderados por los estudiantes de la licenciatura en educación física, recreación y deportes de la Corporación Universitaria Minuto de Dios-UNIMINUTO.

Objetivos

2.4.1. Objetivo general

Diseñar una propuesta pedagógica para la mejora de las habilidades sociales a través de la actividad física en estudiantes del grado décimo (1001) colegio Kimy Pernía Domicó.

2.4.2. Objetivos específicos

- Identificar qué factores afectan el desarrollo de las habilidades sociales en las adolescentes del grado décimo (1001).
- Evaluar las habilidades sociales en los estudiantes de grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó a través del listado de habilidades sociales propuesta por Camacho & Camacho (2005).
- Desarrollar una propuesta pedagógica construida desde la actividad física mediante un diagnóstico realizado en los estudiantes de grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó por medio de la actividad física.

3. Marco referencial

En el siguiente capítulo se encuentran los diferentes antecedentes de estudios realizados y antecedentes teóricos y legales que le dan validez a la investigación teniendo en cuenta diferentes elementos que evidencian su desarrollo a través artículos de investigación, tesis, monografías y autores que, a través de la historia han hecho aportes importantes para lo que hoy en día se entiende como habilidades y sociales; así mismo, se destaca la relevancia que tiene la actividad física como componente importante para mejorar el déficit de las mismas. Finalmente, se encuentran diferentes definiciones por medio de palabras claves que permitieron el abordaje y desarrollo del estudio.

3.1. Marco de antecedentes

Para el desarrollo de los antecedentes se tuvieron en cuenta diferentes documentos entre los que se encuentran treinta y tres textos distribuidos así, veintiséis artículos, tres tesis y cuatro libros.

En el libro titulado Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales, Caballo (2005) menciona que los seres humanos como seres sociales pasan gran parte de su tiempo interactuando con sus semejantes y cómo las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental no solo para progresar profesionalmente sino también sirven como la recuperación de trastornos psicológicos; el libro aborda un análisis teórico de las habilidades sociales y las técnicas de evaluación de las mismas, además de resaltar el entrenamiento que estas pueden tener.

Por otro lado, una tesis de la universidad de Oviedo con el nombre: Influencia de la práctica del deporte para la adquisición de habilidades sociales en los adolescentes (Raga & Rodríguez. 2001), tuvo como objetivo conocer la influencia que puede tener la práctica de deporte en adolescentes en la adquisición de habilidades sociales y para ello los investigadores seleccionaron una muestra de 1.136 sujetos de Gijón, entre los que figuraban deportistas y no deportistas, a los que se les aplicó la batería de socialización (Bas-3) de Silva & Martorell (1995).

Los datos se introdujeron en el paquete estadístico SPSS y para su tratamiento se aplicaron, dependiendo del tipo de variable y de su distribución, el test de la "t" de Student, el análisis de la varianza, la prueba de Mann Whitney, la de Kolmogorov Smirnov o la de Kruskal Wallis para más de dos muestras. De los resultados obtenidos se concluyó que el deporte facilita la adquisición de ciertas habilidades sociales en los adolescentes; en conclusión, este trabajo permitió potencializar las habilidades sociales en los adolescentes para que aprendieran a socializarse con los demás a través de un deporte que les llamara la atención.

En la universidad de Granada se presenta una tesis de doctorado titulada Habilidades sociales en adolescentes para el afrontamiento a su entorno inmediato (Pérez Arenas, 2008) con el objetivo de comprobar la existencia de déficit en habilidades sociales en las diferentes categorías y para esto se aplicó el programa de entrenamiento adaptado a las necesidades de los adolescentes después de la intervención y a modo de conclusión hubo una mejora del afrontamiento del entorno inmediato a partir de las habilidades sociales en los adolescentes.

De manera relevante se destacan la investigación realizada por García (2010), la cual fue publicada en la revista de educación número 12 de 2010 bajo el título de "Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de educación social" en este trabajo se

menciona la importancia de las relaciones sociales positivas como una de las mayores fuentes de autoestima y bienestar personal.

El instrumento de esta investigación fue la escala de habilidades sociales de Gismero (2000), este cuestionario explora la conducta habitual del sujeto en situaciones concretas y valora hasta qué punto las habilidades sociales modulan a estas actitudes; los resultados de esta investigación indican cuales habilidades sociales presentan más dificultad en su población en relación con el género. El autor concluyó que la formación de las habilidades sociales mejora la conducta interpersonal en aceptación social entre compañeros.

Otra investigación que presenta lo que pasa en la actualidad esta es realizada por García, Fonseca & Camacho (2012), la cual fue publicada el 1 de febrero del año en mención en la revista Unam.mx Vol. 12 con el título “Una Actividad Física eficiente ante el reto de la sociedad de Jóvenes influenciada por el modernismo y la tecnología” donde se menciona que en la actualidad los jóvenes se encuentran influenciados por un estilo de vida moderna lo que produce varios efectos nocivos en todos los aspectos, esta investigación propuso la actividad física sistemática como una pronta solución adecuada basándose documentos científicos y métodos acordes que provean diferentes beneficios.

De esta manera la actividad física se tuvo en cuenta como componente para mejorar los sistemas del organismo, además contribuyó al bienestar mental y psicológico, a mejorar el estado de ánimo, el auto estima y de manera positiva la imagen personal; así como lo menciona Devís citado por Ramírez, Vinaccia & Ramón, G. (2008), debe tomarse en cuenta la importancia de mantener una adecuada autoestima y una buena autoimagen en los jóvenes principalmente para lograr el desarrollo integral que garantice la funcionalidad y la integración social de estos individuos.

Este estudio que abarca el tema de cómo puedo mejorar algunos aspectos por medio de la actividad física guarda estrecha relación con la actual investigación en tanto que se buscó obtener una mejora de habilidades sociales utilizando como herramienta la actividad física ya que esta misma se presenta como una probable solución a la problemática expresada.

Una investigación que trata del impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico es la planteada por Ramírez, Vinaccia & Ramón en la cual se concluyó cómo el deporte y la actividad física mejoran y hacen evidente los beneficios de las mismas en cuanto a procesos de socialización, procesos mentales, rendimiento escolar y el mejoramiento de calidad de vida en las personas que lo practican, puesto que la actividad física no solo mejora las funciones cognitivas y propician un bienestar en personas con estrés o ansiedad, esta también determina los beneficios en el rendimiento académico en niños escolares (Hanneford 1995). En la investigación se encuentra un autor que menciona lo siguiente "...el ser físicamente activo puede también reducir las conductas auto-destructivas y antisociales en la población joven" (Mutrie & Parfitt, 1998).

Por otra parte, esta investigación realiza un énfasis en los procesos de socialización y la actividad física, menciona que el deporte y la actividad física son un instrumento de transformación social, cultural, familiar y este mismo establece interacción en el entorno que se encuentra. En este documento se mencionan los valores sociales y personales más propicios para alcanzar por medio de la actividad física y el deporte. De esta manera, la presente investigación tiene relación, teniendo en cuenta que la actividad es un factor como mejora en muchos aspectos como se menciona en la misma y como de manera positiva promueve los valores personales y sociales a través de la práctica física.

3.2. Marco teórico

Habilidades sociales

La comunicación y la forma como se interactúa con otros es algo que hacen los seres humanos de manera espontánea y sin ningún reglamento, forma o manera exacta de cómo hacerlo, solo se expresan bajo diferentes situaciones, pero ya hace varios años, se empezó hablar de habilidades sociales a partir de la educación como lo es la obra de Salter (1949) titulada “Terapia de Reflejos Condicionados” Perez Mundaca, T., Saavedra Muñoz, H., Salum Gutmann, L., & Silva Gonzalez, F. (2005)., luego Wolpe en 1958, donde por primera vez fue utilizado el termino de asertividad que se explica más adelante, por otra parte, se entiende por habilidades sociales: “... la competencia social no es un rasgo de personalidad, sino más bien un conjunto de comportamientos aprendidos que incluyen comportamientos verbales y no verbales suponiendo iniciativas y respuestas efectivas y apropiadas, acrecentando el reforzamiento social” (Caballo, 2002 p. 38).

Según esta definición se puede afirmar que las habilidades sociales permiten expresarse en contextos sociales, culturales o familiares de una manera adecuada, de tal manera que el individuo este en la capacidad de escuchar a la otra persona y que sea escuchado de la misma manera; es importante mencionar que a través de los años este concepto no solo fue modificado sino categorizado por Dipurural (2006), de la siguiente manera:

Habilidades sociales básicas. Escuchar, iniciar una conversación, mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse, presentar a otras personas, hacer un cumplido.

Habilidades sociales avanzadas. Pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse, convencer a los demás.

Habilidades relacionadas con los sentimientos. Conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado del otro, expresar afecto, resolver el miedo, auto-recompensarse.

Habilidades alternativas a la agresión. Pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, emplear el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas.

Habilidades para hacer frente al estrés. Formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después del juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones de grupo.

Habilidades de planificación. Tomar iniciativas, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión, concentrarse en una tarea.

Es importante ver que estos términos tienen una historia y que no es algo que viene de un ahora, a partir de esta revisión se hablará de lo que para hoy en día según los autores contemporáneos es o son las habilidades sociales, según Monjas (2000) citado por Mendoza (2008), las habilidades son conductas o destrezas sociales específicas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal, implican un conjunto de comportamientos adquiridos y aprendidos y no un rasgo de personalidad.

