

**GOBIERNO DE CHILE  
CHILEDEPORTES**  
Departamento de  
Ciencias del Deporte



GDS CONSULTORES

**APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS  
DE MEDICIÓN DE LA CONDICIÓN  
FÍSICA EN ALUMNOS  
DE ENSEÑANZA BÁSICA  
(Proyecto IND 03/05).**

**INFORME EJECUTIVO.**

**SANTIAGO, MARZO DE 2006.**

## **I.- PRESENTACIÓN.**

Este documento, corresponde al informe ejecutivo del estudio “Aplicación de instrumentos de medición de la condición física en alumnos de enseñanza básica”, encargado por el Instituto Nacional de Deportes (IND) -mediante un proceso de licitación pública (portal chilecompra)- a la empresa GDS Consultores.

## **II.- OBJETIVO GENERAL DEL ESTUDIO.**

Aplicar los protocolos de las pruebas físicas, a una muestra representativa de alumnos de primero, cuarto y octavo año básico, de colegios municipalizados, particulares subvencionados y particulares no subvencionados del país.

## **III.- RESEÑA METODOLÓGICA.**

### **1.- GENERALIDADES.**

La investigación tuvo un carácter descriptivo, utilizando un diseño flexible y emergente, capaz de adaptarse a las circunstancias del estudio.

El proceso se efectuó en cuatro etapas sucesivas, cada una de las cuales constituyó un insumo básico para la siguiente.

- Primera etapa: afinamiento metodológico.
- Segunda etapa: trabajo de terreno.
- Tercera etapa: sistematización de la información.
- Cuarta etapa: análisis técnico de los resultados obtenidos.

El desarrollo global del proyecto tuvo una duración de seis meses, desde agosto de 2005 a febrero de 2006.

### **2.- EQUIPO PROFESIONAL.**

El equipo de trabajo se organizó con distintos responsables temáticos, que tuvieron a su cargo diferentes tareas durante el proceso investigativo.

Los profesores de Educación Física Karin Haddad Bendekovic (magíster en psicomotricidad), Fernando Buguñá Moya (con estudios de especialización en biomecánica y fisiopedagogía) y Cecilia Bahamonde Pérez (doctora en fisiología del ejercicio) fueron los encargados del análisis de las dimensiones de psicomotricidad, flexibilidad y consumo de oxígeno, respectivamente.

Isabel Matute Willemsen (socióloga), analizó los datos de los establecimientos educacionales y de los alumnos; Camilo Peña Araya (lic. antropología), fue el encargado del proceso de gestión de la investigación y Rodrigo García de Cortazar López (lic. sociología) fue el soporte estadístico del estudio.

La coordinación del proceso e interlocución con la contraparte técnica del IND, estuvo a cargo de Fernando Soto Valenzuela (lic. sociología).

### 3.- ÁREAS DE MEDICIÓN.

Las áreas de medición se operacionalizaron en cuatro dimensiones físicas y dos áreas de identificación, las que se describen en la tabla siguiente.

ÁREAS	DESCRIPCIÓN
Dimensión uno	Medición antropométrica de los escolares de primero, cuarto y octavo año básico.
Dimensión dos	Evaluación psicomotriz de los alumnos de primero y cuarto año básico.
Dimensión tres	Medición de la flexibilidad de los estudiantes de primero, cuarto y octavo año básico.
Dimensión cuatro	Evaluación de la potencia aeróbica a través del consumo de oxígeno (prueba de caminata fraccionada), aplicada a los alumnos de primero cuarto y octavo año básico.
Área de identificación del alumno	Definición de las características demográficas de los estudiantes, agregando preguntas sobre la práctica de actividad física y deporte fuera de la asignatura de Educación Física.
Área de identificación del colegio	Determinación -para cada curso- de la frecuencia y duración semanal de la clase, recursos humanos que dictan la asignatura, espacios utilizados, etc.

### 4.- DISEÑO MUESTRAL.

La construcción muestral fue aleatoria y polietápica, definiendo un tamaño de 1801 casos.

En una primera etapa, se distribuyó la muestra proporcionalmente según la matrícula de población escolar básica regional y de acuerdo al tipo de dependencia administrativa (a nivel país).

Luego, se dividieron cada una de las muestras regionales según dependencia por 30 (número referencial de alumnos a medir por colegio, de acuerdo a la experiencia obtenida en el proyecto anterior), lo que arrojó un total de 79 colegios a visitar, ubicados solo en las capitales regionales.

Considerando las estadísticas disponibles, se definió afijación simple por curso y sexo (es decir, cuotas iguales de alumnos evaluados según nivel y género).

El tamaño muestral enunciado, asociado a un procedimiento de extracción muestral al azar, permite trabajar con un error global de 3.0% aproximado, con un nivel de confianza del 95.5%.

