

**La Actividad Física como Estrategia Pedagógica para fortalecer las Habilidades de Interacción Social en los estudiantes de noveno semestre del programa de Licenciatura en Educación Física de la Universidad CESMAG en la ciudad de San Juan de Pasto**

Carlos A. Rueda Pérez y Ricardo E. Dorado Sapuyes

Maestría en Educación, Fundación Universitaria Los Libertadores

**Nota del autor**

Carlos A. Rueda Pérez y Ricardo E. Dorado Sapuyes, Maestría en Educación, Fundación Universitaria Los Libertadores.

Cuenta con la revisión metodológica del Ph.D. Carlos Alberto Gómez, Fundación Universitaria Los Libertadores.

Cualquier mensaje relacionado con el trabajo pueden comunicarse al Programa de Maestría en Educación de la Fundación Universitaria los Libertadores.

LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL	2
<b>Contenido</b>	
<b>INTRODUCCIÓN</b>	<b>4</b>
<b>CAPÍTULO 1. PROBLEMA</b>	<b>5</b>
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	5
1.2 PREGUNTA PROBLEMA	7
1.3 JUSTIFICACIÓN	7
<b>CAPÍTULO 2. OBJETIVOS</b>	<b>8</b>
2.1 Objetivo general	8
2.2 Objetivos específicos	8
<b>CAPÍTULO 3. MARCO REFERENCIAL</b>	<b>9</b>
<b>3.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS</b>	<b>9</b>
3.1.1 Antecedentes internacionales	9
3.1.2. Antecedentes Nacionales	10
3.1.3. Antecedentes Regionales/Locales	11
<b>3.2 MARCO TEÓRICO</b>	<b>11</b>
3.2.1. Marco Conceptual	14
<b>CAPÍTULO 4. DISEÑO METODOLÓGICO</b>	<b>16</b>
4.1 Enfoque Metodológico	16
4.2 Tipo de investigación	16
4.3 Línea y grupo de Investigación	17

LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL	3
<b>4.3.1 Desarrollo Humano Integrador en el Contexto Social Colombiano</b>	<b>17</b>
<b>4.4 Población y muestra</b>	<b>18</b>
<b>4.4.1 Población</b>	<b>18</b>
<b>4.1.2 Muestra</b>	<b>18</b>
<b>4.1.3 Criterios de inclusión y exclusión</b>	<b>18</b>
<b>4.5 Fases de la Investigación</b>	<b>19</b>
<b>4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos</b>	<b>26</b>
<b>4.7 Técnicas de procesamiento de datos y análisis previstos</b>	<b>26</b>
<b>CAPÍTULO 5. RESULTADOS Y ANÁLISIS DE DATOS</b>	<b>27</b>
<b>5.1 Análisis de los datos básicos</b>	<b>27</b>
<b>5.2 Análisis de habilidades de interacción social</b>	<b>28</b>
<b>CAPÍTULO 6. DISCUSIÓN</b>	<b>45</b>
<b>CAPÍTULO 7. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	<b>47</b>
<b>7.1 conclusiones</b>	<b>47</b>
<b>7.2 Recomendaciones</b>	<b>47</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>48</b>
<b>APÉNDICES</b>	<b>52</b>

## **INTRODUCCIÓN**

En la población joven, especialmente aquella que pertenece a las universidades, se han presentado diferentes situaciones a lo largo de su formación, que infieren tanto positiva como

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

negativamente, en actitudes, hábitos y diálogos, que requieren de una mayor atención desarrollados en su vida académica. las habilidades de interacción social, al ser características muy importantes al nivel personal y grupal, se deben complementar con actividades que fomenten el trabajo interpersonal y sociales como principio fundamental de la formación ética e integral de los futuros profesionales. Campo et al., (2016). A través de la actividad física se puede contribuir a una mejora de las capacidades de comunicación, buenas relaciones, tanto en la familia como en la institución, incremento del proceso de tolerancia dado en los trabajos de grupo como en las actividades que requieren mayor participación, implementando diversas herramientas lúdico pedagógicas que permiten un mayor desempeño y un mejor crecimiento socio afectivo del estudiante. Por tal motivo, identificar y fortalecer las habilidades de interacción social, presenta gran importancia en la resolución de problemas, orientadas a proporcionar al estudiante, elementos satisfactorios que conllevan al buen rendimiento académico y mejores condiciones de empatía y trabajo, propios de un rol profesional.

Es así que el objetivo del presente trabajo, busca identificar y fortalecer las habilidades de interacción social de los estudiantes de noveno semestre de la licenciatura de Educación física de la Universidad CESMAG de san Juan de Pasto, como herramienta fundamental del desarrollo profesional.

## **CAPÍTULO 1. PROBLEMA**

### **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Dentro del proceso formativo de todo estudiante, deben constituirse valores, aptitudes y fortalezas, que conllevan a un mejor aprendizaje y una mayor habilidad en la construcción de saberes. Es así que, en la actualidad, los sistemas educativos cursan con políticas que aseguran o garantizan la calidad de la enseñanza. La innovación, el pensamiento con carácter crítico, la

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

enseñanza de los principios éticos profesionales, se han visto afectados con las nuevas metodologías o planeaciones que solo buscan la graduación o el escalafón dentro de una sociedad exigente, dejando a un lado la integración de la dimensión ética y orientando su titulación. Buxarrais et al., (2001).

En la actualidad, la formación universitaria debe ser un centro que garantice el aprendizaje ético, entendiendo el rol del futuro profesional desde la dimensión individual, hasta el proceso integral grupal, entendiendo que, dentro de su quehacer como formadores de profesionales, se basa trabajo en conjunto de manera interdisciplinar, donde cuenta mi actuar como profesional individual y mi aporte a lo colectivo dentro de la solución de factores propios de las diferentes profesiones y objetivos. Por esta razón y basados en este aporte metodológico, muchos profesionales no asumen con responsabilidad este principio fundamental de la formación, y es allí donde se atribuyen los aprendizajes y las formas de relacionarse a las familias o su entorno, dejando a un lado su importancia para el futuro laboral y profesional. Inclusión moral, imposición de valores, formación del ejercicio profesional, aumento del conocimiento, son expresiones que ha hecho que los saberes éticos dentro de la formación superior se vean estigmatizados y, por tanto, menospreciados tanto por docentes formadores como estudiantes, lo cual lleva a generar ciertos malentendidos y situaciones fuera del contexto que desencadenan en la pérdida de la interacción social. Valdez et al., (2020)

Varios estudios resaltan diferentes actitudes en torno al tema de la formación ética, que han generado varias connotaciones, en las cuales se pueden destacar varios aspectos: un primer síntoma en la desmotivación de los estudiantes en las clases teóricas, debido a la falta de herramientas didácticas y lúdico-pedagógicas impartidas por el docente que no llenan las expectativas del grupo y se convierte en un aporte a priori de los conocimientos, mas no de la aplicación y la proporción ética que esto involucra. Gómez, I., (2010). Como segundo síntoma se puede observar un cambio en actitudes de comportamiento asociado a procesos de indisciplina, que conlleva a una afectación de las normas de convivencia durante el desarrollo de la clase; la hiperactividad, la falta de atención, los procesos de desinterés en el aprendizaje y la monotonía son aspectos claves para el trabajo constante a nivel personal y a nivel grupal, siendo necesario un ajuste de su rol dentro de su formación.

Como tercera condición, los estudiantes pueden generar problemas de comunicación entre ellos al momento de realizar actividades de cooperación, la incomodidad, así como la inseguridad, son factores claves a destacar, que implican mejores habilidades en el momento de interactuar, lo que conlleva a desviar su atención y a generar conflictos particulares limitando el nivel de tolerancia, participación, sana convivencia, respeto y solidaridad lo cual perjudica su papel dentro

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

del grupo, llegando a afectar el aprendizaje y el desempeño en su rol profesional. Paulino et al., (2011). Es aquí donde las diferentes afectaciones de la formación profesional, pueden repercutir negativamente en condiciones propias de las habilidades de interacción social, en este entorno se puede ver afectado la cooperación, el diálogo, la percepción propia, y el respeto, entre otros aspectos de importancia, que pueden generar cambios negativos en el comportamiento del futuro profesional y su desempeño laboral. Esta condición desencadena una replicación de hechos que afectan tanto la individualización como el trabajo en grupo, generando menos adherencia al entorno laboral y menos productividad en torno al ambiente laboral, lo que implica en menos posibilidades laborales y de desarrollo social y personal.

### **1.2 PREGUNTA PROBLEMA**

¿De qué manera la actividad física puede fortalecer las habilidades de interacción social de los estudiantes de noveno semestre del Programa de Licenciatura en Educación física de la Universidad CESMAG en la ciudad de San Juan de Pasto?

### **1.3 JUSTIFICACIÓN**

El aprendizaje en ambientes universitarios, se ha convertido en un reto para los actuales modelos pedagógicos que se han generado en las diferentes instituciones educativas. Conductas o actuaciones han hecho que se genere un replanteamiento en el sector educativo, llegando a

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

implementar diferentes medidas en torno a los principios morales y éticos en vía de extinción. (Pandina., 2002)

Como sabemos, el ser humano desde su nacimiento está siendo influenciado por comportamientos y acciones dentro de su núcleo familiar, lo cual implica que requiera una mayor atención en su desarrollo, para así generar actitudes más concordantes con el entorno. En el transcurso de su desarrollo busca adaptar todas sus acciones a través de los esfuerzos físicos y mentales que conllevan a fortalecer las habilidades y capacidades motoras, así como también los procesos de integración. La actividad física identificada como movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exige un gasto de energía y un estímulo tanto hormonal, como neurológico, debido a la liberación de endorfinas y neurotransmisores capaces de modificar el comportamiento, se convierte en condición necesaria para el desarrollo desde los primeros días de vida hasta su culminación. Lo que concluye que sin esta práctica el proceso cognitivo y comportamental puede inducir negativamente en el aprendizaje mismo de los valores, llegando a generar condiciones de aislamiento y anti-sociedad, repercutiendo negativamente en su salud. Restrepo et al., (2012)

El actual proyecto de investigación mediante la inclusión de la actividad física, que resalta los diferentes aspectos fisiológicos y dinámicos necesarios para un mejor estado de salud y bienestar y busca que los estudiantes adquieran y/o mejoren, las habilidades de interacción social, con el fin de disminuir problemáticas de convivencia y respeto, promoviendo los valores, la equidad, la tolerancia y comunicación, integrando nuevos aspectos a su forma y estilo de vida dentro de su aprendizaje universitario.