De este modo, es importante aclarar el significado de asertividad que es la manera en que un individuo responde a ciertas situaciones planteadas; mencionado lo anterior se han creado diferentes confusiones sobre la terminología que se debe utilizar, por ende a través de una revisión teórica se concluye que la asertividad o comportamiento asertivo es considerada como un sinónimo de Habilidades Sociales Michelson & Kazdin (1987) citados por Fernández (2015).

Asimismo, es fundamental destacar el concepto propuesto por Ratus (2004) basado en su test de asertividad, quien la define como:

...aquella habilidad personal que nos permite expresar de forma adecuada nuestras emociones frente a otra persona, y lo hacemos sin hostilidad ni agresividad. Una persona asertiva sabe expresar directa y adecuadamente sus opiniones y sentimientos (tanto positivos como negativos) en cualquier situación social. p.1

Para saber el grado de asertividad se contesta el cuestionario que arroja los diferentes resultados según las respuestas de cada persona, se debe tener en cuenta que son tres tipos de asertividad los cuales Sánchez citado por Soria (2012), los define así:

Comportamiento agresivo: conducta verbal impositiva con interrupciones, elevado el volumen de voz; conducta no verbal, mirada fija, gestos amenazantes, postura tensa; en sus efectos crea tensión, no visiona diferentes puntos de vista y genera rechazo.

Comportamiento pasivo: conducta verbal tímida, volumen de voz bajo, tono inseguro; conducta no verbal desvío de la mirada, movimientos nerviosos, postura recogida; efectos dificultad al conseguir objetivos, no defiende sus derechos, nivel de autoestima baja.

Comportamiento asertivo: conducta verbal directa, es firme y voz sin vacilaciones; conducta no verbal mirada segura y directa, gestos firmes, postura relajada; efectos consigue sus objetivos,

satisfecho consigo mismo, defiende sus derechos, resuelve los problemas planteados, es selectiva y sabe decir “no”.

Teniendo en cuenta los tres tipos de asertividad y la definición de habilidades sociales se puede hablar de una conexión entre las mismas ya que hablan de comportamientos y conductas generadas por el ser humano al expresar o no una opinión, queja, reclamo o sentimiento, luego de definir las habilidades sociales y la relación que hay entre este y la asertividad.

En relación con este documento se tuvo en cuenta la mayoría de las categorías como referencia de evaluación e intervención a través de la actividad física, las cuales fueron medidas a través del test de habilidades sociales y que está respaldado por Camacho & Camacho (2005) que indican cuales son las más relevantes a manejar sin dejar de lado la categoría de las emociones, la cual es un poco más fácil de expresar mencionado en el desarrollo de habilidades adaptivas en el ser humano.

Actividad física

Es fundamental emplear la actividad física como herramienta para la mejora de las habilidades sociales teniendo en cuenta que poco se sabe de la actividad física como medio para socializar o comunicarse de manera positiva, en este sentido, Devís, & Cols (2000) citado por Ramírez et ál (2008), donde se define la actividad física como cualquier movimiento corporal realizado por los músculos esqueléticos que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea; el impacto de la actividad física se acerca a lo que se realiza de una manera cotidiana y que genere placer, es por eso que esta investigación se toma como herramienta para mejorar las habilidades sociales en los

estudiantes adolescentes del colegio Kimy Pernía teniendo en cuenta sus prácticas cotidianas dentro de la institución.

Se debe tener en cuenta que la actividad física también genera un cambio de vida saludable y sus múltiples beneficios sobre la misma como lo mencionan Folkins & Sime (1981) citados por Casallas, Salas, & Villamarin (2015), con el análisis de sesenta y cuatro estudios en donde se intentaba demostrar los efectos de la mejora de forma física, revisando aspectos como funcionamiento psicológico, cognición, percepción, rasgos de personalidad y autoconcepto; a nivel social autores como Granados (2000), Giménez (2003) y Velázquez & de la Torre (2001) citados por Castillo & Saenz-Lopel (2007) quienes expresan que la práctica de actividad físico-deportiva puede aportar valores sociales como respeto, cooperación, trabajo en equipo, compañerismo, responsabilidad, entre otros, y valores personales como creatividad disciplina, salud, sacrificio, humildad.p.3.

Según estudios realizados, se puede afirmar que los beneficios de la actividad física incrementa la confianza, la estabilidad emocional, la independencia, el autocontrol, la eficiencia en el trabajo, el rendimiento académico, la memoria y los estados de ánimo; factores que están asociados con el comportamiento y conductas como las habilidades sociales y la asertividad, por ende, es importante manejarlo desde la adolescencia debido a sus permanentes cambios psicológicos y físicos.

La realización de programas de actividad física debidamente supervisados es una de las condiciones más importantes para estimular el desarrollo óptimo de los procesos de desarrollo (físico, psíquico, cognitivo y emotivo) y maduración en todo sentido. (Avery Faigembaum 2000 citado por Gil, S. (s.f).

Adolescentes

La adolescencia se define como una etapa entre la niñez y la edad adulta que cronológicamente se inicia con los cambios puberales y se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generan crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos. Pineda & Aliño (s.f).p.16.

La adolescencia es el periodo de vida que va comprendido de los diez a los diecinueve años y según la OMS (2008) se interesan por nuevas cosas, no mantienen una relación estable con los padres, su cambio de humor es frecuente. “la adolescencia es un período de cambios espectaculares” (Lahey. p. 381. 1999).

Una característica psicológica importante y creativa es que alrededor de los quince años los adolescentes empiezan a creer que pueden cambiar y dominar el mundo, lo que puede desbordarlos y en el caso de las adolescentes frustrarlas por razones de género si el medio que los rodea es estrecho y sin adecuados satisfactores sociales a sus necesidades según Mansilla (2000).

En cuanto a la capacidad cognitiva, el adolescente va desarrollando la capacidad para utilizar el pensamiento abstracto, aunque éste vuelve a ser completamente concreto durante períodos variables y sobre todo con el estrés. Esta nueva capacidad les permite disfrutar con sus habilidades cognitivas empezándose a interesar por temas idealistas y gozando de la discusión de ideas por el mero placer de la discusión. Son capaces de percibir las implicaciones futuras de sus actos y decisiones aunque su aplicación sea variable (Casas & González. 2005).

En relación con los cambios físicos, muchos adolescentes atraviesan esta etapa sin perturbaciones psicológica sin embargo, todos ellos experimentan varias situaciones donde

experimentan varias emociones. En esta etapa, los adolescentes experimentan cambios que son percibidos por el entorno.

Mencionado lo anterior se aborda la investigación desde la teoría cognitiva social de Bandura. A quien considera que los factores externos son tan importantes como los internos y que los acontecimientos ambientales, los factores personales y las conductas interactúan con el proceso de aprendizaje donde se distinguen dos aprendizajes, el activo mediante el cual aprende a hacer y a experimentar (aprender haciendo) y el segundo vicario (observacional) con el que aprende observando a los otros (Orengo. 2012).

De acuerdo con lo anterior se confirma la actividad física como herramienta para la mejora de las habilidades sociales de los estudiantes adolescentes del grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó ubicado en la localidad de Bosa en lo cual se implementaron los diarios de campo, los datos estadísticos de los test, las diferentes unidades didácticas y el consentimiento informado de cada uno de los estudiantes.

3.3. Marco legal

La investigación respecto de la mejora de habilidades sociales por medio de la actividad física con los estudiantes adolescentes del grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó se desarrolló dentro de los parámetros establecidos de la Corporación Universitaria minuto de Dios.

De igual manera, el desarrollo de la misma realizó con los parámetros legales establecidos por la ley general de educación Colombiana ley 115 de febrero 8 de 1994, la cual establece como objetivo fundamental en su primer artículo que la educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes, lo cual implica el desarrollo de las competencias cognitivas y la formación en actividad física, hábitos, recreación y deporte que se establecen como los fines de la educación en el artículo 5° numeral 12. La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

Por otra parte se tuvo en cuenta el Programa de Competencias Ciudadanas (PCC) que son el conjunto de estrategias lideradas por el Ministerio de Educación Nacional (MEN) dirigidas a todo el sector y que busca fomentar en el establecimiento educativo innovaciones curriculares y pedagógicas basadas en “prácticas democráticas para el aprendizaje de los principios y valores de la participación ciudadana” (Art. 41, Colombia, 1991), con el fin de “formar al colombiano en el respeto a los derechos humanos, a la paz y a la democracia...” (Art. 67, *Ibíd.*).

Dentro de las prácticas democráticas y la participación de la misma podemos realizar una correlación con las habilidades sociales ya que son habilidades que permiten generar una acción, defender un argumento, opinión, o expresar cualquier sentimiento dentro de esta misma están inmersos los valores y principios de cada individuo respetando los derechos y deberes de cada uno de los Colombianos, en esta situación se habla de los mismos dentro del contexto escolar.

De esta manera se tiene en cuenta el Proyecto Educativo Institucional (PEI) en relación con las acciones pedagógicas para favorecer el desarrollo equilibrado y armónico de las habilidades de los educandos, en especial las capacidades para la toma de decisiones, la adquisición de criterios, el trabajo en equipo, la eficiente administración del tiempo, la asunción de responsabilidades, la solución de conflictos y problemas y las habilidades para la comunicación, la negociación y la participación (Art. 148°, *Ibíd.*).

Mencionado lo anterior la monografía se planteó como una estrategia o propuesta pedagógica que permite generar en la comunidad educativa la formación de habilidades sociales, por medio de la práctica de actividad física con el fin de crear beneficios escolares, sociales y culturales para su vida cotidiana fortaleciendo los lazos de respeto, tranquilidad y promover el trabajo en equipo, el desarrollo de los deberes y derechos de los mismos.