Finalmente, atendiendo los criterios explicitados y la implementación efectiva del diseño muestral (no se pudo visitar dos colegios), la población evaluada se distribuyó así:

REGIÓN	CASOS		M		PS		PNS	
	ALUMNOS	COLEGIOS	A	C	A	C	A	C
I	47	2	28	1	19	1	-	-
II	63	3	33	1	23	1	7	1
III	33	3	18	1	12	1	3	1
IV	75	4	41	2	28	1	6	1
V	178	6	98	3	67	2	13	1
VI	95	5	52	2	36	2	7	1
VII	124	5	67	2	46	2	11	1
VIII	233	9	126	5	90	3	17	1
IX	110	5	61	2	42	2	7	1
X	129	6	71	3	46	2	12	1
XI	10	2	6	1	4	1	-	-
XII	17	3	9	1	6	1	2	1
RM	687	24	375	13	258	9	54	2
<b>TOTAL</b>	<b>1801</b>	<b>77</b>	<b>985</b>	<b>37</b>	<b>677</b>	<b>28</b>	<b>139</b>	<b>12</b>

#### IV.- RESUMEN DE LOS RESULTADOS DE LA MEDICIÓN.

##### 1.- LA OFERTA EDUCATIVA PARA EL SUBSECTOR EDUCACIÓN FÍSICA.

###### 1.1.- Características generales.

La encuesta fue aplicada en los 77 establecimientos visitados y su diseño apuntó a conocer el funcionamiento del subsector Educación Física al interior de cada colegio, siendo respondida por un funcionario directivo o profesor del área.

A nivel general, es importante precisar que un 80% de los colegios no realiza exámenes preventivos para conocer la aptitud física de los alumnos.

Además, dentro de las actividades especiales del área actividad física y deportes, es decir, más allá de las contenidas en el currículo formativo básico; un 66% de los

colegios desarrolla algún tipo de programas, los que se identifican con talleres de actividad física o deporte, y proyectos de alimentación y vida saludable.

### 1.2.- La distinción por tipo de dependencia administrativa.

Si bien la distinción por tipo de dependencia opera con tres categorías, a saber, colegios municipales, particulares subvencionados y particulares no subvencionados; los datos recabados permiten establecer una estructura bipolar, analizando la oferta educativa para el área Educación Física y deportes.

La estructura comentada, homologa los establecimientos municipales y particulares subvencionados, que tienen un funcionamiento distinto a los colegios particulares no subvencionados, donde estos últimos poseen una oferta cuyos indicadores superan al primer grupo; como se puede revisar en la siguiente tabla.

CATEGORÍAS	COLEGIOS MUNICIPALES Y PARTICULARES SUBVENCIONADOS	COLEGIOS PARTICULARES NO SUBVENCIONADOS
Desarrollo de la jornada escolar completa	En los colegios municipales, un 33% de los primeros básicos y un 70% en cuarto y octavo básico desarrolla la JEC. Mientras en los colegios particulares, lo hace alrededor de un 50% de ellos.	Sobre un 66% de los colegios ha implementado la medida.
Departamento de Educación Física	Existente solo en un 17% de las escuelas municipales y en un 46% de las particulares subvencionadas.	Presente en el 75% de los establecimientos.
Cantidad de profesores de Educación Física	Promedio de 1.6 y 1.9 en los colegios municipales y particulares subvencionados, respectivamente.	Promedio de 3.4 profesores por escuela.
Infraestructura	Un 90%, de ambos tipos de escuelas, tiene entre 2 y 3 tipos de infraestructura, para el desarrollo del subsector.	Sobre un 80% de los colegios tiene entre 3 y 6 tipos de infraestructura, para el desarrollo del área actividad física y deporte.
Horas de Educación Física	En ambos tipos de establecimientos, promedio de 2.8 horas semanales en primero y cuarto básico; y 2.3 horas en octavo básico.	Promedio de 3.5 horas semanales, independiente del curso.

## **2.- LA POBLACIÓN EVALUADA: OPINIONES Y HÁBITOS.**

### **2.1.- Características generales.**

La encuesta persiguió conocer la opinión de los alumnos y sus prácticas voluntarias en el ámbito actividad física y deporte.

El cuestionario fue respondido por 1801 alumnos, pertenecientes a primero, cuarto y octavo año básico, estudiantes de los 77 colegios visitados; los que –además– realizaron la batería de pruebas físicas.

### **2.2.- La deseabilidad social de la actividad física y el deporte.**

Un tema que hoy no está en discusión, es el posicionamiento de la actividad física y el deporte como un bien valorado positivamente.

Ante la pregunta de cuanto le gusta la actividad física y el deporte, en una escala de 1 a 7, el promedio fue de un 6.56. Promedio que aumenta en el caso de los hombres (6.62 vs 6.49 en las mujeres) y es decreciente a medida que aumenta el curso (6.79, 6.61 y 6.26, respectivamente).

### **2.3.- Práctica de actividad física y deportiva fuera de la clase de Educación Física.**

Sin embargo, la alta deseabilidad social de la actividad física y el deporte, no tiene un correlato lineal a nivel de práctica por parte de la población escolar; sólo el 63% de los encuestados manifestó realizar algún deporte o actividad física, fuera de la clase de Educación Física, al menos una vez a la semana, con una duración mínima de 30 minutos cada vez que la efectúa.