## **CAPÍTULO 2. OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo general**

Fortalecer las habilidades de interacción social por medio de la actividad física en los estudiantes de noveno semestre del programa de Licenciatura en Educación Física de la Universidad CESMAG en la ciudad de San Juan de Pasto.

### **2.2 Objetivos específicos**

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

Identificar, mediante una encuesta aplicada a la población participante, las características y habilidades de interacción social.

Implementar estrategias de actividad física para reforzar la convivencia académica en torno a las habilidades de interacción social.

Describir los cambios encontrados, posterior a la estrategia aplicada en la población, en torno a las habilidades de interacción social.

## CAPÍTULO 3. MARCO REFERENCIAL

### 3.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS

#### 3.1.1 Antecedentes internacionales

Las habilidades de interacción social pueden estar inmersas en diferentes procesos pedagógicos, con el fin de mejorar el proceso de aprendizaje y generar un fortalecimiento de los valores. Teniendo en cuenta este aspecto, se debe resaltar la importancia de los procesos comunicativos que enseñan al individuo la interacción constante con su entorno. Estudios como el de Guillen-Chávez et al (2021), al trabajar con estudiantes de la Facultad de Educación de una universidad pública ubicada en Lima-Perú, resalta la importancia de identificar la estrecha relación que existe entre las habilidades comunicativas y las de interacción social, estableciendo un vínculo de mayor significancia, con relación directa, permitiendo un mejor fortalecimiento y un mayor desempeño tanto en su condición académica como, a futuro, en su vida profesional.

Por otra parte, es necesario resaltar que, durante la formación constante del individuo, se adquieren diferentes habilidades que establecen normas éticas para una adecuada interacción. Es así que, desde la comunicación, la cooperación, el control de emociones y el autoconcepto se deben establecer pautas que permitan identificar dichos procesos y fortalecerlos a medida



## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

que se adquiere mayor experiencia y profesionalismo. En un estudio realizado por Arancibia, J., (2019), en Sucre-Bolivia, encontró que es necesario reforzar la interacción social, con el propósito de mejorar los procesos asociados a las acciones sociales, así como generar una capacidad que conlleve a la transformación social de profesionales, con el fin de aportar a un incremento del desarrollo social y económico en la región. Es importante, por otra parte, resaltar la importancia de identificar las conductas, como condición necesaria para la solución de conflictos. Caballo et al., (1997), estableció el vínculo entre conductas, decisiones, respeto y equilibrio emocional, dando un mejor concepto a que una mayor problemática se genera entre menor diálogo y mayor acción.

Cabe resaltar que también, dentro de las acciones que permiten la apropiación de las habilidades, es necesario entender que la actividad física hace parte del proceso ideal para generar un cambio significativo en estas y un fortalecimiento de las mismas. Desde diferentes aspectos la moralidad es un proceso que abarca desde el primer momento de nuestras vidas y que engloba todas las acciones necesarias para una mejor interacción, lo cual se ha venido explicando desde la educación integral, permitiendo que se generen valores dentro de un ambiente educativo que conlleva a un mejoramiento del desarrollo moral. Hernández, A et al., (2011).

### **3.1.2. Antecedentes Nacionales**

En Colombia se han realizado diferentes estudios resaltando la importancia de las actividades lúdico recreativas con las habilidades de interacción social. Esto ha llevado a que autores como Gallego, O (2009), en un estudio piloto realizado a estudiantes de Psicología en la ciudad de Bogotá, resalta la importancia de establecer estrategias de intervención con el fin de mejorar las condiciones de aprendizaje de futuros profesionales y especialmente haciendo énfasis a las acciones que desarrollen actitudes motrices, cognitivas y fisiológicas. Es importante reconocer que la interacción social se convirtió en un proceso, donde diversas situaciones de conducta generaban un efecto en el aprendizaje y en el desarrollo de destrezas sociales, lo que permitió una mejor orientación y aplicación a los procesos pedagógicos, es así que la necesidad de medir y conocer dichas habilidades se ha convertido en un proceso complementario en la educación actual. Hidalgo., et al (1990) Al entender que las actividades relacionadas con la motivación pueden complementar el desarrollo y el desempeño de estudiantes universitarios, se resalta el trabajo de Flórez J., et al (2011), realizado en diversos colegios de área metropolitana de la ciudad de Bucaramanga y en estudiantes de edades comprendidas entre los 9 y 19 años, donde, en clases de educación física se aplicó la subescala de Habilidad Física Percibida (PPA).

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

Resaltando en el mismo la capacidad física de los individuos y logrando una mejor capacidad en el manejo de situaciones eventuales para garantizar el mejor rendimiento en su formación.

En un artículo titulado: *“La actividad física como estrategia pedagógica para una sana convivencia desde las competencias ciudadanas de convivencia y paz en el curso séptimo C del colegio Emilio Valenzuela”*, realizado por Consuegra et al., (2016), en estudiantes de la licenciatura en educación física, recreación y Deporte, Corporación Universitaria Minuto de Dios. Santa fe de Bogotá; tuvo como objetivo el establecimiento de la actividad física por medio de los juegos cooperativos y de esta forma, facilitar un cambio en los comportamientos y relaciones de los estudiantes.

### **3.1.3. Antecedentes Regionales/Locales**

En cuanto a la revisión de antecedentes investigativos, en relación al tema local en el departamento de Nariño y específicamente en la ciudad de San Juan de Pasto se han realizado estudios como el realizado por Gonzales, J., et al (2012), el cual hace referencia al desarrollo buenas habilidades sociales y como estas van generando conductas favorables hacia la obtención de sentimientos, actitudes y deseos acordes a resolver problemas sin necesidad de recurrir a la violencia. En otro proceso investigativo realizado en San Juan de Pasto por Betancourth., et al (2017), realizado a 82 estudiantes de un colegio público de la misma ciudad, se resaltó la importancia que existe en la comunicación asociado a las habilidades sociales, generando mayor expectativa en torno a población adolescente, pero existe la necesidad de implementar programas de entrenamiento o actividades que desarrollen aún más las condiciones de comunicación. En un estudio realizado por Flórez, A., et al (2020), en población de 16 a 19 años de edad de tres programas académicos de una universidad privada, se hizo énfasis en que las habilidades sociales permiten diferentes retos y desafíos para la adaptación social, donde es necesario fortalecer las relaciones interpersonales para adquirir un mejor nivel de desarrollo y confianza que mejoran la respuesta adaptativa académica. Revelo et al., (2017), encontró que la importancia del trabajo colaborativo, abarca gran importancia en los procesos didácticos y a su vez, al aplicarlos de manera adecuada permite consolidar estrategias que mejoren la resolución de conflictos y logren ampliar la enseñanza educativa. Sin embargo, un proceso mal adaptado a las necesidades del educando y la enseñanza ponen de manifiesto necesidades de cambio en el ámbito educativo pedagógico.

### 3.2 MARCO TEÓRICO

En la investigación se establecieron conceptos necesarios para un adecuado desarrollo de la temática a consultar, por tal motivo, existe la necesidad de describir cada característica utilizada en el mismo. Es por ello que comprendemos que las habilidades de interacción social pueden llegar a ser establecidas como conductas con la posibilidad de representarse mediante relaciones sociales con el entorno, teniendo como condición importante la convivencia basada en comportamientos de autocontrol, comunicación y situaciones emocionales, generando acciones de agradecimiento hacia los demás. Según el autor Caballo, V., (1997) y tomado por diferentes autores como Flores et al., (2016) se definen las habilidades sociales como el conjunto de conductas emitidas por el individuo en un contexto impersonal que expresan los sentimientos, actitudes deseos, opiniones o derechos de un modo apropiado a la situación respetando esas conductas en los demás que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación Mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas.

A partir de lo anterior se puede observar que el respeto por las decisiones y las diferentes conductas conllevan a un equilibrio socioemocional que ayudan a resolver de manera positiva los procesos de socialización, aspectos de mayor importancia en la interacción con los demás individuos, lo cual posibilita resolver de manera cordial los diferentes problemas.

De Miguel, P (2014), afirma que programas relacionados con la enseñanza de Habilidades de Interacción Social generan una intervención psicopedagógica global para enseñar directa y sistemáticamente habilidades sociales a niños y niñas en edad escolar en la cual determinando que, en dos contextos: casa y colegio se puede ver reflejado por personas significativas en su entorno social. De igual manera se retoma la importancia de promover la competencia interpersonal desde la infancia, la adolescencia y la juventud, mejorando las relaciones socio afectivas de una manera satisfactoria.

El no permitir un adecuado efecto de actividades relacionadas con las habilidades de interacción social, como la actividad física, hábitos del lenguaje y, momentos lúdicos de interacción, podrían inferir de una forma negativa en el proceso de interacción entre los individuos que puede conllevar a estados emocionales negativos que afectan la falta de comunicación en el desarrollo normal del entorno social.

En relación a los valores es importante mencionar que son inherentes a cada persona de acuerdo a su crianza familiar y sus experiencias, los cuales se pueden ver reflejados al momento de relacionarse con amigos, familiares o personas del común, y que van a ser evidenciados de forma positiva o negativa en las diferentes interacciones que se produzcan.

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

Cuando identificamos diversos valores adquiridos durante el transcurso de nuestras vidas, debemos reconocer que estos, definen conductas que pueden cambiar emociones, ideas y sentimientos que pueden modificar el modo de actuar del ser humano, mejorando de manera positiva las diferentes interacciones socioemocionales de cada uno de los individuos.

En la publicación realizada por Ruiz et al., (2013) se expresa que valores son considerados referentes, pautas o abstracciones que permiten la orientación del comportamiento humano hacia la transformación social y la realización de la persona, establecidos como guías que dan determinada orientación a la conducta y a la vida de cada individuo y de cada grupo social.

Es pertinente decir que, al fortalecer los valores dados, por el hecho de entender las habilidades de interacción social, se puede determinar una orientación conductual que permite que el comportamiento humano encamine sus acciones hacia la transformación social para lograr aprendizajes significativos que generen fortalecer valores educativos, familiares, religiosos entre otros, y con ello permitir un cambio social significativo.