4. Diseño metodológico

En el siguiente capítulo se abordan de manera detallada cada uno de los aspectos que se desarrollaron durante la ejecución y proceso de la investigación teniendo en cuenta los aspectos de exclusión e inclusión para contribuir con la problemática mencionada con anterioridad.

El presente capítulo abarca los diferentes aspectos que se tuvieron en cuenta para realizar la investigación, basada en autores que sustentan el tipo de investigación, la manera en la que se abarca la misma y como fue el desarrollo paso a paso teniendo en cuenta la intervención de la misma.

Se empezó con la delimitación del problema por medio de la observación en la población, luego se realizó una búsqueda de investigaciones para poder sustentar la problemática observada, después se evaluó por medio de un test basado en el listado de habilidades sociales propuesto por Camacho & Camacho (2005). Luego se analizó el test listado de habilidades sociales que permite delimitar cuales son las habilidades sociales que presentan más déficit en el grado décimo (1001) y según la problemática encontrada se procedió con la intervención teniendo en cuenta la actividad física como herramienta para la mejora de las mismas.

4.1 Tipo de investigación

Este proceso de investigación es mixto debido a que en las fases metodológicas se realiza en primera instancia una observación para verificar la problemática y seguidamente se realizó un test el cual da la posibilidad de conocer el déficit de habilidades sociales en los estudiantes del grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó, de acuerdo con Hernández et ál (2006), se puede afirmar que:

...la investigación mixta es la observación que representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (...).p.546.

4.2 Enfoque de investigación

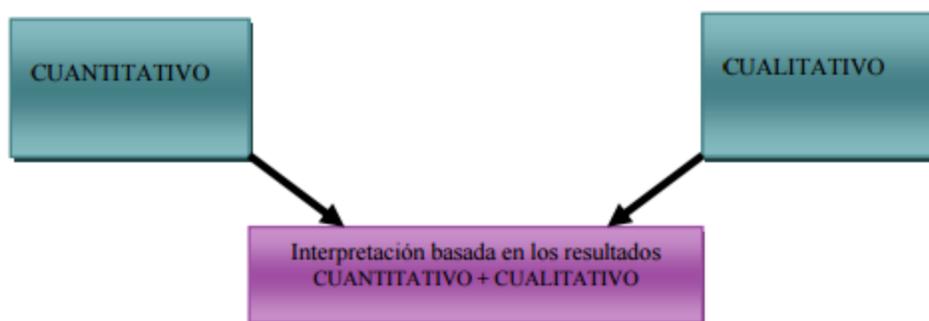
El enfoque crítico social es una mezcla de cualidades cuantitativas y cualitativas aplicadas por el investigador a través de situaciones para llevar a cabo el proyecto deseado realizándolo de una manera participativa donde el estudio es de interés colectivo, los individuos son agentes de cambio y la comunicación de los mismos debe ser de manera constante, realizando en cada una de las actividades su respectiva retroalimentación (López. 2011).

El enfoque crítico social se realiza de manera participativa donde el estudio es de interés colectivo, en este caso el estudiante es un agente de cambio generando comunicación constante dentro de su entorno escolar.

4.3 Método de investigación

El método utilizado en esta investigación es de triangulación concurrente el más popular se utiliza cuando el investigador pretende confirmar o corroborar resultados y efectuar validación cruzada entre datos cuantitativos y cualitativos, así como aprovechar las ventajas de cada método y minimizar sus debilidades. Dicho lo anterior se recolectan y se analizan los datos obtenidos por la población sobre el problema de la investigación y se realiza una correlación de lo cuantitativo a lo cualitativo realizando una comparación y su debida interpretación. Creswell & Plano (2007) plantean un diseño de triangulación donde se utiliza los métodos cuantitativos y cualitativos separados como medio para compensar las deficiencias inherentes, aprovechando los puntos fuertes de uno de los métodos sobre el método. Presentado en la siguiente gráfica:

Diseño Triangulado.



Nota: Adaptado de Creswell y Plano (2007)

Figura N° 1 diseño triangulado

Teniendo en cuenta la figura N° 1 se habla de comparar los datos originados por las dos metodologías presentada como lo son la cuantitativa y la cualitativa, teniendo en cuenta la recolección de datos, el proceso y el análisis de la información de cada instrumento de tal manera

que se pueda comprender de una manera sencilla el problema de la investigación y la solución de la misma.

Por otro lado, se habla de la triangulación mixta con ocho pretensiones básicas mencionadas en este mismo enfoque según Greene (2007), Tashakkori & Teddlie (2008), Hernández et ál. (2008) y Bryman (2008). La primera es la confirmación de métodos cuantitativos y cualitativos, el segundo es la clarificación de los resultados donde se tiene en cuenta lo que se observó y los resultados del test de entrada, en tercer lugar, la visión completa es más significativa que la de cada uno de sus componentes, seguidamente se desarrollan los procedimientos, la recolección y el análisis de los datos, la iniciación de obtener nuevas perspectivas y marcos de referencia, de igual manera la expansión usando diferentes métodos para distintas etapas del proceso investigativo y la compensación visualizando elementos y debilidades como contraparte y, por último, la diversidad para obtener puntos de vista variados, distintas ópticas (“lentes”) para estudiar el problema.

4.4 Fases de la investigación

En la metodología de la investigación se plantearon ocho fases las cuales permiten identificar el proceso de que se tuvo en cuenta dentro de la investigación e intervención, seguidamente se encuentran ocho fases que se desarrollaron y tuvieron en cuenta para la realización de cada una de ellas, estas fases son:

Fase de observación. En esta fase como su nombre lo indica se realizaron varias observaciones mediante las cuales se identificó la problemática que abarca esta investigación.

Determinar población o grupo. En esta fase se tuvieron en cuenta factores como la edad, el entorno social, escolar, familiar y cultural.

Aplicación del instrumento de entrada y de salida. El test listado de habilidades sociales de Camacho & Camacho (2004) se utilizó al inicio de la intervención para determinar y correlacionar con las observaciones realizadas previamente generando datos estadísticos que muestren el déficit de las habilidades sociales de los estudiantes del grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó, el cual también se aplicó al final de la intervención para realizar una correlación del primer resultado con el último. En este test se debe señalar con una x las habilidades sociales que más se les dificulta (pueden ser todas, algunas o ninguna).

Recolección de datos primer instrumento. Con el primer resultado se determinó el déficit que presenta el curso décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó.

Evaluación del instrumento de entrada. La elaboración la evaluación del instrumento se realizó de manera grupal el cual da a conocer las habilidades sociales a trabajar en los estudiantes de grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó.

Recolección de datos generales. En esta recolección se dieron a conocer los test aplicados en la población a trabajar.

Correlación del test de entrada y de salida. En esta recolección de datos se refleja el proceso que se tuvo con la población antes, durante y después de la intervención.

Análisis de datos finales. En esta fase se recogerá toda la información de la investigación para determinar un análisis general de la investigación.

4.5. Población y muestra

Se seleccionó el colegio Kimy Pernía Domicó por ser una institución educativa distrital donde los estudiantes de este colegio son muy receptivos al proceso de cambio teniendo en cuenta el PEI de la institución, se presentó la oportunidad de trabajar con la jornada tarde con los estudiantes de bachillerato del colegio Kimy Pernía Domicó ubicado en la localidad de Bosa.

En el grado décimo (1001) se realizaron varias observaciones en las cuales se identificaron la problemática, la cantidad de estudiantes y la distribución de estudiantes por género. Asimismo, se procesó la intervención de la propuesta pedagógica a través de la actividad física para abordar la problemática.

Socializando con los respectivos coordinadores y rectoría se llegó al acuerdo de desarrollar el proceso con el grado |1001 jornada tarde de la institución educativa Kimy Pernía Domicó del cual surge la observación cumpliendo con los parámetros establecidos para su ejecución.

El grado1001 está constituido por un total de 35 estudiantes 17 hombres y 18 mujeres (1 de ellas en estado de gestación), cabe mencionar que son estudiantes que en su mayoría vienen formándose juntos desde grado sexto lo cual indica que su comunicación es más fluida y compleja por el tiempo que comparten en la institución y las múltiples actividades que realizan.

4.5 Instrumentos y recolección de datos

Test de habilidades sociales Camacho & Camacho (2004). Este test permitió darle validez a la observación ya que refleja el déficit de las habilidades sociales.

Observación no participante: Ésta hizo evidente en los estudiantes los diferentes comportamientos de los estudiantes antes, durante y después de la investigación.

Diarios de campo. Este instrumento posibilitó identificar la problemática y los diferentes aspectos de la población.

Unidades didácticas. Estas permitieron el desarrollo de la propuesta pedagógica teniendo en cuenta la introducción, los objetivos, el contenido, la actividad y su finalidad.