Este porcentaje es de un 77% en el caso de los hombres, que mayoritariamente practican fútbol. En cambio, en las mujeres es de un 50%, las que desarrollan actividades como básquetbol, trote y gimnasia.

### **2.4.- Índice de sedentarismo.**

A partir de los datos de la clase de Educación Física y las prácticas de actividad física y deportiva fuera de la asignatura, se construyó un índice de sedentarismo, clasificando como tales a los alumnos con una frecuencia de práctica menor a 3 veces por semana. De acuerdo a ello, un 43.6% de la población cae en la categoría de sedentario, porcentaje que en los estudiantes hombres es de 31.6% y en las mujeres de 55.6%. En tanto, por curso, el sedentarismo es de 57.5% en primero, 35.7% en cuarto y 37.6% en octavo año básico.

## 2.5.- Distinciones por dependencia.

Así como en el apartado anterior (referente a los establecimientos) se indicaron las diferencias de la oferta por dependencia para el subsector, éstas se mantienen al analizar a los estudiantes, tal como se puede verificar en la tabla.

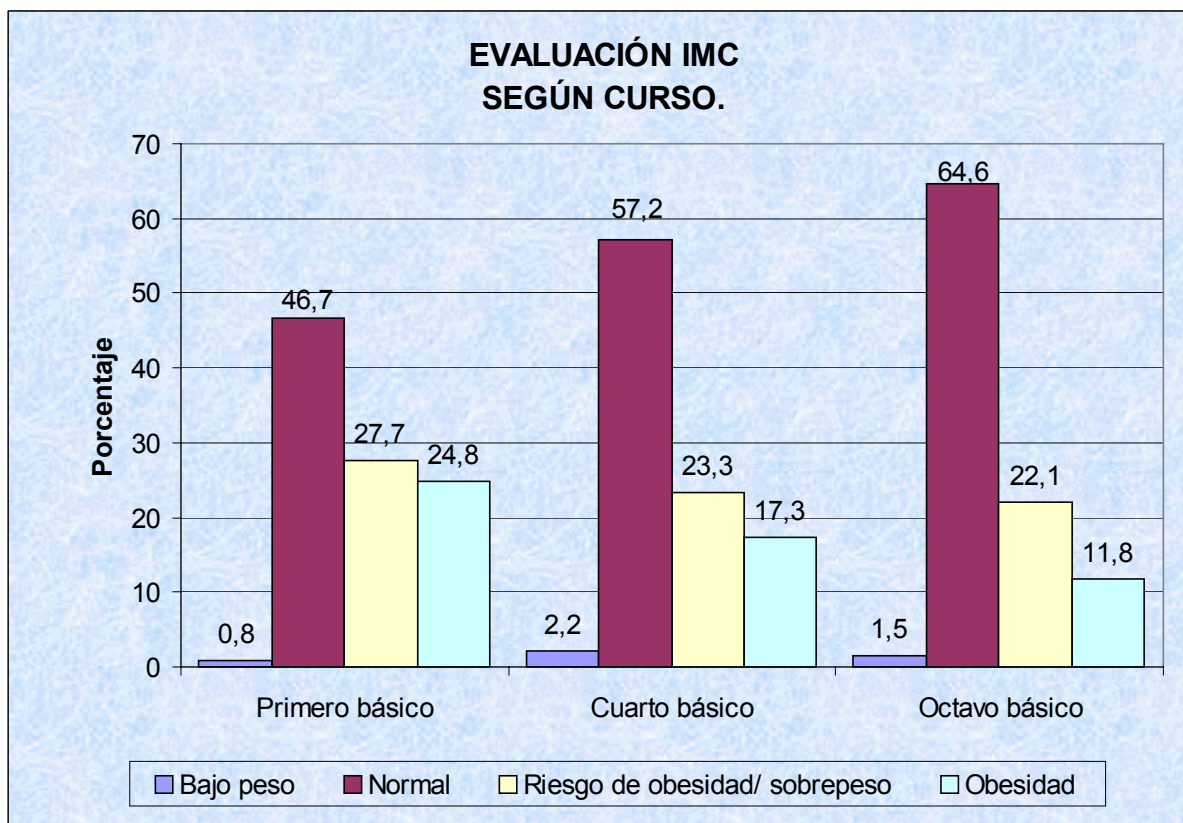
CATEGORÍAS	COLEGIOS MUNICIPALES Y PARTICULARES SUBVENCIONADOS	COLEGIOS PARTICULARES NO SUBVENCIONADOS
Frecuencia semanal de la clase de Educación Física	54.6% de los escolares de escuelas municipales y 66.6% de los alumnos de colegios particulares subvencionados, tiene clase una vez por semana.	65.5% de los estudiantes con clase dos veces por semana.
Gusto por la actividad física y el deporte (escala 1 a 7)	Nota promedio 6.51 en escuelas municipales y 6.59 en particulares subvencionadas.	Nota promedio 6.69.
Práctica de actividad física fuera de la clase de Educación Física	Realizada por el 63.2% de alumnos que asisten a colegios municipales y el 62.3% de quienes van a particulares subvencionados.	Desarrollada por el 74.1% de los alumnos.
Práctica de actividad física o deportiva, durante el tiempo libre, solo en el colegio	15.2% de los estudiantes de escuelas municipales y 15.1% de los alumnos de particulares subvencionados.	33.0% de los escolares.
Sedentarismo	41.5% en los municipales y 47.7% en los particulares subvencionados.	38.1% de los estudiantes.