Al enlazar los valores educativos con actividades lúdico pedagógicas como componente de la actividad física en la academia, se fortalecen las políticas educativas que beneficien factores pedagógicos y la transformación actitudinal renegando la violencia física y psicológica favoreciendo las buenas relaciones sociales y creando un ambiente prometedor dentro del aula o lugar de trabajo.

Es por ello que todas las acciones están encaminadas bajo parámetros de respeto por todas las opiniones que se formulen por los distintos géneros y etnias sin importar su origen porque todas las opiniones van a servir para crear ideales que favorecen a una sociedad.

En el proceso constante de formación, debe existir un ambiente propicio, donde el trabajo individual, se pueda vincular en mejor manera, con el trabajo grupal, desencadenando en un compromiso y liderazgo constante. Es por ello que es necesario la generación o construcción de ambientes de acompañamiento y retroalimentación, con el fin de realizar la respectiva guía, creando situaciones desde la responsabilidad y el compromiso de tal forma que todas las cualidades se encuentren en equilibrio para que los propósitos se manifiesten de forma equitativa. Es aquí donde la equidad en la educación se debe encaminar bajo lineamientos de imparcialidad que busquen el mejoramiento continuo de la formación académica de los individuos que lo único que buscan es asegurar una educación inclusiva y de calidad, ampliando aún más su percepción y compromiso frente a la sociedad solicitante. Rodríguez, G., (2011).

Dentro de la práctica pedagógica y el proceso de enseñanza aprendizaje, donde se resalta el trabajo individual y grupal, existe el compromiso de generar nuevos espacios, llegando a encontrar herramientas indispensables para tal fin. Es así que, al buscar una interacción entre

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

los alumnos, permitiendo la adquisición de destrezas y referentes de habilidades sociales, que incrementen la interacción con el núcleo social y familiar, la Educación Física se debe constituir en el método más eficaz para incrementar la expresión verbal y no verbal, componentes necesarios de la interacción social. Según Fernández et al., (2013), existe un mecanismo asociado a la práctica de actividades como ejercicios y juegos que incrementan expresiones corporales donde los sentimientos y los deseos pueden jugar un rol de importancia, generando acciones de sencillez, espontaneidad y naturalidad con el otro, identificando condiciones de tolerancia resaltando este valor como aquel que permite que los seres humanos tengan la capacidad de adaptar su comportamiento y conducta bajo estados psicosociales que permiten establecer lazos de paz y armonía en ambientes agradables dentro del contexto social y educativo. Una práctica deportiva o actividad física, requiere de un factor tolerante que puede conllevar a una condición, por la cual, cada persona debe poseer en relación a su conducta y modo de actuar bajo situaciones de presión que van a mejorar niveles de tranquilidad y voluntad que le permitirá convivir pacíficamente con su entorno.

### 3.2.1. Marco Conceptual

Según plantea Peñafiel (2010); el término de **habilidades** se emplea para destacar que la competencia social no es un rasgo propio de lo que consideramos como personalidad, sino más bien, un conjunto dado a repuestas precisas y específicas asociadas a ciertas clases de estímulos que son ligadas mediante procesos de aprendizajes. Aquí también suele mencionar; que, al hablar de habilidades sociales nos referimos a todas las destrezas relacionadas con la conducta social en sus múltiples manifestaciones. Por otra parte, **los valores** son considerados guías, referencias, pautas o indicaciones que orientan de una manera complementaria, el comportamiento del ser humano hacia la posible transformación social y la realización de la persona. Estas guías pueden dar determinada orientación a la conducta y a la vida de cada individuo y a cada grupo poblacional. Ruiz, et al., (2013).

Miranda, et al., (2001) considera que, **la equidad** no es igualdad. La equidad puede ser conocida como una distribución justa, según ciertas necesidades de hombres y mujeres. es una fórmula que permite que todas las partes sean beneficiadas, aunque sus intereses y necesidades sean diferentes. Es aquí donde permite satisfacer desde lo individual al bien colectivo. Comprendiendo los actuales conceptos es importante resaltar **la tolerancia** como la expresión más evidente y necesaria del respeto por los demás, y como tal es un valor fundamental para la convivencia pacífica entre las personas. Permite el reconocimiento del, o de los otros como seres humanos, con derecho a ser aceptados en su individualidad y su diferencia. Vásquez, B., (2005).

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

Por otra parte, Rodríguez, S., (1986), permite una definición bastante abierta de **la comunicación**, donde es resaltada como la trasmisión, recepción o captación de información, señales y/o mensajes mediante gestos, palabras u otros símbolos de un organismo a otro. Es así que Andrade, H., (2005) expresa que **la comunicación verbal** es el medio por el cual se utiliza la palabra, ya sea porque se habla o se escriba, para transmitir los mensajes deseados y según Pont, T., (2008), aclara que **la comunicación no verbal** con los demás se produce a una distancia personal, la actitud, la mirada, los gestos o las expresiones faciales. Es una comunicación que, por otra parte, no constituye de por sí un sistema independiente. Marsha, L., (2015) agrega el término de las **habilidades de interacción social**, como la capacidad compleja para emitir conductas o patrones de respuesta que maximicen la influencia interpersonal y la resistencia a la influencia social no deseada (Afectividad de los objetivos) mientras que al mismo tiempo maximizan las ganancias y minimizan las pérdidas en la relación con la otra persona (Afectividad en el respeto a uno mismo). Lo anterior nos muestra que esta es una capacidad que nos permite expresar patrones conductuales que favorecen respuestas positivas o negativas dependiendo de reacciones personales.

Poniendo en contexto la importancia de las habilidades sociales es necesario reconocer que durante el fortalecimiento de las características necesarias para generarlas es importante resaltar la actividad física. Es por ello que Escamilla et al., (2017), hace alusión a **la actividad física**, como aquella práctica que implica movimiento en todos los aspectos musculares, donde tiene como finalidad la motivación y el desarrollo fisiológico asociado a la salud y al bienestar de cada individuo y su continua interacción con el otro.

## CAPÍTULO 4. DISEÑO METODOLÓGICO

### 4.1 Enfoque Metodológico

La investigación tuvo un enfoque cuantitativo que “es aquel que permite la obtención de información a partir de la cuantificación de los datos sobre variables”. Además, la información

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

presentada se interpreta mediante datos cuantificables y medibles, lo anterior aplicable a respuestas tipo Likert, donde se realiza una serie de clasificaciones que luego se mide obteniendo la proporción de las respuestas en la población. Estos aspectos, debido a que esta información es medible, cuantificable y exacta, permite de esta manera establecer una descripción comparativa entre variables de estudio.

### **4.2 Tipo de investigación**

Según el tiempo de ocurrencia de los hechos: fue una investigación prospectiva. En caso en particular se tendrá en cuenta la comparación existente entre el antes y el después de las actividades lúdico pedagógicas y el posible papel del fortalecimiento de las habilidades de interacción social en la población objeto de estudio.

Según el período y secuencia: fue longitudinal, “estudia las variables simultáneamente en dos o más momentos determinados, con el propósito es describir variables y analizar la comparación de los resultados obtenidos”. En la investigación se realizó la identificación de las habilidades de interacción social y su posible fortalecimiento al tener como estrategia herramientas de la actividad física.

Según el análisis y alcance: En la investigación se abordó el estudio cuasiexperimental, del antes y el después, donde no se utilizó un grupo control para identificar las habilidades de interacción social, “el cual es un método científico que implica la evaluación de una o varias intervenciones, donde se observar y describe el comportamiento de un sujeto, una vez realizada la intervención, sin el control riguroso de variables de confusión y sin requerir una aleatorización de la muestra”. Es importante identificar que para el estudio se establecieron las siguientes hipótesis:

- H0: la actividad física no fortalece las habilidades de interacción social.
- Hi: la actividad física fortalece las habilidades de interacción social.

Y se contó con la identificación de la variable dependiente e independiente, donde se estableció de la siguiente manera.

- Variable dependiente: las habilidades de interacción social.
- Variable independiente: la actividad física.

### **4.3 Línea y grupo de Investigación**

#### **4.3.1 Desarrollo Humano Integrador en el Contexto Social Colombiano**

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

El proyecto está basado bajo la línea de promoción de la cultura y la formación de la convivencia ciudadana que mejoren los procesos psicosociales lo cual va a favorecer su capacidad motriz, cognitiva y axiológica que ayudan al buen desarrollo socio cultural y de bienestar en su entorno universitario.

Por lo cual según la línea de investigación: El desarrollo humano es desarrollo de las capacidades necesarias para alcanzar una vida digna: físicas, emocionales, cognitivas, intelectuales y relacionales. Entre las garantías para este desarrollo está la creación de entornos seguros donde se desenvuelve la vida humana y la participación activa de los ciudadanos en la definición de sus propias metas y objetivos políticos, económicos y culturales, en consonancia con los derechos fundamentales. Comprende los proyectos de investigación y aplicación de soluciones frente a situaciones de deterioro de estas capacidades humanas, en los ámbitos jurídico, político, educativo, cultural y de salud física y mental. Desde el ámbito jurídico abarca los siguientes ejes temáticos: 1) Derecho y globalización; 2) estudios jurídicos contemporáneos y perspectivas críticas del derecho; y 3) justicia, paz y postacuerdo. Desde el ámbito psicológico recoge los siguientes ejes temáticos: 1) psicología y psicoanálisis; 2) psicología aplicada; y 3) procesos psicológicos, evaluación y medición. Por lo anterior podemos decir que la participación por parte de los estudiantes en los diferentes espacios académicos va a mejorar las habilidades de interacción social logrando que el respeto por las opiniones de sus compañeros va a beneficiar las relaciones interpersonales y de esta forma fortalecer las prácticas pedagógicas que lleguen a una buena construcción del tejido social.

En referencia a la línea “ Investigación-creación como actividad dinamizadora del proceso de construcción de la sociedad: En relación a la investigación-creación, la Política señala que la incidencia en el arte y la cultura, gracias a la investigación, no solo hace posible generar y difundir resultados estéticos y creativos, sino también contribuir a la generación de ciudadanía, a la promoción de la cultura y al desarrollo del proceso de formación para la convivencia ciudadana, siendo este último uno de los retos contemporáneos de nuestra sociedad. En efecto, el arte y la cultura influyen en la formación integral de los estudiantes, pues el arte impulsa el desarrollo emocional e intelectual, y la cultura posibilita la comprensión del mundo y la conexión con los otros. En este sentido, la Dirección de investigaciones da particular importancia a los procesos de investigación-creación como herramienta de construcción social mediante la participación incluyente y plural de distintos actores”.