5. Resultados

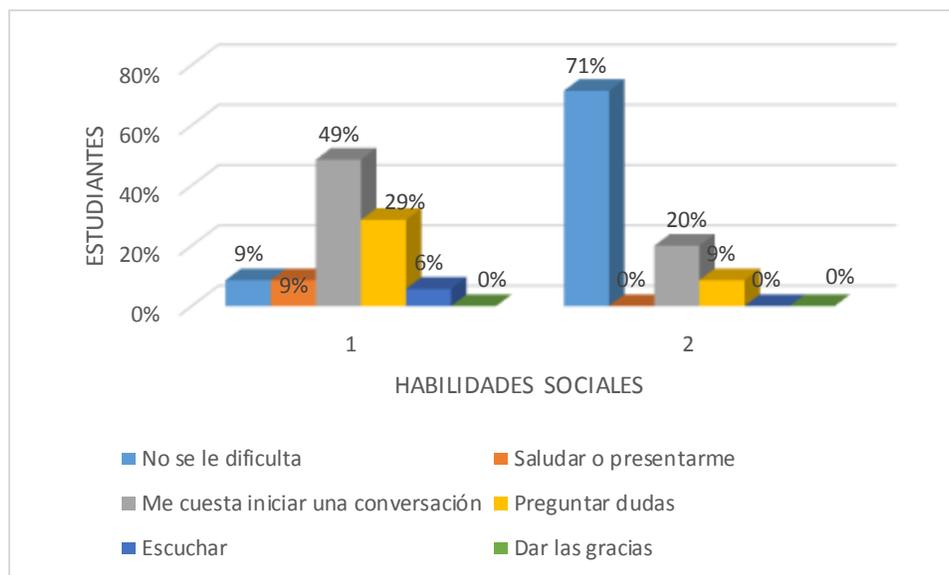
En el siguiente párrafo se encontrarán los resultados de los test aplicados en los estudiantes del colegio Kimy Pernía Domicó del grado décimo (1001) donde se representó por medio de una gráfica las habilidades, la cual se dividió según las categorías para comprenderla de manera más detallada y que mostrara lo que más se les dificultaba al momento de expresarse.

También se puede hablar de lo que se observó antes de la intervención, durante y después de la misma y asimismo realizar una correlación con los datos obtenidos para concretar que realmente se presentó la problemática y que ésta se abarcó desde la actividad física mediante una propuesta pedagógica, para ello se tuvo en cuenta que las primeras gráficas evidenciaron el déficit de las habilidades sociales en los estudiantes del grado décimo (1001), en las segundas gráficas se presenta la mejora de las mismas a través de la actividad física realizando una correlación del antes y el después.

Cada gráfica representa las categorías de las habilidades sociales tanto las básicas como las avanzadas, relacionadas con los sentimientos, alternativas a la agresión, frente al estrés y de planificación en las gráficas. Al lado izquierdo (1) se presenta el déficit inicial de las habilidades sociales de los estudiantes del grado décimo (1001) y al lado derecho (2) se presenta la gráfica después de la intervención a través de la actividad física donde los resultados expresan la mejora de las habilidades sociales.

A continuación se observan las gráficas de la categorización de las habilidades sociales antes y después de la intervención por medio de la actividad física.

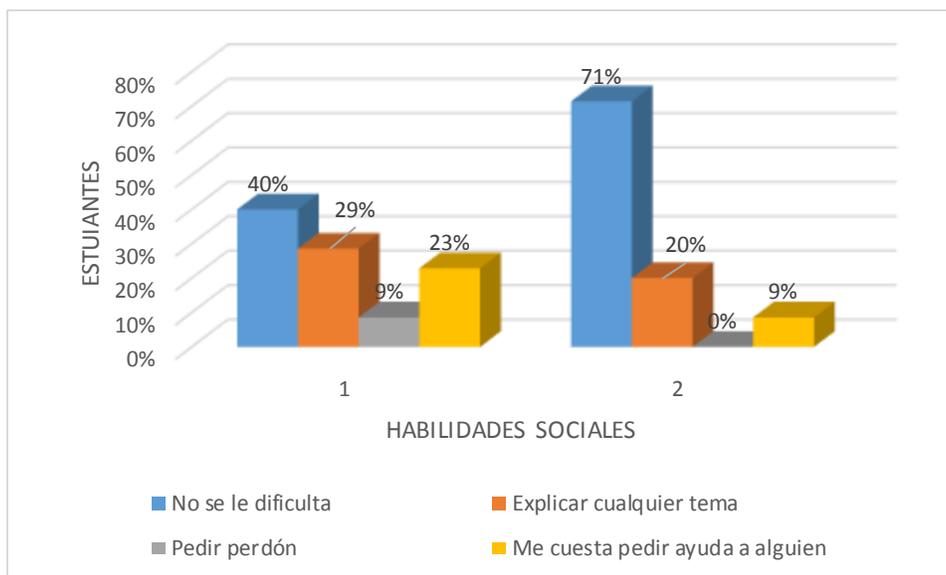
HABILIDADES SOCIALES BASICAS



Gráfica N° 1 Habilidades Sociales Básicas.

En la Gráfica N° 1 de las habilidades sociales básicas se evidencia un déficit respecto de la habilidad de iniciar una conversación con alguien a quien no conoce con un 49%, en el lado derecho después de la intervención solo se presenta el 20% de esta misma habilidad social, a nivel general se mejoró en un 65 % de la población.

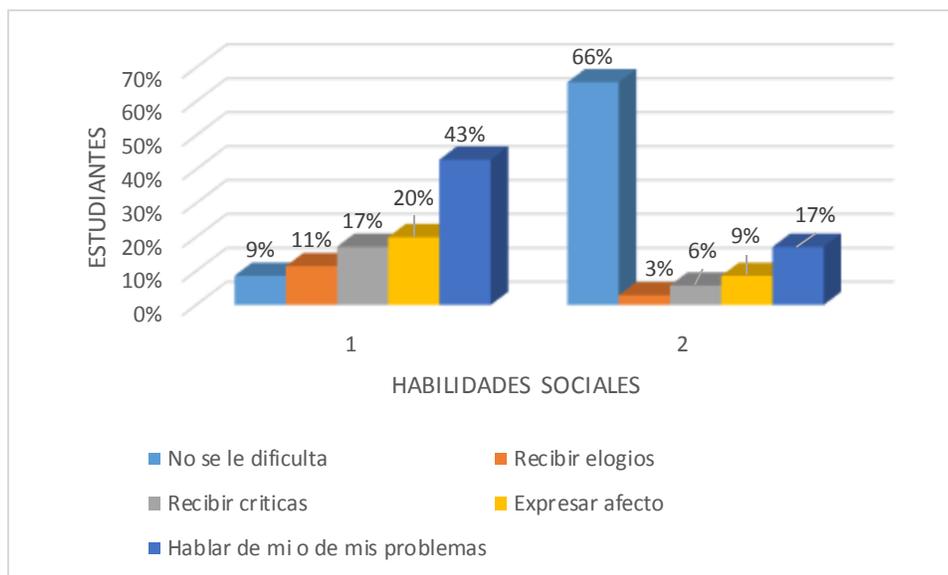
HABILIDADES SOCIALES AVANZADAS



Gráfica N° 2 Habilidades Sociales Avanzadas

En la gráfica N° 2 de habilidades sociales avanzadas se evidencia en el lado izquierdo un déficit en la habilidad de explicar cualquier tema con un 29% y en el lado derecho se evidencia la mejoría después de la intervención con un 20% de esta misma habilidad, se puede afirmar entonces que a nivel general se logra mejorar en un 40% de la población.

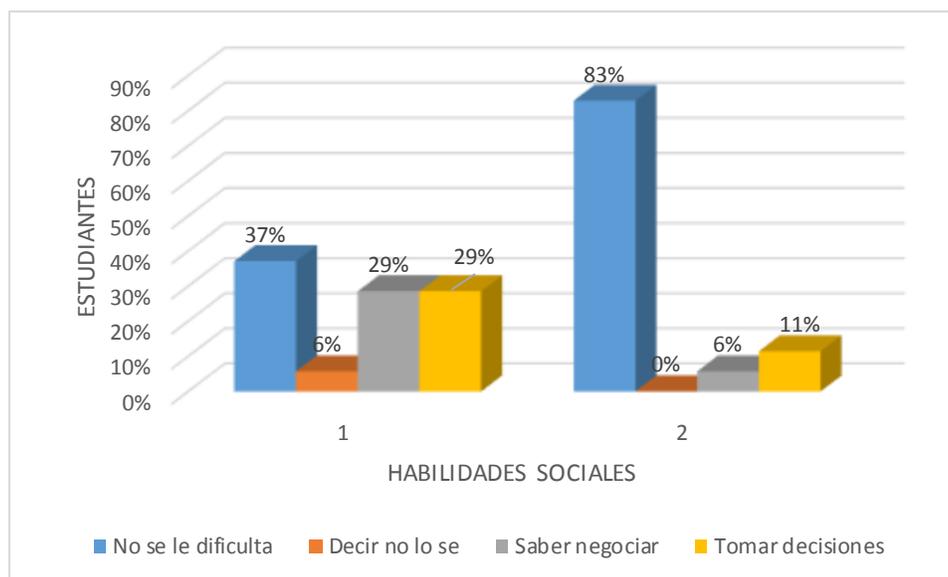
Habilidades sociales referidas a los sentimientos



Gráfica N° 3 Habilidades Sociales de Sentimientos

En la gráfica N° 3 de habilidades sociales de sentimientos se evidencia en el lado izquierdo un déficit en la habilidad de expresar afecto con un 20% en el lado derecho se evidencia una mejoría después de la intervención con un 9% de esta misma habilidad a nivel general se logró mejorar en un 57% de la población.