En este contexto, es posible aceptar como hipótesis que una mejor oferta del subsector Educación Física, incide en un aumento de la práctica de actividad física y deportiva, así como en una mejor imagen de ella, por parte de los estudiantes.

## 3.- RESULTADOS DE LA DIMENSIÓN ANTROPOMETRÍA.

Se consideró la talla y el peso, variables que permitieron obtener el índice de masa corporal (IMC) de los alumnos.

Respecto de este dato, se debe mencionar que los porcentajes de normalidad son ascendentes según curso, con un 46.7% en primero; un 57.2% en cuarto y un 64.6% en octavo año básico, sin diferencias por sexo.



Un apunte preocupante viene dado por las altas tasas de sobrepeso y obesidad, que aumentan de manera inversamente proporcional al nivel de los escolares, pero que se mantienen con un mínimo del 30% de la muestra; superando el 50% en primero básico.

#### **4.- RESULTADOS DE LA DIMENSIÓN PSICOMOTRICIDAD.**

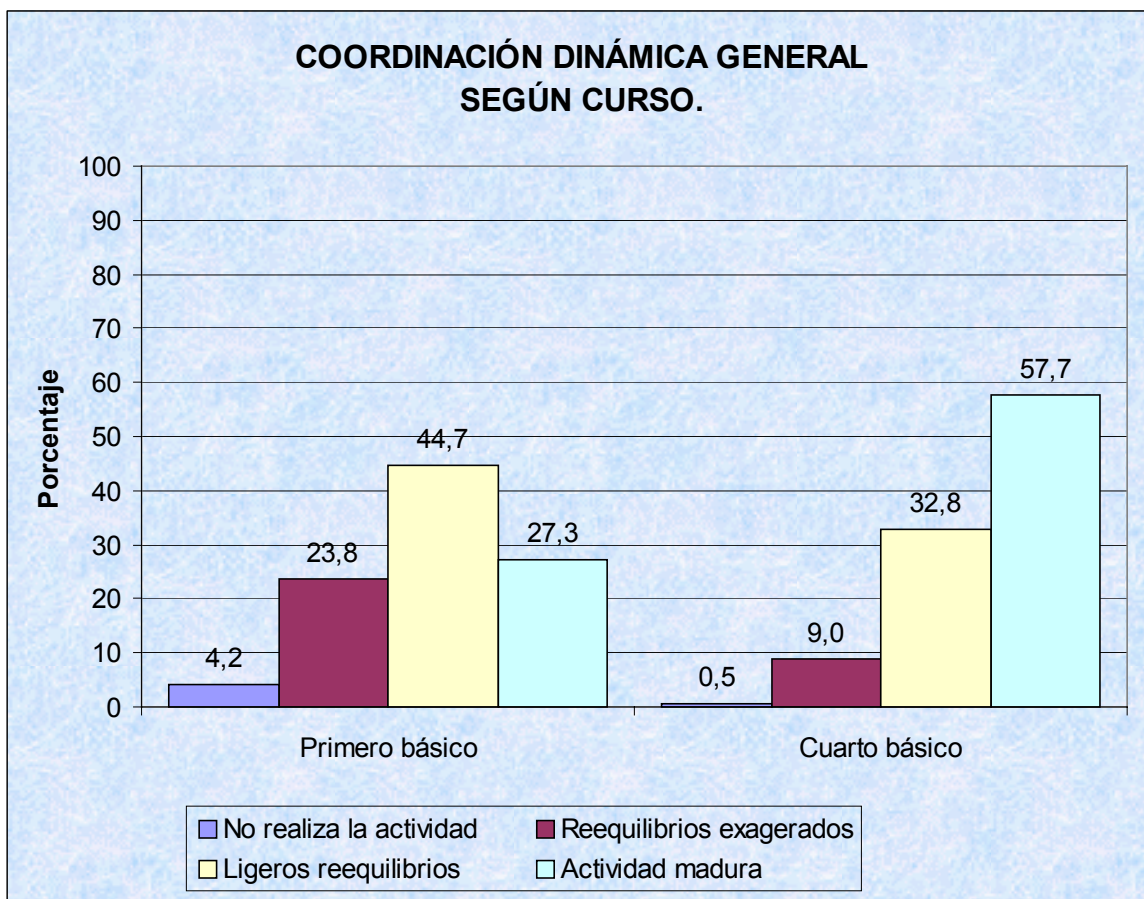
Considerando los datos obtenidos sobre una población de 1200 niños, correspondientes a primero y cuarto básico, los resultados para cada una de las siete pruebas son los siguientes.