Con respecto a la línea se puede mencionar que el conocimiento del arte y la cultura va a favorecer la iniciativa, creatividad e imaginación al momento de buscar incentivar en los estudiantes el deseo por investigar diferentes temas que les llamen la atención, logrando



## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

mediante su participación procesos de construcción social que son de gran importancia en el desarrollo de la sociedad, Ulibertadores (2021)

### **4.4 Población y muestra**

#### **4.4.1 Población**

Debido a la deserción de pandemia y condiciones económicas y académicas actuales, la población de la investigación estuvo conformada por estudiantes de noveno semestre del programa de licenciatura en Educación Física de la Universidad CESMAG de la ciudad de San Juan de Pasto, en un número de 24 estudiantes totalitarios con los cuales se planteó el estudio.

#### **4.1.2 Muestra**

La selección de la muestra fue realizada por conveniencia, donde se esperaba lograr el total de la población matriculada en el semestre, para así lograr la representatividad. De acuerdo a la formula establecida para muestra finita se obtuvo un número de 23 estudiantes con los cuales se realizó el trabajo establecido y teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión de la investigación.

#### **4.1.3 Criterios de inclusión y exclusión**

Para los criterios de inclusión se tuvieron en cuenta las siguientes condiciones:

- Estudiantes de noveno semestre matriculados en el periodo A y B en el programa de Licenciatura en Educación Física de la universidad CESMAG de San Juan de Pasto.
- Aquellos que quieran participar de forma voluntaria y con el consentimiento informado registrado en la encuesta.

Para los criterios de exclusión se tuvieron en cuenta los siguientes parámetros:

- Estudiantes que deseen retirarse voluntariamente en el transcurso de la investigación.
- Estudiantes que por algún motivo pierda la continuidad de las actividades realizadas y que hacen parte de la investigación.

### **4.5 Fases de la Investigación**

Teniendo en cuenta el proceso investigativo a desarrollar, la investigación se realizó en 3 fases, lo cual permitió que se lograra de manera completa y con el control requerido.

En **primera fase** se permitió la solución del primer objetivo específico planteado "Identificar, mediante una encuesta aplicada a la población participante, las característica y habilidades de interacción social. El cual, para logro de este, se tuvo en cuenta la aplicación de una encuesta,

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

que en primer momento definirá la participación voluntaria, validando el consentimiento informado y de esta manera realizar el paso respectivo a las preguntas de investigación, con el fin de identificar las habilidades de interacción social existentes en cada individuo que hace parte del estudio. Esta encuesta tiene como característica principal tomar los datos básicos necesarios para permitir una caracterización y datos relacionados con la identificación de cinco aspectos relacionados con el propósito del estudio, los cuales se enuncian a continuación.

- ✓ Habilidades básicas de interacción social
- ✓ Habilidades relacionadas con la conversación.
- ✓ Habilidades relacionadas con cooperación.
- ✓ Habilidades relacionadas con las emociones.
- ✓ Habilidades relacionadas con el autoconcepto.

En busca del desarrollo del segundo objetivo, “Implementar estrategias de actividad física para reforzar la convivencia académica en torno a las habilidades de interacción social”.


La **fase dos** de la investigación consistió en presentar las estrategias planteadas para buscar el fortalecimiento de las habilidades halladas en la primera fase. Por tal motivo se decidió trabajar con cinco actividades identificadas de la siguiente manera:

- ✓ Balón dirigido.
- ✓ El lazo humano.
- ✓ Atrapar la cuerda.
- ✓ Pelota al aire.
- ✓ El barco naufraga.

Esta serie de actividades realizadas en diferentes momentos de los meses de junio a septiembre, permiten afianzar aún más los procesos de trabajo grupal y alcanzar un desarrollo adecuado, que genera mayor integración y auto control en torno a la posibilidad de interacción en sí mismos y con el otro. Las actividades presentaban una planeación la cual se describe a continuación.

**ACTIVIDAD NÚMERO 1: 09-06-2021****NOMBRE DEL JUEGO:** Balón dirigido**Organización:** Grupal.**Estilo de enseñanza:** Mando directo.

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

<p><b>Desarrollo:</b> los grupos son conformados por el docente; el juego consiste en salir con sus compañeros agarrados de las manos en velocidad hasta llegar a una línea donde el primero tendrá que lanzar con la mano hacia donde están unos conos en formas de bolos, tumbes o no los conos se regresa en velocidad y se ubica delante y sale el siguiente compañero; el equipo que primero logre botar los conos gana.</p>	
<p><b>Variante:</b> Esta actividad se la puede realizar en binas. Además de forma individual, a la hora de lanzar el balón puede ser cerrados los ojos, sentados, arrodillados entre otras.</p>	
<p><b>Criterios de evaluación:</b></p>	<p>En el desarrollo de esta actividad se tendrá en cuenta el trabajo en equipo en los estudiantes, además de motivación individual y colectiva de los educandos</p>


**ACTIVIDAD NÚMERO 2: 23-06-2021**

**NOMBRE DEL JUEGO:** El lazo humano

**Organización:** En parejas

**Estilo de enseñanza:** Mando directo

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

<p><b>Desarrollo:</b> La actividad consiste en forman parejas, para luego tomarse de las manos y se distribuyen por toda la cancha, la cual inicia esta agarrar a sus compañeros sin soltase las manos; cuando agarren a una persona este se une y van por sus demás compañeros hasta que todos formen una sola cuerda.</p>	
<p><b>Variante:</b> Se puede reducir el espacio y colocar tiempo destinado para formar una sola cuerda</p>	
<p><b>Criterios de evaluación:</b></p>	<p>Orienta el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de sí mismos y de sus compañeros en situaciones de juego, actividad física para la participación de los estudiantes que vayan dirigidas a la comunicación.</p>

**ACTIVIDAD NÚMERO 3: 28-07-2021**


**NOMBRE DEL JUEGO:** Atrapar la cuerda

**Organización:** En grupos

**Estilo de enseñanza:** Grupo reducido

**Desarrollo:** La actividad consiste en formar cuatro grupos de igual número de estudiantes los cuales se ubicarán en hilera. El último de cada grupo tendrá en la parte trasera de su cintura una cuerda la cual deberá ser visible y no dejar que otro grupo se la quite; al grupo que se le arrebatte la cuerda deberá salir del juego y tendrá que cambiar el orden de sus participantes para la segunda ronda.

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

<p><b>Variante:</b></p>	
<p><b>Criterios de evaluación:</b></p>	<p>Orienta el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de sí mismos y de sus compañeros en situaciones de juego, actividad física para la participación de los estudiantes que vayan dirigidas a la comunicación.</p>

**ACTIVIDAD NÚMERO 4: 18-08-2021**


**NOMBRE DEL JUEGO:** Pelota Al Aire.

**Organización:** Grupal.

**Estilo de enseñanza:** Mando Directo.

**Desarrollo:** La actividad consiste en hacer cuatro grupos de igual o equitativo número de participantes, estos estarán tomados de la mano, el docente tendrá en sus manos cuatro balones de plástico de diferentes colores, a cada grupo se le asigna un color de balón y cuando el orientador los lance al aire en diferentes direcciones cada grupo deberá ir tras de él sin soltarse de la mano y una vez lo hayan atrapado, tendrá que subirlo hasta el centro sin tocarlo con la mano.

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

<p><b>Variante:</b> esta actividad también se puede desarrollar mientras los estudiantes tienen vendados los ojos o por ubicación espalda con espalda.</p>	
<p><b>Criterios de evaluación:</b></p>	<p>En el desarrollo de esta actividad se tendrá en cuenta el trabajo en equipo en los estudiantes, además de motivación individual y colectiva de los educandos.</p>

**ACTIVIDAD NÚMERO 5: 15-09-2021**


**NOMBRE DEL JUEGO:** El Barco Naufraga

**Organización:** Individual

**Estilo de enseñanza:** Mando directo

**Desarrollo:** La actividad consiste en hacer que los estudiantes se ubiquen en el centro de la cancha, donde se simulará un barco y deberán remar; en cada esquina de la cancha se ubicarán aros los cuales tienen el papel de simular islas; los participantes deben remar, según la indicación que el docente (ya sea trotando, corriendo, saltando entre otros), hasta escuchar la frase “el barco se hunde, hay que naufragar”, ellos deberán correr a las islas más cercanas para salvarse.

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

<p><b>Variante:</b> a medida que se vaya presentando la actividad, se pueden ir retirando islas (aros), con el fin de aumentar la dificultad.</p>	
<p><b>Criterios de evaluación:</b></p>	<p>Orienta el uso de técnicas de expresión corporal para el control emocional de sí mismos y de sus compañeros en situaciones de juego, actividad física para la participación de los estudiantes que vayan dirigidas a la comunicación.</p>

Durante la realización de las actividades, no se aplicó ningún instrumento debido a que el objetivo estaba propuesto para la aplicación de la estrategia.

En la **tercera fase** se consideró el último objetivo “Describir los cambios encontrados, posterior a la estrategia aplicada en la población, en torno a las habilidades de interacción social”, para ello se retoma el instrumento aplicado en la fase uno, con el fin de identificar los cambios más relevantes de la investigación asociado a las habilidades adquiridas o reforzadas posterior a las estrategias lúdico-recreativas aplicadas en la fase dos. Cabe resaltar que esta nueva identificación se realizó en el mismo formato inicial, para hallar los cambios de mayor importancia.

#### 4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la realización de la investigación, se hizo énfasis en la técnica de recolección de la información tipo encuesta. El instrumento utilizado estuvo relacionado con la encuesta

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

estructurada, donde se registraron los resultados obtenidos tanto en la primera aplicación, como en la segunda. Esta encuesta constaba de diferentes ítems que garantizaba una recolección fácil y ágil, sin cansar al participante. La encuesta se distribuía según la recolección en dos ejes importantes. El primero teniendo una recolección de datos básicos como los son:

- ✓ Nombre completo.
- ✓ Edad.
- ✓ Tipo y número de identificación.
- ✓ Sexo.
- ✓ Lugar de nacimiento.
- ✓ Modalidad de estudio.