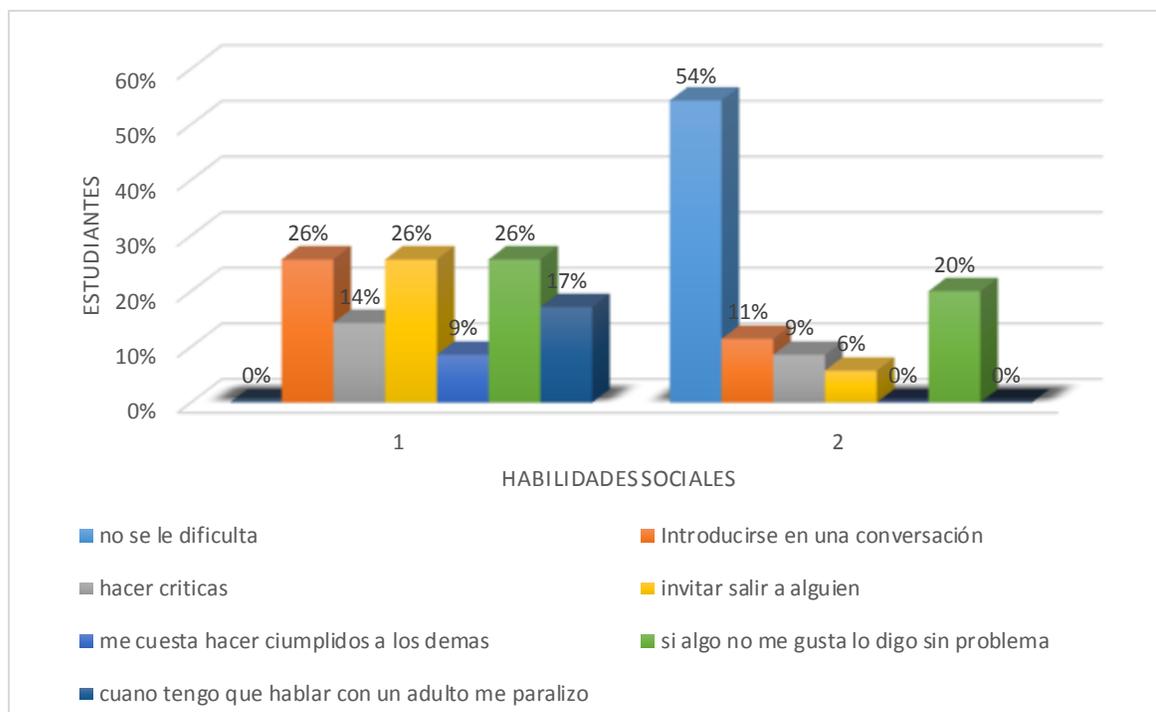
Habilidades sociales: alternativas a la agresión



Gráfica N° 4 habilidades sociales alternativas a la agresión

En la gráfica N° 4 de habilidades sociales alternativas a la agresión se evidencia en el lado izquierdo dos déficits en las habilidades de saber negociar y tomar decisiones con un 29% en el lado derecho se evidencia la mejoría después de la intervención saber negociar con un 6% mucho menos a la de tomar decisiones con un 11%, a nivel general se logró mejorar en un 46 % de la población.

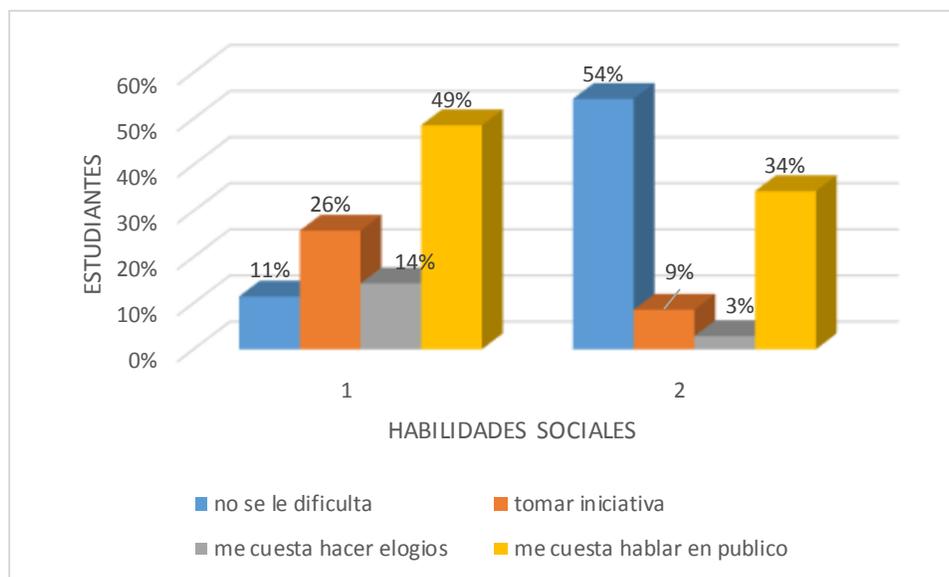
Habilidades sociales frente al estrés



Gráfica N° 5 Habilidades Sociales frente al Estrés

En la gráfica N° 5 de habilidades sociales frente al estrés se evidencia en el lado izquierdo tres déficits en habilidades de introducirse en una conversación, invitar salir a alguien y si no se está de acuerdo con se dice sin problema, cada una con un 26% siendo las más altas en esta tabla; al lado derecho se evidencia la mejoría después de la intervención en las habilidades de introducirse en una conversación con un 11%, invitar salir a alguien con un 6% y si algo no me gusta, lo digo sin problema con un 20% a nivel general se logró mejorar en un 54 % de la población.

Habilidades sociales de planificación



Gráfica N° 6 Habilidades Sociales de Planificación

En la gráfica N° 6 de habilidades sociales de planificación se evidencia en el lado izquierdo el déficit de la habilidad de hablar en público con un 49% de la población y tomar iniciativa con un 26% de la población en sus picos más altos, al lado derecho después de haber realizado la intervención se evidenció que se lograron disminuir las habilidades sociales en un 34% de hablar en público y en un 9% de tomaré iniciativa, a nivel general de esta categoría, se logró disminuir en un 54% de la población.

5.1 Técnicas de análisis de resultados

Los criterios de análisis se evidenciaron en grupo debido a los cambios físicos, biológicos, sociales y psicológicos que se presentan en la adolescencia, de esta manera al finalizar la aplicación del proyecto se realizó una evaluación grupal donde se evidenciaron las diferentes habilidades sociales expuestas en el proyecto, cada uno de los estudiantes debió marcar con una (x) las habilidades sociales que más se les dificultaban al momento de expresarse este test se aplicó antes de iniciar la intervención y después de la misma.

Teniendo en cuenta el punto anterior donde se presentan las gráficas de cada una de las características de las habilidades sociales se puede evidenciar la carencia de las mismas abordándolas desde su contexto escolar, teniendo en cuenta las observaciones realizadas, la aplicación de los test y cada una de las intervenciones de la propuesta pedagógica observando de manera positiva y significativa el cambio de cada una de las habilidades sociales.

5.2 Interpretación de resultados- discusión

En la interpretación de los resultados representados en las gráficas No 1,2, 3, 4, 5, 6, se muestra la carencia de algunas habilidades sociales en los treinta y cuatro estudiantes del grado décimo (1001) del colegio Kimy Pernía Domicó, con el resultado de la primera aplicación del test se realizó la aplicación del proyecto para mejorar las habilidades sociales por medio de la actividad física en los estudiantes adolescentes del grado décimo.

Se tuvo en cuenta según la caracterización de las habilidades las más notables de cada una: habilidades sociales básicas: me cuesta iniciar una conversación con alguien que no conozco 49%, es importante estas habilidades ya que son la base para obtener una buena comunicación

con los demás, dentro de las habilidades sociales avanzadas: explicar cualquier tema 29% estas permiten que los estudiantes tengan la capacidad de expresarse frente a otras personas de manera tranquila; las habilidades sociales de sentimientos: hablar de mí o de mis problemas 43% permiten generar un algún acercamiento con las otras personas de manera más confidencial generando confianza Habilidades sociales alternativas a la agresión: saber negociar y tomar iniciativa cada una con un 29%, en estas habilidades es importante saber delegar funciones y tomar iniciativa para poder lograr los objetivos que se tienen de manera personal y grupal según la actividad asignada; las habilidades sociales frente al estrés: introducirse en una conversación, invitar salir a alguien, si algo no me gusta, lo digo sin problema cada una con un 26% estas permiten generar un poco de tranquilidad del adolescente pueda cumplir con sus deberes en las habilidades sociales de planificación: me cuesta hablar en público con un 49 % estas permiten que el estudiante pueda exponer sus opiniones frente a una situación respetando la opinión de los demás. Es por eso que es importante manejar las habilidades sociales dentro de un proceso formativo.

6. Conclusiones

- Identificar qué factores afectan el desarrollo de las habilidades sociales en las adolescentes del grado decimo (1001).
- Desarrollar una propuesta pedagógica construida desde la actividad física mediante un diagnóstico realizado en los estudiantes de grado decimo (1001) del colegio Kimy Pernia Domicó por medio de la actividad física.
- Evaluar las habilidades sociales en los estudiantes de grado decimo (1001) del colegio Kimy Pernia Domicó a través del listado de habilidades sociales de Camacho Calvo, M. & Camacho Gómez, C. (2005)
- Dentro del desarrollo de la propuesta pedagógica se logró un cambio de comportamientos en los estudiantes del grado décimo de manera de positiva en su entorno social y escolar.

7. Prospectiva

Dentro de la prospectiva de este trabajo se pretende profundizar un poco más sobre las habilidades sociales, teniendo en cuenta la importancia de las mismas, abordando diferentes tipos de población y determinando su efecto a nivel personal, social y cultural tomando como herramienta la actividad física.