##### **4.1.- Coordinación dinámica de las manos.**

Los datos indican que solo un 2.2% de los alumnos en primero básico y un 5.8% en cuarto básico, realizan la prueba con un perfecto planeamiento motor.

##### **4.2.- Coordinación dinámica general.**

En primero básico un 27.3%; y en cuarto básico un 57.7% de los estudiantes, realiza la prueba en forma perfecta, madura y equilibrada.



#### 4.3.- Control postural.

La prueba de control postural o equilibrio, fue lograda con un control maduro, eficiente y económico por el 45.3% de los alumnos de primero básico, grupo que aumenta al 59.7% en cuarto básico.

#### 4.4.- Control segmentario.

El test de control segmentario, fue rendido de manera óptima por un 36.3% de los estudiantes de primero básico y por 40.2% de los escolares de cuarto básico.

#### 4.5.- Organización del espacio.

Un 75.5% de los escolares de primero básico acierta a todos los requerimientos de la prueba (3 acciones), porcentaje que desciende a un 24.0% en cuarto básico (donde se consideraban 8 acciones).

#### **4.6.- Percepción y estructuración espacio temporal.**

Considerando el total de 12 estímulos auditivos, en primero básico los alumnos reproducen acertadamente un promedio de 4.34 estructuras, y en cuarto básico, un promedio de 8.52 estructuras.

#### **4.7.- Prueba complementaria de lateralidad.**

Los resultados arrojados en los niños, en relación a una lateralidad correctamente diestra o zurda, son muy deficientes: 11.7% en primero básico y 13.3% en cuarto básico.

#### **4.8.- Conclusión a partir de los resultados de la batería psicomotriz.**

Se manifiestan preocupantes evidencias, que señalan que alrededor de la mitad de la población evaluada no alcanza a mostrar una madurez psicomotriz adecuada. Apreciación expresada con total independencia de variables como el sexo, curso y dependencia del establecimiento.

Los cambios registrados por curso, no dan cuenta de un desarrollo madurativo que pueda ser leído como facilitado por una clase efectiva. Es decir, a nivel de datos, no es posible atribuir a la acción del subsector, los cambios que se producen entre primero y cuarto básico. También es importante mencionar que en las pruebas relacionadas con las capacidades de adaptación del niño al mundo exterior (organización del espacio, percepción y estructuración espacio temporal), se encontró relación según dependencia, tendiendo -los alumnos de colegios particulares no subvencionados- a obtener mejores resultados.

### **5.- RESULTADOS DE LA DIMENSIÓN FLEXIBILIDAD.**

La dimensión flexibilidad incluyó siete pruebas, aplicadas al total de la muestra (1801 alumnos de primero, cuarto y octavo básico):

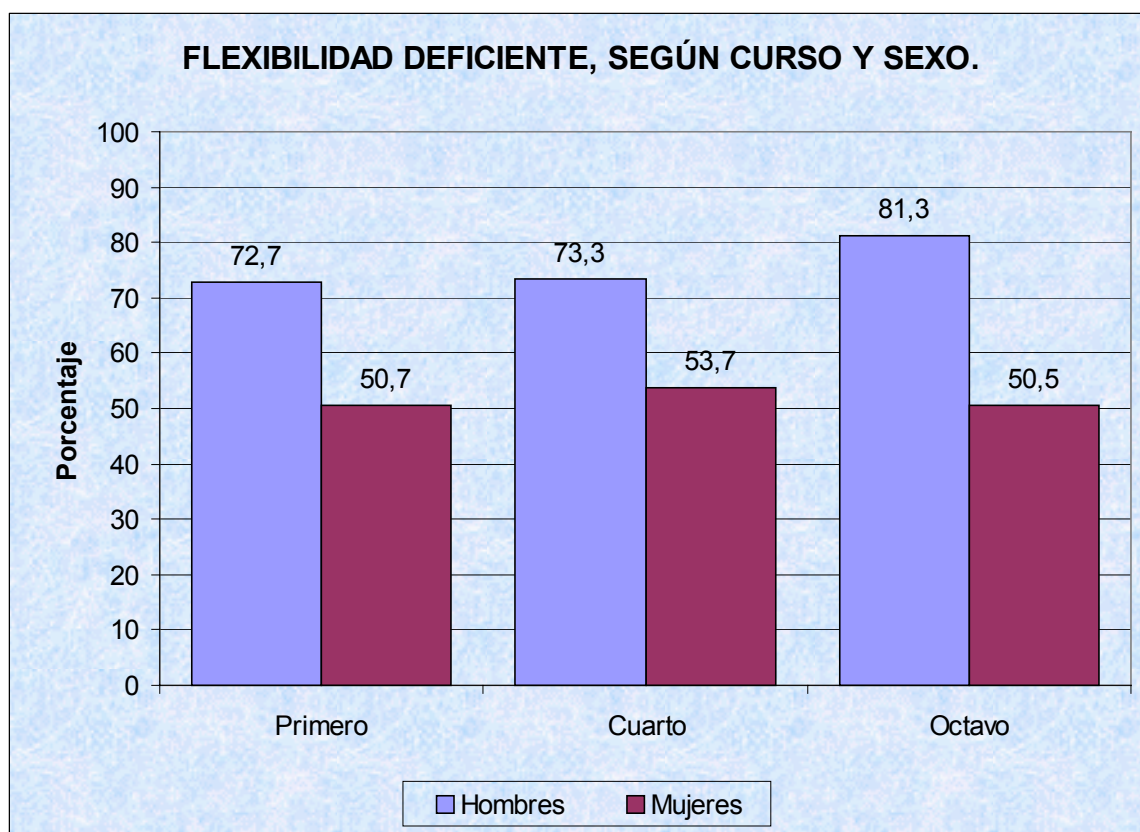
- Postura uno: cadera, pelvis y columna lumbar con piernas cruzadas y flexionadas.
- Postura dos: cuadrado lumbar.
- Postura tres: cadera, pelvis e isquiotibiales en posición valla.
- Postura cuatro: cadera, pelvis y columna lumbar con piernas extendidas en abducción.
- Prueba cinco: articulación de hombros.
- Observación complementaria: vista frontal.
- Observación complementaria: vista lateral.