Y permitía una segunda fase donde, ampliamente se encontraban 30 ítems o preguntas relacionadas con los aspectos más relevantes de las habilidades de interacción social, los cuales se aplicarían en dos momentos diferentes (un primer momento antes de realizar las actividades planteadas y un segundo momento, posterior a las actividades programadas relacionadas con la actividad física planteada) y según la representatividad de la población, ya sea la modalidad presencial, virtual o mixta (teniendo en cuenta, si existe la necesidad de clasificar virtual 1, mixto1, o presencial 1, para el primer momento de aplicada la encuesta, y virtual 2, mixto 2, y presencial 2, para el segundo momento de la aplicación de la misma encuesta). Estos ítems se establecieron con la forma de respuesta tipo Likert, para así obtener un análisis más específico por cada respuesta dada en la encuesta. (ver en apéndices la encuesta desarrollada).

### **4.7 Técnicas de procesamiento de datos y análisis previstos**

Para el procesamiento de los datos se tuvo en cuenta el software de Microsoft, Excel, versión 2019, donde se realizaron diferentes tabulaciones asociadas a las respuestas de la encuesta (tipo Likert), para obtener la proporción de respuestas por cada ítem.

## **CAPÍTULO 5. RESULTADOS Y ANÁLISIS DE DATOS**

### **5.1 Análisis de los datos básicos**

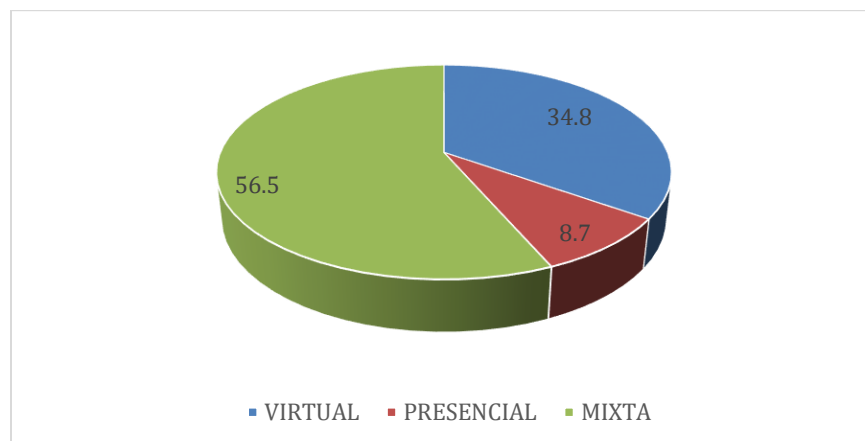
Al realizar las encuestas estructuradas y la respectiva tabulación, y dando respuesta al objetivo general, se encontró que los estudiantes presentaban 3 modalidades de estudio, durante el período en el cual se realizó la investigación generando la siguiente distribución, presencial un



## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

8,7%, virtualidad 34,8% y mixta un 56,5%, en donde se identificó que tanto la modalidad virtual como la mixta generaban la mayor representatividad.

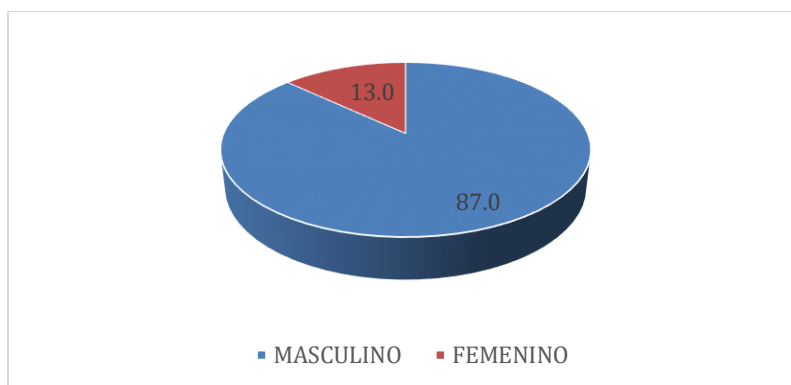
Gráfica 1. Modalidad de estudio



Fuente: la presente investigación – año 2021

En lo relacionado al sexo, la mayor representatividad lo tiene el masculino, acorde a estadísticas generales del programa al cual se realizó la intervención.

Gráfica 2. Sexo.



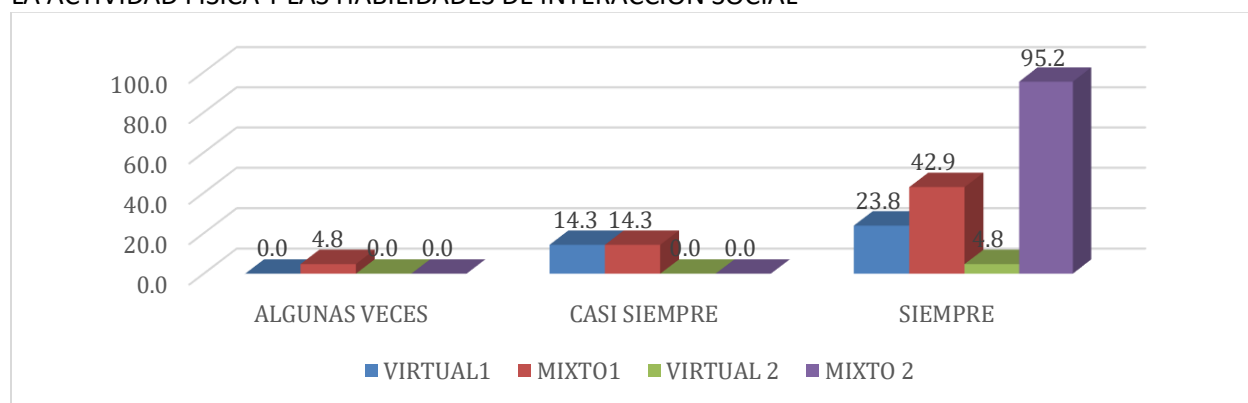
Fuente: la presente investigación – año 2021

### 5.2 Análisis de habilidades de interacción social

#### Habilidades básicas de interacción social

Gráfica 3. Al encontrar a una persona saludo.

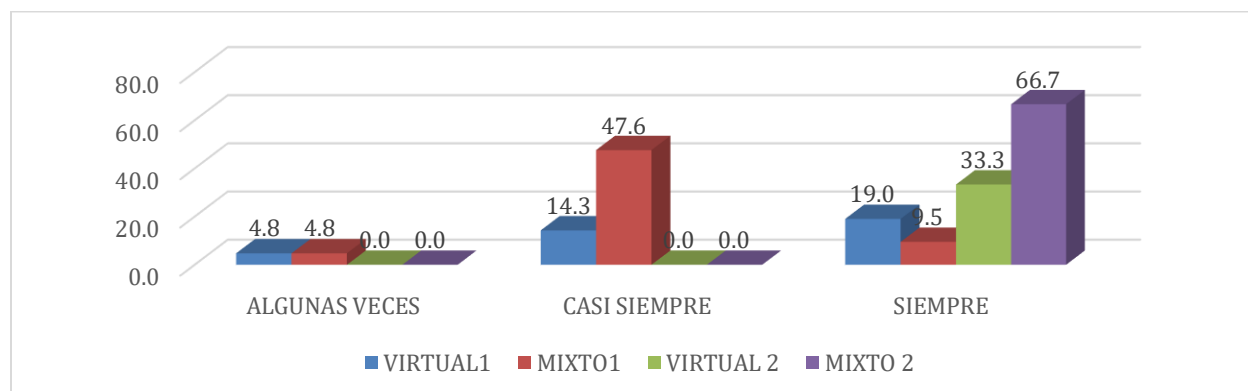
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

En la población objeto de estudio identificamos que se presentó un cambio considerable en la habilidad básica de saludo, puesto que en la segunda encuesta la respuesta “siempre” pertenece al 100% de la población encuestada.

Gráfica 4. Realizo saludo verbal, físico o mixto

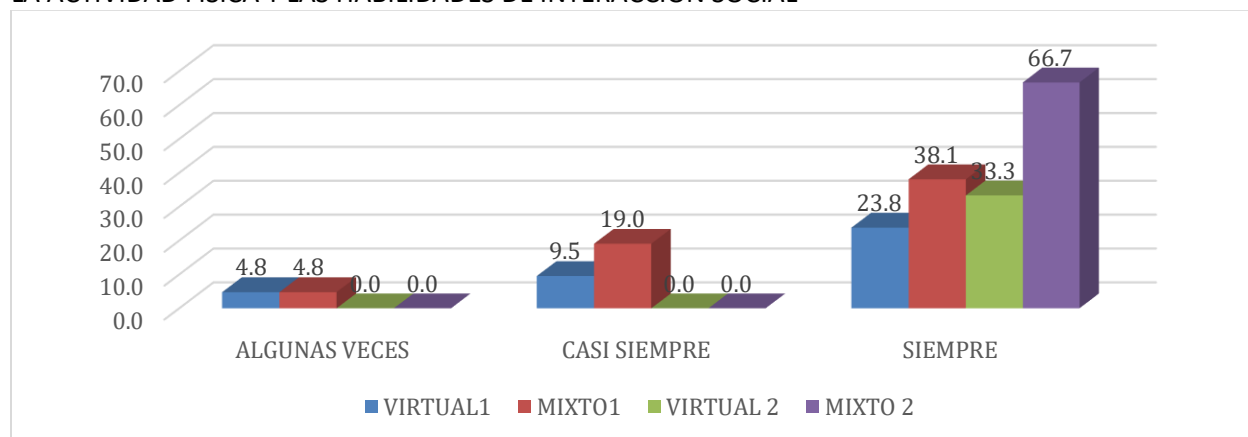


Fuente: la presente investigación – año 2021

De la misma manera de la respuesta anterior, el 100% de la población cambió la habilidad básica relacionada con el saludo, generando siempre un hábito positivo en ello.