Referencias

- Avery, F. (2000), citado por Gil, S. (s.f) *Actividad Física en Niñez y Adolescencia. Vida Training*. Retrieved 9 May 2016, from <http://regioncore.webcindario.com/adolescentes.pdf>
- BOSA LOCALIDAD 7 CARACTERIZACIÓN SECTOR EDUCATIVO Año 2013*. (2013). *Bogota Humana*. Recuperado de 9 Mayo 2016, from http://www.educacionbogota.edu.co/archivos/SECTOR_EDUCATIVO/ESTADISTICAS_EDUCATIVAS/2014/Loc7_Bosa_20
- Caballo, V. (2002) citado por Cardoza Hernández, J., Guevara De León, S., & Penado Crespo, E. (2012). “Efectos Psicológicos De La Medida De Protección De Acogimiento Institucional, En Adolescentes Internos En La Aldea Infantil San Antonio, Ciudad De San Miguel, En Los Meses De Febrero A Julio, Del Año 2012. *Universidad De El Salvador Facultad Multidisciplinaria Oriental Departamento De Ciencias Y Humanidades Sección De Psicología*, 70-74. Retrieved from <http://ri.ues.edu.sv/5098/1/50107862.pdf>
- Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y Entrenamiento de Habilidades Sociales* Recuperado de 9 Mayo 2016, from <http://cideps.com/wp-content/uploads/2015/04/Caballo-V.-Manual-de-evaluaci%C3%B3n-y-entrenamiento-de-las-habilidades-sociales-ebook.pdf>
- Camacho, M. & Camacho, C. (2005). Habilidades sociales en adolescencia: un programa de intervención. *Revista Profesional Española De Terapia Cognitivo-Conductual*, 3. Recuperado de http://habilidadesparaadolescentes.com/equipos/HSociales_adolescencia_derechos_asertivos_Modulo%203.p
- Casas, J. & González, C. (2005). *Desarrollo del adolescente. Aspectos físicos, psicológicos y sociales*. Retrieved 9 May 2016, from [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente\(2\).pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/puericultura/desarrollo_adolescente(2).pdf)
- Creswell & Plano 2007 *Diseños Mixtos de investigación*. (2010). Retrieved 9 May 2016, from <https://portafolioinvestigacion2011.wikispaces.com/file/view/Investigaci%C3%B3n+mixta.pdf>
- DANE (2011) publicados por la Secretaria Distrital de Educación 2013 *BOSA LOCALIDAD 7 CARACTERIZACIÓN SECTOR EDUCATIVO Año 2013*. Bogotá. Recuperado de 9 Mayo 2016, from http://www.educacionbogota.edu.co/archivos/SECTOR_EDUCATIVO/ESTADISTICAS_EDUCATIVAS/2014/Loc7_Bosa_20

- Devís, (1997) citado por Ramírez, W., Vinaccia, S., & Ramón, G. (2008). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista De Estudios Sociales*, 18, 67-75.
- Devís, & Cols (2000) citado por Ramírez, W., Vinaccia, S., & Ramón, G. (2008). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista De Estudios Sociales*, 18, 67-75.
- Dipurural (2006) Taller de habilidades sociales la guardia from http://www.diputoledo.es/global/ver_pdf.php?id=4982
- Folkins & Sime (1981) citado por Casallas González, s., Salas Montaña, Y., & Villamarin Ramírez, N. (2015). *Actividad Física Como Estrategia Terapéutica Para La Salud Mental Del Adulto: Estado Del Arte*. Retrieved 9 May 2016, from [http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/20717/Susana%20Casallas%20Gonzalez%20\(tesis\).pdf?sequence=1](http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/20717/Susana%20Casallas%20Gonzalez%20(tesis).pdf?sequence=1)
- García, J., Fonseca C., & Camacho, E. (2012). Una actividad física eficiente ante el reto de una sociedad de jóvenes influenciada por el modernismo y la tecnología. *Revista UNAM. MX*, 12. Retrieved from <http://www.revista.unam.mx/vol.13/num2/art25/index.html>
- García, A. (2010). Estudio sobre la asertividad y las habilidades sociales en el alumnado de Educación Social. *XXI Revista De Educación*, 12, 225-240. Retrieved from <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/5352/b16450188.pdf?sequence=2>
- Granados R, (2000), Giménez , (2003). Velázquez & de la Torre (2001) citados por Castillo Viera, S. & Saenz-Lopel, P. (2007). Hábitos relacionados con la práctica de actividad física de las alumnas de la Universidad de Huelva a través de historias de vida. *Revista De Curriculum Y Formación Del Profesorado*. Retrieved from <https://www.ugr.es/~recfpro/rev112ART7.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2010). *Metodología de la Investigación 5a Edición*. Presentation, México. Recuperado de <http://es.slideshare.net/Igneigna/metodologia-de-la-investigacion-5ta-edicion-de-herndez-sampieri>
- Lahey, (1999) :381, *Jóvenes y medios de comunicación. Marco Teórico*. Retrieved 9 May 2016, from <http://www.injuve.es/sites/default/files/9156-04.pdf>
- Ley 115 de Febrero 8 de 1994, ley general de educación*. (1994). *EL CONGRESO DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA*. Retrieved 9 May 2016, from http://file:///C:/Users/usuario/Downloads/Ley_115_1994.pdf
- Lirón (2010) *El proceso de comunicación verbal y no verbal y su importancia en la educación infantil. Barreras en el proceso de comunicación en la vida adulta y técnicas para abordar una adecuada comunicación en público* Vol. 2, Nº 15 revista0020academica semestral from <http://www.eumed.net/rev/ced/15/ylr.htm>

- López E. (2011):133 *Investigación Cualitativa y participativa de la Universidad Pontificia Bolivariana* from <http://edwardlopez.jimdo.com/investigaci%C3%B3n/primer-corte/6-investigaci%C3%B3n-cr%C3%ADtico-social/>
- Mansilla, M. (2000). *Etapas del Desarrollo Humano*. Scrib. Retrieved 9 May 2016, from <https://es.scribd.com/doc/127939209/Etapas-Del-Desarrollo-Humano-resumen>
- Michelson & Kazdin (1987) citado por Fernández Duran, M. (2015). *Desarrollo de la competencia social en adolescentes: creación, aplicación y análisis del programa El Pensamiento Prosocial en Entornos Educativos* (Doctorado). UNIVERSIDAD DE VALENCIA.
- Monjas, (2000) citado por Mendoza,. (2008). *Nuevas Perspectivas del Sistema de Formación Docente. Facultad de Educación Elemental y Especial*. Retrieved 9 Mayo 2016, from http://www.feeye.uncu.edu.ar/web/XVII-JN-RUEDES/ponencias_eje_2/Esterkind.pdf
- O.M.S (2009). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. (2010). Recuperado de 9 Mayo 2016, from http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44441/1/9789243599977_spa.pdf
- Orengo, J. (2012). *Albert Bandura Teoría de Aprendizaje Social*. Retrieved 9 May 2016, from http://www.suagm.edu/umet/biblioteca/Reserva_Profesores/janette_orengo_educ_173/Albert_%20Bandura_agosto_2012.pdf
- Pérez Arenas, M. (2008). *La universidad de granada se presenta una tesis de doctorado Habilidades sociales en adolescentes para el afrontamiento a su entorno inmediato (2008)* (Doctorado). Universidad de Granada.
- Pérez, T., Saavedra, H., Salum, L., & Silva González, F. (2005). *Significado de Habilidades Sociales para Diversos Actores de Instituciones Educativas en la ciudad de Temuco*. Presentation, Temuco.
- Pineda, S. & Aliño, M. *El concepto de adolescencia*. Retrieved 9 May 2016, from http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf
- Programa de Competencias Ciudadanas*. (2011). MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. Retrieved 9 May 2016, from http://www.mineduacion.gov.co/1759/articulos-235147_archivo_pdf_cartilla1.pdf
- Proyecto Educativo Institucional, (2014) *Colegio Kimy Pernía Domicó IED*. (pp. 10,12). Bogota, Colombia.
- Raga, J. & Rodríguez, R. (2001). Influencia de la práctica de deporte para la adquisición de habilidades sociales en los adolescentes. *Instituto De Ciencias De La Educación*, 29-45. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10651/27462>

Sánchez, J. citado por Soria del Rio, I. (2012). La asertividad: esa cualidad tan importante y tan desconocida. *Inspiring benefits*. Retrieved from <http://blog.inspiringbenefits.com/inspiring-benefits/la-asertividad/>

Secretaria de Educación del Distrito, (2013). *Bosa Localidad 7 Caracterización Sector Educativo Año 2013*. Bogotá.

Washington, (2001) & Gunter (2002). El Impacto De La Actividad Física Y El Deporte Sobre El Rendimiento Académico: Una Revisión Teórica. (2016). *Edu-Fisica*, (12). Recuperado de <http://www.edu-fisica.com/Revista-12/Impacto-actividad-fisica.pdf>

ANEXOS

LISTADO DE SITUACIONES Y HABILIDADES SOCIALES. Cristina Camacho Gómez y Marta Camacho Calvo (2004)

EDAD:

MARCA CON UNA X LA SITUACIÓN DESCRITA EN LA QUE TENGAS MAYOR DIFICULTAD:
(Camacho y Camacho)

1. Saludar o presentarse.
2. Me cuesta iniciar una conversación con alguien que no conozco.
3. Preguntar dudas.
4. Escuchar.
5. Introducirse en una conversación.
6. Explicar cualquier tema.
7. Decir no lo sé.
8. Dar las gracias.
9. Pedir perdón.
10. Recibir elogios.
11. Recibir críticas
12. Hacer críticas.
13. Invitar a salir a alguien.
14. Expresar afecto.
15. Tomar iniciativa.
16. Saber negociar.
17. Tomar decisiones.
18. Hablar de mi o de mis problemas.