### 5.1.- El índice de flexibilidad.

Luego de revisar las distintas pruebas de la dimensión flexibilidad, y en un intento por agrupar los datos proporcionados por la medición, se procedió a construir un índice en torno a las posturas uno, tres y cuatro.

Los resultados permiten realizar las siguientes afirmaciones:

- Casi dos tercios de la población (63.7%) tiene una flexibilidad deficiente.
- La situación anterior se agrava en el caso de los hombres y en los colegios municipales y particulares subvencionados.



- Por curso, no se encontraron diferencias, por lo que el fenómeno es igual de preocupante en el inicio como al final del ciclo básico.
- Si bien las mediciones brindan la imagen de una población simétrica, es importante insistir en que se trata de una simetría con tendencia a la rigidez.

## 5.2.- Las observaciones complementarias.

Las observaciones complementarias (vista frontal y lateral), entregan un perfil del alumno que se descompensa progresivamente a medida que aumenta su edad, producto de alteraciones posturales observables a simple vista, que -de no ser corregidas- pueden disminuir la calidad de vida de las personas.

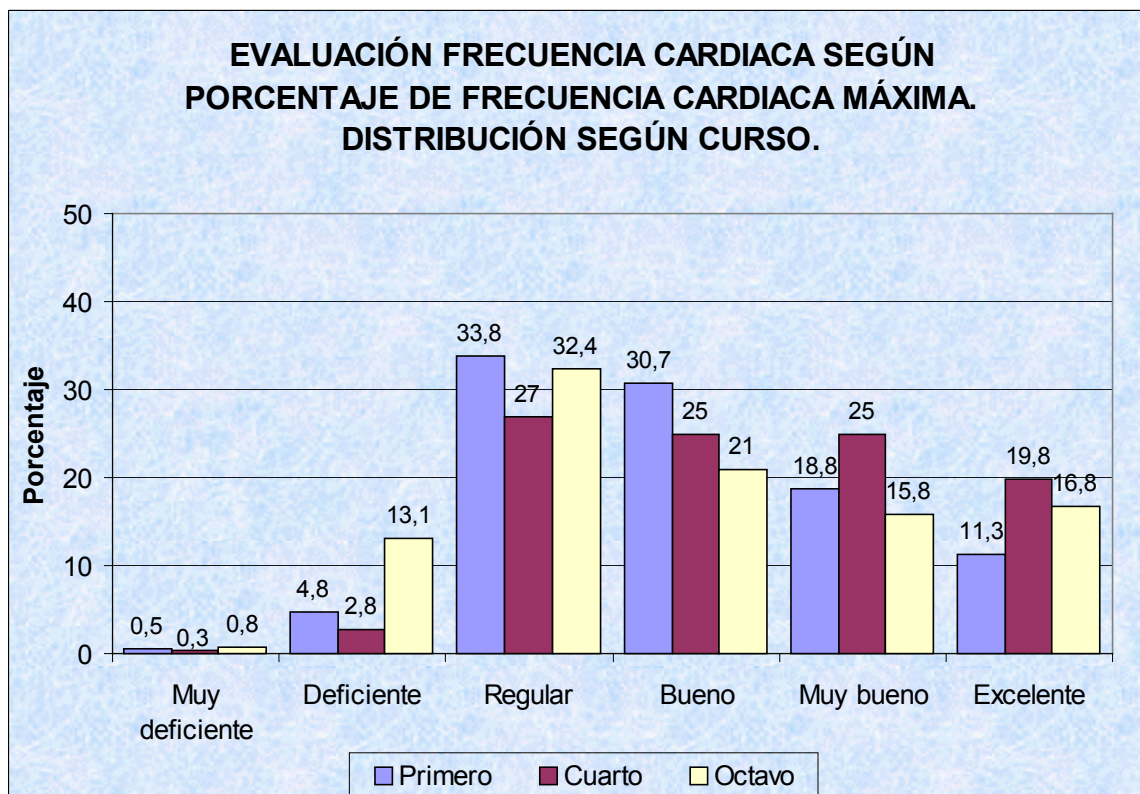
## 6.- RESULTADOS DE LA DIMENSIÓN CONSUMO DE OXÍGENO.