Gráfica 5. Durante el saludo miro la persona al rostro con empatía

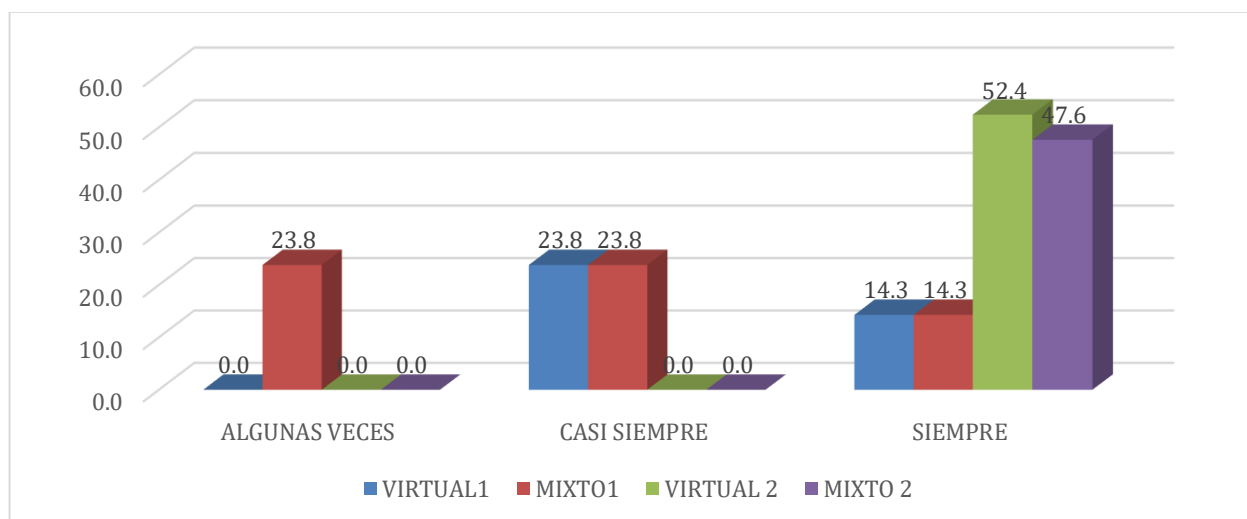
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

Al responder si llegado el caso de un saludo con una persona, al aplicar la segunda encuesta, el 100% de la población encuestada, siempre mira al rostro con empatía, todo lo contrario, según lo registrado en la primera encuesta, que un pequeño porcentaje no presentaba este hábito de forma constante.

Gráfica 6. Mantengo un diálogo abierto e interesante

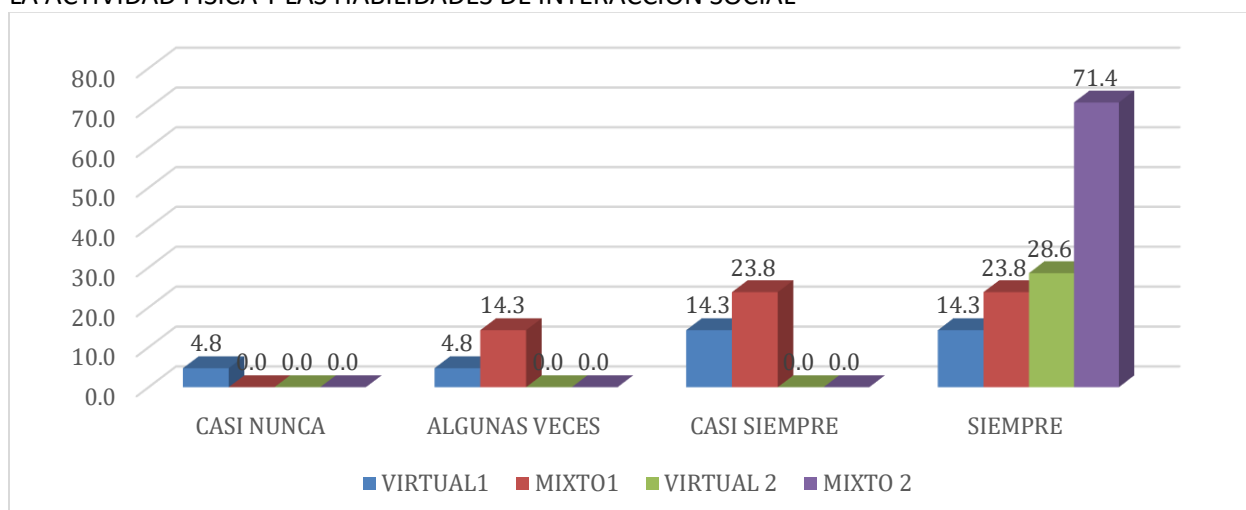


Fuente: la presente investigación – año 2021

En lo relacionado con un diálogo abierto e interesante, se presenta un cambio considerable al aplicar la segunda encuesta, puesto que el 100% de los encuestados, refirieron siempre enfocar su dialogo a esta habilidad.

Gráfica 7. Mantengo una postura adecuada en el diálogo

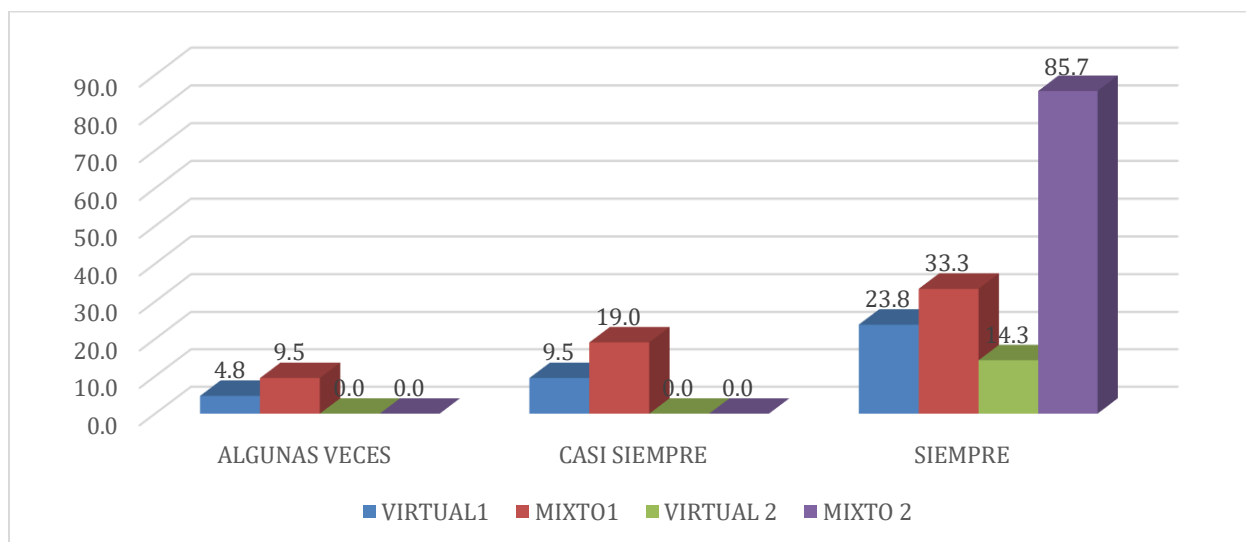
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

Al mantener un dialogo se requiere de una postura adecuada, según las habilidades básicas de interacción social, por tanto, el 100% de la población encuestada adquirió este hábito, según los resultados de la segunda encuesta.

Gráfica 8. Presto atención a lo que los demás dicen



Fuente: la presente investigación – año 2021

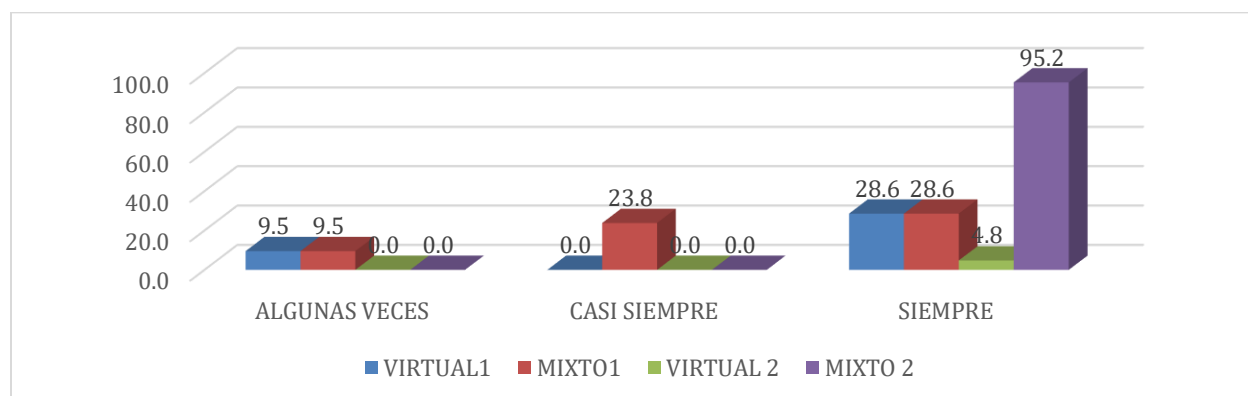
Es importante resaltar que al realizar el diálogo es necesario prestar atención a lo que los demás dicen, según los resultados de la primera y segunda encuesta, el 100% de la población adquirió este hábito de forma constante.

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

Según lo encontrado en la primera parte de la encuesta de habilidades de interacción social, que corresponde a las habilidades básicas. El 100% de la población adquirió el hábito de siempre mantener posturas adecuadas y necesarias, una vez se realizaron las estrategias de actividad física postuladas en la investigación. Cabe resaltar que a nivel de la población con mayor cambio fue la población de modalidad de estudio mixta, esto también hace relación, que este grupo fue el más representativo en la investigación.