19. Me cuesta pedir ayuda a alguien.
20. Me cuesta hacer elogios.
21. Me gusta hacer cumplidos a los demás.
22. Me cuesta hablar en público.
23. Si algo no me gusta, lo digo sin problema.
24. Cuando tengo que hablar con un adulto o alguien de autoridad, me paraliza.

DIARIOS DE CAMPO

N°	FECHA	DESCRIPCIÓN	ELEMENTOS A TRABAJAR
1	08/FEB/2016	<p>Los estudiantes del grado décimo (1001) se encuentran en la clase de Educación Física con el respectivo docente, el cual me permite la observación de los estudiantes durante la clase, en el cual se evidencian, varios sub grupos, Falta de comunicación en todo el grupo, comentarios o críticas destructivas dentro del mismo, se presentan inconformidades dentro de los mismos estudiantes (choque entre ellos mismos) y tono de voz muy bajo en algunos estudiantes.</p>	<p>Hacer elogios</p> <p>Recibir criticas</p> <p>Hacer criticas</p> <p>Hablar en público</p>
2	11/FEB/2016	<p>Dentro del grado décimo (1001) los estudiantes muy visibles, hay otros que no se alcanzan a percibir dentro de sus clase habituales tampoco generan un tipo de socialización, solo realizan la clase pero no se presentan ningún tipo de acción que genere en el grupo una visibilidad. Hablando con el docente a cargo del curso menciona que el grupo está unido desde el grado sexto, y que se han generado unos pequeños cambios debido a la indisciplina y a los estudiantes nuevos, los comentarios son bastante fuertes y son generados entre los mismos estudiantes pero que de alguna u otra manera se mantiene el grupo dentro de la institución.</p>	<p>Hablar en público.</p> <p>Introducirse en una conversación.</p> <p>Tomar iniciativa.</p> <p>Saludar o presentarse.</p> <p>Escuchar.</p>
3	12/FEB/2016	<p>Los estudiantes de grado décimo al momento de exponer un tema frente a sus compañeros se paralizan, se le olvidan las cosas, son nerviosos,</p>	<p>Preguntar Dudas</p>

		<p>presentan ansiedad e inseguridad de sí mismos, se les dificulta recibir críticas por parte de sus compañeros o docentes, no toman iniciativa al realizar la actividad, es decir el docente encargado decide quien pasa a exponer el tema de primeras. Al momento de dejar un trabajo, preguntan acerca del mismo acercándose al docente no lo hacen de manera pública.</p>	<p>Hablar en publico</p> <p>Tomar iniciativa</p> <p>Recibir críticas</p> <p>Explicar cualquier tema.</p> <p>Me cuesta pedirle ayuda a alguien.</p>
--	--	---	--

RESUMEN DE LA PROPUESTA PEDAGOGICA

N° SESIÓN	TEMÁTICA	OBJETIVOS	HABILIDADES
1	Sensibilización de las Habilidades sociales	Concientizar a los estudiantes adolescentes sobre las habilidades sociales y como la Actividad Física contribuye en el beneficio de las mismas	Preguntar dudas, escuchar, tomar iniciativa, tomar decisiones, me cuesta pedir ayuda a alguien
2	El camino de la comunicación	Dar a conocer a los estudiantes de grado décimo la importancia de la comunicación no verbal desarrollando tareas dirigidas	Preguntar dudas, escuchar, explicar cualquier tema, tomar iniciativa, saber negociar, tomar decisiones
3	Lenguaje corporal	Establecer espacios donde el estudiante se pueda comunicar a través del movimiento recibiendo críticas del compañero	Preguntar dudas, escuchar, tomar iniciativa, tomar decisiones, recibir elogios, recibir crítica, hacer críticas, me cuesta hacer elogios, me cuesta hablar en publico
4	Mis compañeros, el otro y yo	Identificar por medio de una Actividad los comportamientos y conductas de los estudiantes al momento de realizar tareas en pareja y en equipo	Preguntar dudas, escuchar, tomar iniciativa, tomar decisiones, expresar afecto, si algo no me gusta, lo digo sin problema
		Promover espacios de socialización donde el estudiante conozca la importancia de las	Preguntar dudas, me cuesta iniciar una conversación, escuchar, tomar iniciativa, tomar decisiones, saber

5	Socializando	Habilidades Sociales en su entorno	negociar, si algo no me gusta, lo digo sin problema
6	Hablando para mis compañeros	Valorar por medio de la observación lo trabajado en clase a cada uno de los estudiantes	Saludare y presentarse, me cuesta iniciar una conversación, tomar iniciativa, tomar decisiones, hacer elogios, hablar en público, dar las gracias, explicar cualquier tema
7	Hablando para los demás	Observar los comportamientos De los estudiantes al momento de trabajar con un grupo desconocido	Saludare y presentarse, me cuesta iniciar una conversación, tomar iniciativa, tomar decisiones, expresar afecto, hacer elogios, hablar en público, dar las gracias, explicar cualquier tema, introducirse en una conversación
8	Retroalimentación	Dar a conocer a los estudiantes como la actividad física mejora las habilidades sociales	Preguntar dudas, recibir elogios, recibir críticas, hacer críticas, expresar afecto, tomar iniciativa, hablar en publico

CARTA PERMISO PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO DE HABILIDADES SOCIALES



UNIMINUTO
Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de Calidad al alcance de todos

Bogotá, 07 de Marzo del 2016

Señora:
FABIOLA CARDENAS GONZALES
Rectora
Colegio Kimy Pernía Domico

Asunto: Permiso para la implementación del proyecto de Habilidades Sociales

Reciba un cordial saludo, la presente es para solicitar la autorización de parte de ustedes como entidad educativa para poder implementar con los estudiantes de grado Decimo, proyecto el cual tiene como finalidad mejorar las Habilidades Sociales a través de la Actividad Física como parte del proyecto de opción de grado de la señorita Katerine Roballo Téllez identificada con CC. 1022993814 de Bogotá actualmente estudiante de la Corporación universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO de IX semestre de la licenciatura en Educación Física Recreación y Deporte lo cual será de gran importancia no solo para ustedes como institución sino para nosotros como formadores en pro de beneficiar a los estudiantes

Cordialmente:

Mauricio Prada Roza

Director de la Licenciatura en Educación Física Recreación y Deporte
Corporación Universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO

Fabiola Cardenas Gonzales
Rectora.

 **UNIMINUTO**
Corporación Universitaria Minuto de Dios
Educación de calidad al alcance de todos
Licenciatura en Educación Física,
Recreación y Deportes

Enterado
07-03-2016.
JAVIER CASAS TORRES
COORD. CONVIV. J.T.

Enterada:
J. Casas Torres
Coordinadora Académica.
Marzo 07 - 5:00 pm.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

N°	Nombre	Fecha	Objetivos	Actividad (descripción)	Proceso (tipo de habilidades sociales trabajadas)
1	Sensibilización de las Habilidades sociales	15 Feb/2016	Concientizar a los estudiantes adolescentes sobre las habilidades sociales y como la Actividad Física contribuye en el beneficio de las mismas.	<p>Se realiza una actividad en 3 grupos e la misma cantidad de estudiantes, en cada grupo se debe evidenciar un líder quien decidirá lo que se debe hacer dentro de la actividad, se entregaran 8 balones por grupo la actividad consiste en tener los 8 balones en constante movimiento esta actividad debe tener una secuencia, todos los participantes deben participar, los balones no deben tocar el suelo estos deben ser lanzados con las manos al momento si cae un balón al suelo se empieza la actividad de nuevo.</p> <p>Al finalizar la actividad se realizara la respectiva retroalimentación y se le dará a cada uno de los estudiantes el test explicando cómo se debe diligenciar y el debido consentimiento informado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ⊗ Preguntar dudas ⊗ Escuchar ⊗ Tomar iniciativa ⊗ Tomar decisiones ⊗ Me cuesta pedir ayuda a alguien

N°	Nombre	Fecha	Objetivos	Actividad (descripción)	Proceso (tipo de habilidades sociales trabajadas)
2	El camino de la comunicación	22 Feb/2016	Dar a conocer a los estudiantes de grado décimo la importancia de la comunicación no verbal desarrollando tareas dirigidas	Se realizan 5 grupos de 7 estudiantes y un líder por grupo, cada líder se le explicara la actividad para que generen una estrategia para realizar la actividad cada líder debe verificar que los 6 integrantes tengan venados los ojos, después deben realizar un recorrido por las instalaciones del colegio, donde deberán subir y bajar escaleras antes del recorrido el grupo debe tener las instrucciones claras ejemplo. Si le toco el hombro derecho deben girar a la derecha el líder que es el guiador no puede hablar solo puede emitir ruidos ya que los otros participantes están con los ojos vendados, se les proporciona un punto de salida y uno de llegada el primer grupo que llegue cumpliendo con las instrucciones es el ganador.	<ul style="list-style-type: none"> ⊗ Preguntar dudas ⊗ Escuchar ⊗ Explicar cualquier tema ⊗ Tomar iniciativa ⊗ Saber negociar ⊗ Tomar decisiones