### 6.1.- La prueba CAFRA.

El circuito establecido consiste en un pentágono equilátero, demarcado cada 10 metros, es decir, con una longitud total de la pista de 50 metros; donde el número de vueltas que se debe ejecutar, dependerá de la velocidad elegida para realizar el test.

La evaluación de la prueba -con velocidades de 5km/h para primero y cuarto básico, y 6km/h para octavo básico-, se hará una vez logrado el estado estacionario, para lo cual se mantendrá la carga de trabajo durante 3 minutos; observándose a través de la frecuencia cardiaca (pulso carotídeo, en un intervalo de 10 segundos).

### 6.2.- Resultados.



De acuerdo al análisis de la población, es posible concluir que sobre el 50% de los alumnos obtiene un rendimiento cardiaco bueno o superior, mientras un porcentaje que fluctúa entre un 3% y un 14% se sitúa en los rangos deficiente o muy deficiente.

Los porcentajes comentados, experimentaron diferencias por sexo en cuarto y octavo básico, que ubican a las mujeres con un rendimiento cardiaco menos eficiente comparado con los hombres.

Lo anterior, si bien tiende a ubicar a los alumnos, en el tramo positivo de la curva y dar señales respecto de un corazón saludable en términos de salud funcional, no puede ser leído directamente como una señal de rendimiento deportivo.

Es preciso recordar que la prueba CAFRA es una prueba de consumo de oxígeno sub-máximo, generada como un instrumento para conocer el rendimiento cardiaco de la población de educación básica chilena, desde una perspectiva orientada por la salud y la inclusión. Es decir, el test es apto para ser realizado por toda la población escolar básica, sin exclusiones, sirviendo como un instrumento de diagnóstico y apoyo al trabajo en aula del profesor de Educación Física.

## **V.- ESCENARIO ACTUAL.**

Atendiendo los resultados entregados por la investigación, es posible perfilar la situación actual del subsector Educación Física, considerando los siguientes elementos.

- La actividad física y el deporte tienen una alta valoración social entre la población encuestada, pero ella no se encuentra asociada a conductas saludables, al menos las referidas a la práctica regular de actividad física y deporte fuera de la clase de Educación Física.
- Los alumnos de cursos inferiores (primero y cuarto año básico) cuentan con más horas de Educación Física, pero no necesariamente a cargo de profesores del área.
- Los establecimientos particulares no subvencionados tienen una mejor oferta educativa en el área Educación Física y deportes, considerando indicadores como la cantidad de profesores de Educación Física, horas destinadas a la asignatura y cantidad de infraestructura.
- En general, al compararlas con los hombres, las mujeres tienen un menor nivel de práctica de actividades físicas y deportivas, sin un imaginario definido asociado a prácticas específicas.
- A nivel global, el 43.6% de la muestra considerada es sedentaria, porcentaje que en el caso de los hombres es de 31.6% y de 55.6% en las mujeres.

- El sobrepeso y la obesidad representan un problema que afecta entre un 30% y un 50% de la población escolar básica, sin distinciones por sexo.
- Las pruebas de psicomotricidad perfilan una población con un desarrollo madurativo deficiente, con independencia de variables como sexo, curso y dependencia del establecimiento.
- La batería de flexibilidad determinó que sobre el 60% de los alumnos caen en la categoría de rigidez (flexibilidad deficiente), situación que aumenta en el caso de los hombres y en las escuelas municipales y particulares subvencionadas.
- En consumo de oxígeno, si bien sobre un 50% de los estudiantes se agrupa en las categorías de rendimiento cardiaco bueno y superior, entre un 3% y un 14% lo hace en los rangos de deficiencia; además, estos últimos porcentajes, aumentan en el caso de las mujeres.
- Una mirada global sobre las pruebas físicas indica que –sin lugar a dudas- la asignatura no está produciendo adaptaciones fisiológicas saludables en los individuos, es decir, el subsector no logra actuar preventivamente sobre dolencias asociadas al sedentarismo.

## **VI.- DESAFÍOS Y SUGERENCIAS.**

La investigación ha abordado al subsector Educación Física como un factor que puede contribuir a la calidad de vida de los alumnos y alumnas, a través del desarrollo y mantención de hábitos de vida saludables.

Esta mirada, se articula en base al concepto de condición física saludable, en el cual intervienen factores personales, socioculturales y biológicos los que pueden ser potenciados y desarrollados por la clase de Educación Física, promoviendo una mejoría de la calidad de vida entre los estudiantes.

A partir de esta visión, y atendiendo los resultados obtenidos en las distintas mediciones, las tareas para el subsector Educación Física se organizan en base a tres ejes. En primer lugar, una estrategia global, de fomento de la participación saludable en actividades físicas y deportivas por parte de los escolares. Luego, en la delimitación de los resultados esperados para la asignatura y las acciones que los potenciarían. Finalmente, en el desafío de planificar sustentados en la reflexión científica interdisciplinaria.