### Habilidades de interacción social relacionadas con la conversación

Gráfica 9. Espero mi turno para comenzar o continuar un diálogo

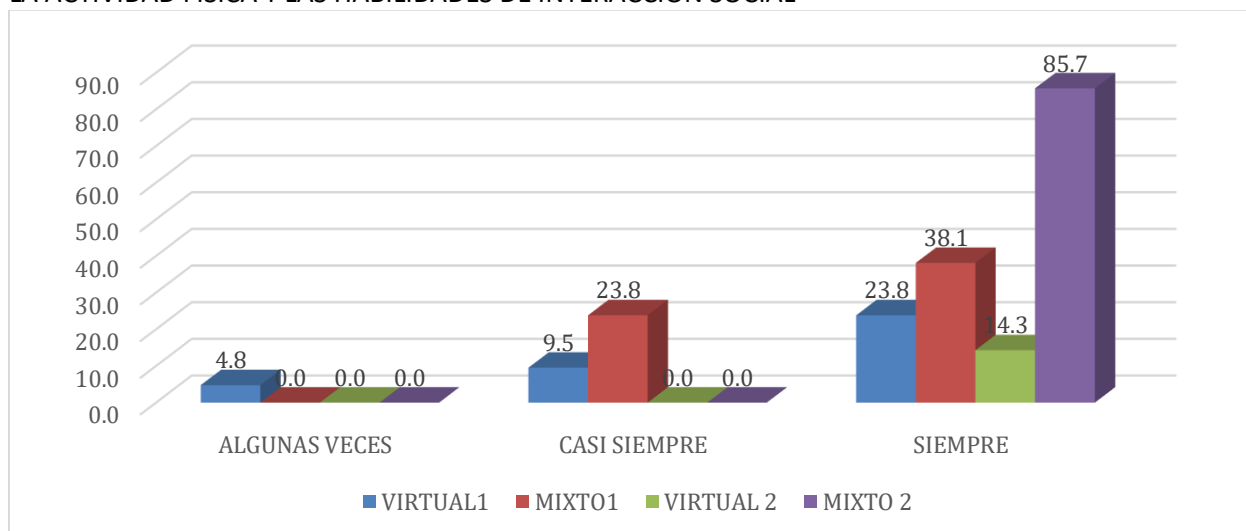


Fuente: la presente investigación – año 2021

En las habilidades de interacción podemos resaltar la condición conversacional. En este caso al aplicar la segunda encuesta, se evidencia una mejora de esta habilidad en el 100% de la población encuestada.

Gráfica 10. Pido la palabra de forma adecuada.

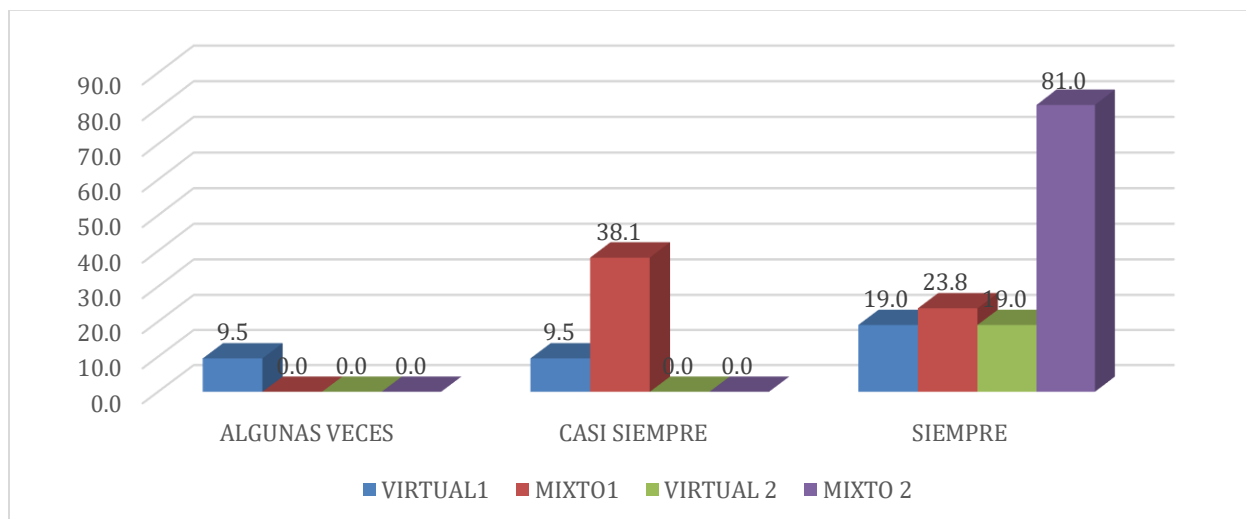
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

Pedir la palabra como acto conversacional, es indispensable para todo individuo, en la población objeto, se presentó un fortalecimiento en el 100% de la población especialmente en la modalidad mixta.

Gráfica 11. Se comenzar y culminar el dialogo de manera adecuada.

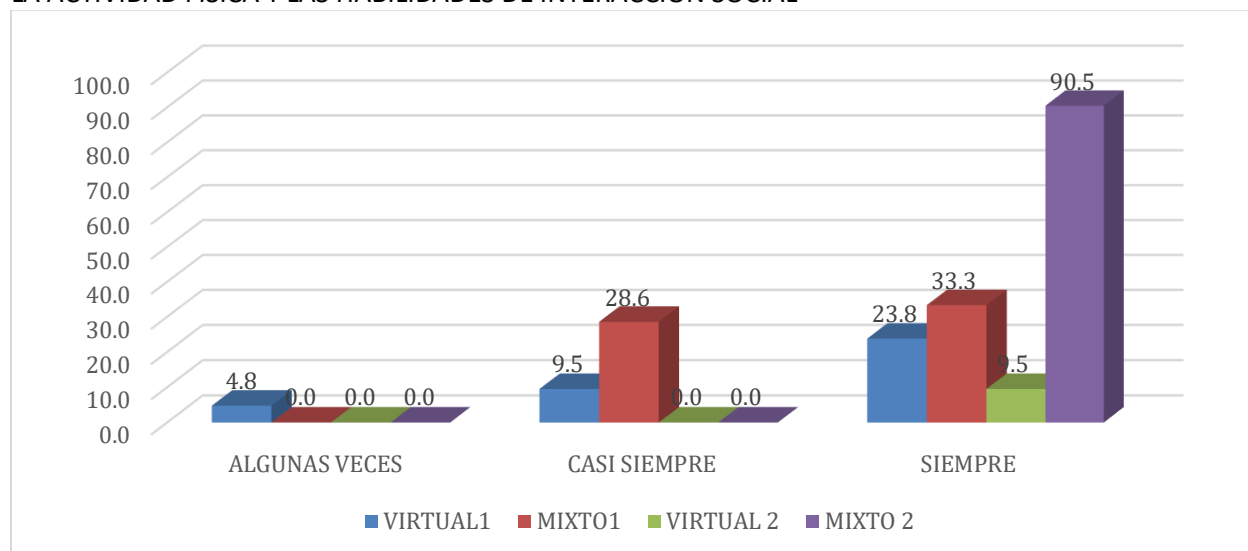


Fuente: la presente investigación – año 2021

En relación a la gráfica, se resalta el cambio evidenciable en la población objeto de estudio, posterior a la actividad realizada. El 100% de la población presenta una condición adecuada en el momento del diálogo.

Gráfica 12. Empleo un tono de voz amable y adecuado con los demás

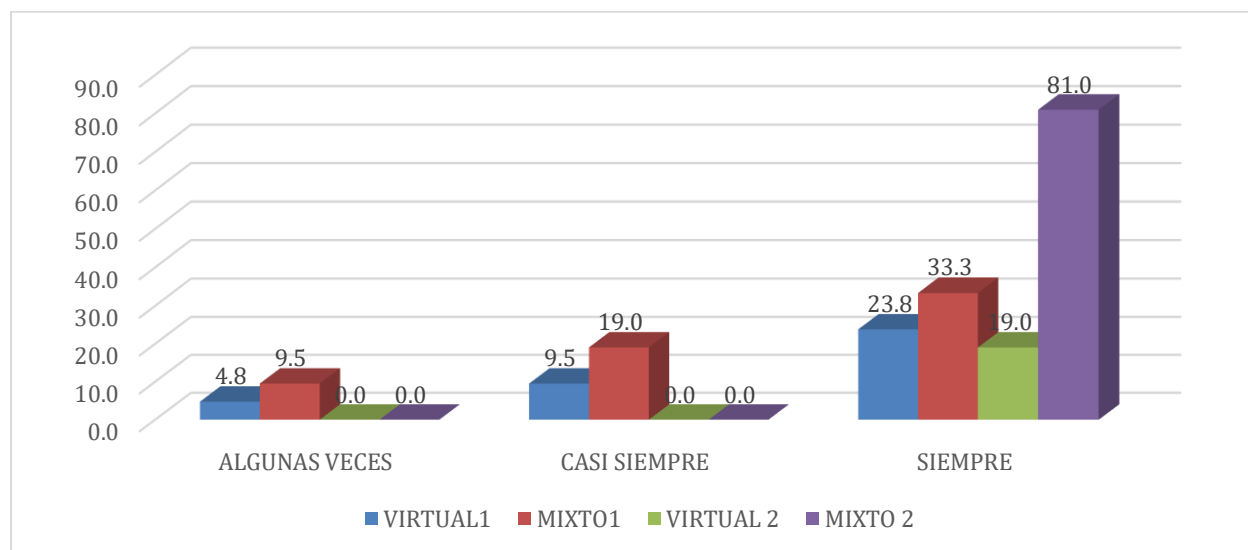
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

La mayoría de la población encuestada presenta un cambio en el momento de usar un tono de voz adecuado, es evidente que el 100% de la población cumple con esta habilidad.

Gráfica 13. Presento un buen estado de ánimo aun cuando me corrijan

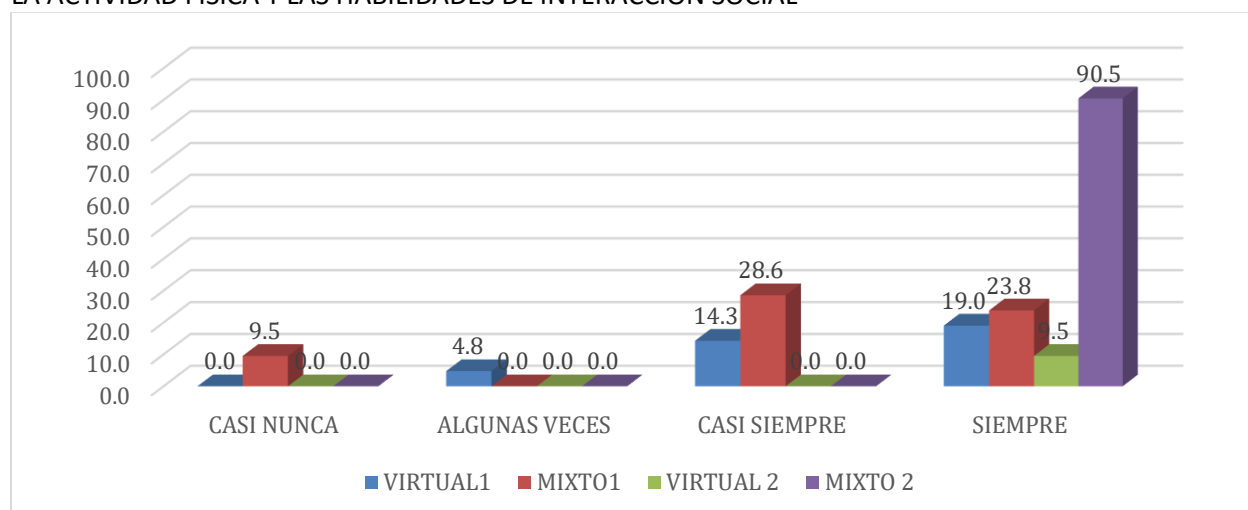


Fuente: la presente investigación – año 2021

La población encuestada, el 100%, en la aplicación de la segunda encuesta refiere que siempre ha generado un buen estado de ánimo durante los procesos asociados a la habilidad conversacional.