N°	Nombre	Fecha	Objetivos	Actividad (descripción)	Proceso (tipo de habilidades sociales trabajadas)
3	Lenguaje corporal	29 Feb/2016	Establecer espacios donde el estudiante se pueda comunicar a través del movimiento recibiendo críticas del compañero	El grupo de estudiantes será dividido en 2 donde cada grupo debe tener la misma cantidad de hombre y de mujeres. Con la actividad de paquetes de... el grupo deberá elegir un nombre, dentro de los grupos deberán realizar parejas hombre y mujer y dado el caso del mismo sexo, se llevara una serie de películas donde por parejas deben interpretar de manera corporal a sus compañeros el grupo que adivine suma puntos positivos. Al final del ejercicio cuando todos hayan realizado el ejercicio se reunirá el grupo para hacer una mímica donde el grupo opuesto debe adivinar. Después de terminar la actividad como grupo deben mencionar la pareja que mejor logro el ejercicio y quien lo hizo peor generando una crítica constructiva o un elogio.	<ul style="list-style-type: none"> ⊗ Preguntar dudas ⊗ Escuchar ⊗ Tomar iniciativa ⊗ Tomar decisiones ⊗ Recibir elogios ⊗ Recibir críticas ⊗ Hacer críticas ⊗ Me cuesta hacer elogios ⊗ Me cuesta hablar en publico

N°	Nombre	Fecha	Objetivos	Actividad (descripción)	Proceso (tipo de habilidades sociales trabajadas)
4	Mis compañeros, el otro y yo	07 marzo/2016	Identificar por medio de una Actividad los comportamientos y conductas de los estudiantes al momento de realizar tareas en pareja y en equipo	Esta actividad se inicia realizando equipos de 10 personas donde los integrantes debe amarrarse los pies con un compañero las parejas conformadas serán una sola persona es decir la parte que está amarrada solo servirá para caminar, por lo tanto los lados externos del compañero conformaran una sola persona de esta manera quedaran 5 jugadores de cada equipo y se jugara futbol, al tercer gol o pasados 15 minutos entraran los otros equipos o se realizara un intercambio según la cantidad de equipos	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Preguntar dudas ☞ Escuchar ☞ Tomar iniciativa ☞ Tomar decisiones ☞ Expresar afecto ☞ Si algo no me gusta, lo digo sin problema

N°	Nombre	Fecha	Objetivos	Actividad (descripción)	Proceso (tipo de habilidades sociales trabajadas)
5	socializando	14 marzo/2016	Generar espacios de socialización donde el estudiante conozca la importancia de las Habilidades Sociales en su entorno	Se realizaran 6 grupos de 6 estudiantes previamente realizados por el docente teniendo en cuenta los subgrupos realizado en el curso, cada grupo debe generar una actividad lúdica primero se trabaja dentro del mismo curso y luego se le realizara la actividad a otro grupo con una actividad rompe hielo esta actividad será presentada al docente para ajustar y dejar lista la actividad que se realizara en 15 días.	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Preguntar dudas ☞ Me cuesta iniciar una conversación ☞ Escuchar ☞ Tomar iniciativa ☞ Tomar decisiones ☞ Saber negociar ☞ Si algo no me gusta, lo digo sin problema

N°	Nombre	Fecha	Objetivos	Actividad (descripción)	Proceso (tipo de habilidades sociales trabajadas)
6	Hablando para mis compañeros	22 marzo/2016	Valorar por medio de la observación lo trabajado en clase a cada uno de los estudiantes.	Con los grupos realizados previamente en la clase anterior 6 grupos de 6 estudiantes deben exponerle a sus mismos compañeros donde cada grupo tendrá de 15 minutos para realizar la actividad, cada grupo debe pasar con un líder y los demás compañeros el grupo expositor debe colaborar dentro de la misma al final cada expositor deberá decir lo bueno y lo malo que el curso tuvo mientras se realizaba la actividad	<ul style="list-style-type: none"> ☞ Saludar y presentarse ☞ Me cuesta iniciar una conversación ☞ Tomar iniciativa ☞ Tomar decisiones ☞ Hacer elogios ☞ Hablar en publico ☞ Dar las gracias ☞ Explicar cualquier tema

N°	Nombre	Fecha	Objetivos	Actividad (descripción)	Proceso (tipo de habilidades sociales trabajadas)
7	Hablando para los demás	29 marzo/2016	<p>Observar los comportamientos</p> <p>De los estudiantes al momento de trabajar con un grupo desconocido</p>	<p>Con los grupos realizados previamente en la clase anterior 6 grupos de 6 estudiantes, deben ubicarse a modo de estaciones trabajaran con el curso cuarto donde deben trabajar con 6 niños en cada grupo, en esta actividad se demoraran de 10 a 12 minuto por grupo los estudiantes de grado décimo deben:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⊗ Presentarse cada uno ⊗ Al inicio de la actividad realizar la actividad rompe hielo ⊗ 1 estudiante de grado décimo debe encargarse de que al sonar el silbato pasados los 10 min debe llevar los estudiantes de grado cuarto a la siguiente estación se rotara hacia la derecha ⊗ Cada estudiante de décimo debe explicar la actividad al momento de rotar los grupos y los demás deben hacer el acompañamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> ⊗ Saludar y presentarse ⊗ Me cuesta iniciar una conversación ⊗ Tomar iniciativa ⊗ Tomar decisiones ⊗ Expresar afecto ⊗ Hacer elogios ⊗ Hablar en publico ⊗ Dar las gracias ⊗ Explicar cualquier tema ⊗ Introducirse en una conversación

N°	Nombre	Fecha	Objetivos	Actividad (descripción)	Proceso (tipo de habilidades sociales trabajadas)
8	retroalimentación	11 Abril/2016	Dar a conocer a los estudiantes como la actividad física mejora las habilidades sociales	En esta última sección se realizara una pequeña actividad grupal que se llama teléfono roto con mímicas se realiza una fila donde el ultimo participante mira al lado contrario y debe realizar una acción sin hablar y tocar al compañero que está en frente el cual se girara para recibir la información a modo de mímica, así sucesivamente hasta llegar al primer participante que debe decir que entendió si es correcto gana todo el curso después de dividirá en dos grupos de igual cantidad de compañeros y el grupo que adivine más acciones gana en cada grupo deben hablar todos estudiantes realizando elogios para sus compañeros y recibiendo criticas de ellos mismos. Al final de la actividad deben diligenciar el mismo test de entrada que se utilizara como test de salida y se realiza la despedida agradeciendo a los estudiantes por la participar en la propuesta.	<ul style="list-style-type: none"> ⊗ Preguntar dudas ⊗ Recibir elogios ⊗ Recibir criticas ⊗ Hacer criticas ⊗ Expresar afecto ⊗ Tomar iniciativa ⊗ Hablar en publico

11 CONSENTIMIENTOS Y ASENTIMIENTOS INFORMADOS

Bogotá 8 de Febrero 2016

Asunto: Consentimiento y Asentimiento

Durante la reunión de padres de familia convocada por la institución educativa Kimy Pernia Domico se socializó a cerca del proyecto **Mejora de las habilidades sociales a través de la actividad física** el cual se lleva a cabo con los estudiantes del grado decimo (1001) mediante la intervención de la docente Katerine Roballo Téllez de la licenciatura de educación física recreación y deporte de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Se firma el conocimiento del mismo

Firma del Padre/Acudiente

Documento

Santofimio Virgen Karen Dayana	-	Manicela Virgen cc 20872209
Posada Torres Nicolas Alejandro	-	Dominga Vargas cc 41313380
Michel Reborcedo Martinez	-	ANA Martinez Barrios
Diana Yusef Gomez Gomez	-	Juliana C. Jorjate G. 1024569970
Maria Rojas		
Micol Valentina Castro Peña	-	Diana Peña cc 51861795 cc 35319919
Andres Numpaque Ruiz	-	Diana Camilo Numpaque 1022424144
JULIAN CAMILO VARGAS	-	JORDAN ANDRES VARGAS 1012414002
Nobia Esperanza Pabon	cc 39019100	
Julian Bonilla Alonso	Yolima Alonso	65554378
Olivia Torres	33805107	
Jenny Rocío Virquez	31.037.636	3226696585
Maria Gonzalez	22568562	
Leonardo Lopez	cc. 79690165	cel. 310 7621303
Nelson Noel Peña Ruiz	80016222	3115274990
Lorely Ostina Jurade	1007760428	313211 3366
Janeth Banez Montalegre	28936789	312412 4069.
Ingrid Serrano	52290899	310 2098274

Faney Gustavo V. 98057854489
Adriana Paola Garzon V 52842133
ERIK JUBO 64588479
Luci Tereke Luceri 93285568

3762577763.
3118684094
3134397850.
3126365730

COSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN EN EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTE DE LA CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS SOBRE ESTILOS
DE COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES COLEGIO KIMY PERNIA

El Sr/Sra. Brayan Steven Peña Rodríguez Con T.I. 1.007699132, acepto
participar de forma voluntaria como sujeto de estudio. Habiendo sido informado previamente de
los objetos. Metodología y beneficios/ riesgos de la de la investigación

Firma y C.C del investigador

Firma y T.I del participante

Brayan Steven Peña
1007699132

COSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN EN EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTE DE LA CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS SOBRE ESTILOS
DE COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES COLEGIO KIMY PERNIA

El Sr/Sra. Yenny Novalba Usaquén R. Con T.I. 1003481485, acepto
participar de forma voluntaria como sujeto de estudio. Habiendo sido informado previamente de
los objetos. Metodología y beneficios/ riesgos de la de la investigación

Firma y C.C del investigador

Firma y T.I del participante

Yenny Novalba Usaquén R.

COSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN EN EL PROGRAMA DE EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTE DE LA CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS SOBRE ESTILOS
DE COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES EN ADOLESCENTES COLEGIO KIMY PERNIA

El Sr/Sra. Karolain Sanchez Con T.I. 1000489295, acepto
participar de forma voluntaria como sujeto de estudio. Habiendo sido informado previamente de
los objetos. Metodología y beneficios/ riesgos de la de la investigación

Firma y C.C del investigador

Firma y T.I del participante

Karolain Sanchez