## **1.- ESTRATEGIAS GLOBALES: PROMOCIÓN DE LA PARTICIPACIÓN.**

### **1.1.- Fortalecimiento de la práctica física con una orientación hacia el bienestar personal.**

Si bien el deporte es visto como un bien positivo, es importante que la motivación para la práctica de actividad física y deportes se transforme en intrínseca a los individuos. Es decir, que pase de ser "algo bueno", a ser "algo bueno para mí".

### **1.2.- Promoción de la inclusión de la mujer en la actividad física y deportiva.**

La inclusión de las mujeres, no solo busca la promoción de la igualdad de oportunidades, sino también aprovechar -en educación básica- de generar hábitos de actividad física y deporte; los que el día de mañana además de lograr la participación de ellas, pueden actuar como motivadores de sus grupos familiares.

### **1.3.- Incorporación de entornos habituales del escolar a las prácticas de actividad física y deportiva.**

La promoción del deporte recreativo y de la actividad física saludable representan una oportunidad de inclusión para todos, sin requerimientos de habilidades específicas y flexibilizando las exigencias respecto de los espacios físicos.

## **2.- LOS RESULTADOS DEL SUBSECTOR.**

### **2.1.- Identificación operativa de los resultados perseguidos por la clase de Educación Física.**

La apuesta explícita de esta investigación ha sido la de proponer un subsector de Educación Física orientado a mejorar la calidad de vida de los estudiantes. En este sentido, se ha asumido el concepto de una condición física saludable; sin embargo, los resultados de los diferentes instrumentos han demostrado que esa es una meta que no se cumple.

En este contexto, la pregunta retorna hacia los planes y programas propuestos por el Ministerio de Educación y los resultados que pueden ser exigibles, considerando también las condiciones en las cuales se desarrollan las clases de la asignatura.

### **2.2.- Aumento y perfeccionamiento del recurso humano involucrado en el subsector Educación Física.**

Aumentar, adecuar y elevar el nivel profesional de los profesores que realizan la clase de Educación Física, es una necesidad imperativa para el desarrollo del subsector.

En concreto, se debe nivelar competencias del recurso humano existente; realizar capacitaciones específicas en temáticas vinculadas a la práctica de actividad física como calidad de vida y salud; y formar profesionales especializados en la problemática actual de la Educación Física en educación básica.

### **2.3.- Aumento de horas semanales y optimización de la distribución horaria.**

Si se busca generar adaptaciones orgánicas saludables, se debiera aumentar la frecuencia de la clase de Educación Física a dos veces a la semana, extendiendo a dos horas pedagógicas cada vez. Esta medida implicaría que los alumnos realizarían -al menos- dos horas cronológicas de deporte y actividad física semanal.

Además, como parte de la oferta extraprogramática de actividad física y deportiva de los colegios, los alumnos debieran desarrollar -al menos- un taller en el área durante el año.

### **2.4.- Promoción de la motivación hacia la práctica voluntaria de actividad física y deporte.**

Una salida intermedia, ante la dificultad de elevar la carga horaria de Educación Física en la educación básica, lo constituye incorporar en la clase la promoción activa del hábito de la actividad física y deportiva.

Un camino interesante de explorar son las "tareas para la casa" (por ejemplo, en el ámbito de salud postural). Otra opción, son los talleres electivos, entendidos como un aumento y diversificación de la oferta en actividad física y deportes del establecimiento, privilegiando una orientación recreativa y saludable.

## **3.- PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO DE POLÍTICAS.**

Ante un diagnóstico compartido, como es que la población escolar tiene una condición física que tiende a lo no saludable, es interesante el desarrollo de planes piloto, destinados a modificar el problema definido, ejecutados con una población acotada y orientados a producir modelos de intervención replicables en otros establecimientos.

Lo anterior, debe ir paralelo al fomento y desarrollo de un componente metodológico, implementado en tres tipos de investigación, todas ellas con una orientación interdisciplinaria: monitoreo de procesos, evaluación de resultados y estudios longitudinales.

La generación de planes piloto y el diseño de estrategias evaluativas, constituyen condiciones para superar la situación actual; sin embargo, son incompletas si no consideran a la comunidad académica y el actuar coordinado de las diferentes dependencias estatales que tienen alguna injerencia en el tema.

## ÍNDICE

<b>I.- PRESENTACIÓN</b>	<b>02</b>
<b>II.- OBJETIVO GENERAL DEL ESTUDIO</b>	<b>02</b>
<b>III.- RESEÑA METODOLÓGICA</b>	<b>02</b>
<b>IV.- RESUMEN DE RESULTADOS DE LA MEDICIÓN</b>	<b>04</b>
<b>V.- ESCENARIO ACTUAL</b>	<b>13</b>
<b>VI.- DESAFÍOS Y SUGERENCIAS</b>	<b>14</b>