Gráfica 14. Los signos de inconformidad en mi rostro son evidentes

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

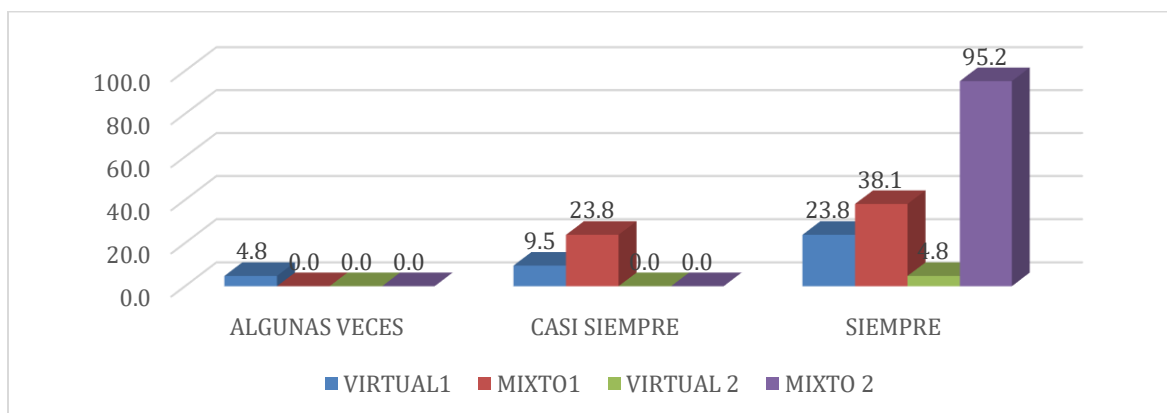


Fuente: la presente investigación – año 2021

Durante el proceso de identificación de las habilidades, los encuestados manifestaban que existía un momento en el que no presentaban signos de inconformidad. Sin embargo, el 100% de la población al momento de aplicar por segunda vez la encuesta manifestó que siempre muestra estos signos.

### Habilidades de interacción social relacionadas con la cooperación

Gráfica 15. Brindo ayuda a quien me lo solicita



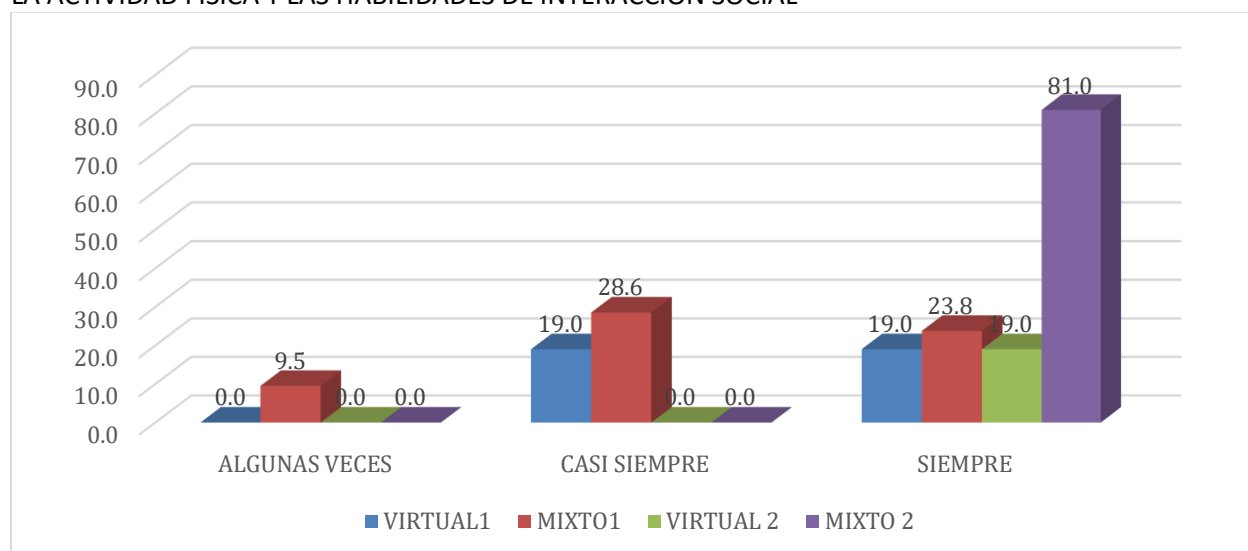
Fuente: la presente investigación – año 2021

En lo relacionado a la habilidad de la cooperación, el brindar ayuda a quien lo solicita, se convirtió en una actividad que el 100% de la población aplica desde el desarrollo de la estrategia de la investigación.

Gráfica 16. Trato de integrarme en el aula, generando aportes al grupo



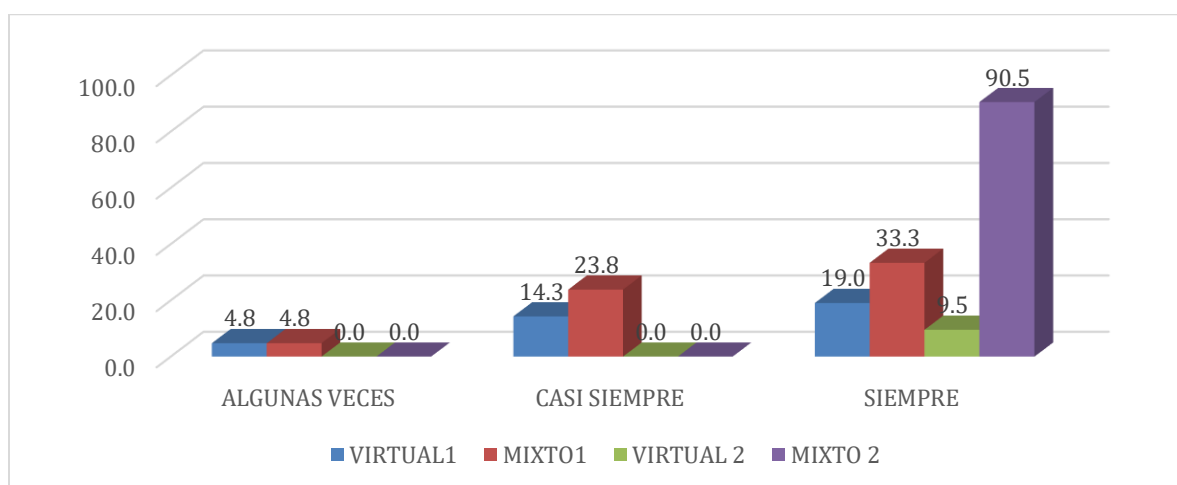
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

Al momento de realizar la integración, según los resultados esta se fortalece, mostrando un cambio bastante evidente, puesto que el 100% de la población, siempre genera adecuados aportes de esta habilidad.

Gráfica 17. Cumplimiento de orientaciones dadas en el grupo o en la institución

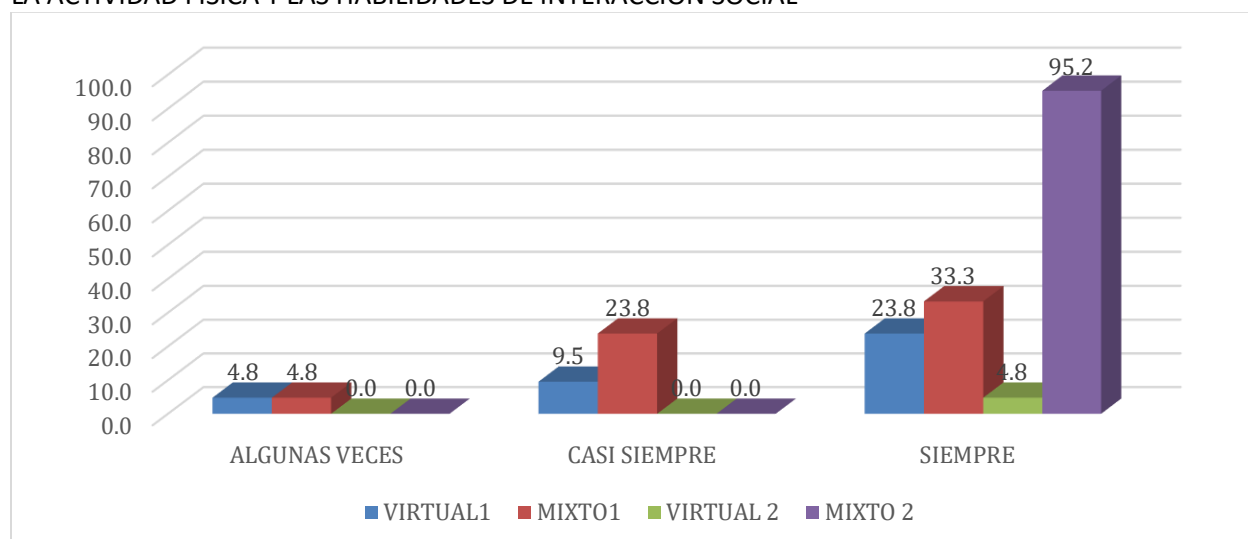


Fuente: la presente investigación – año 2021

En relación a las orientaciones, el grupo mejoró considerablemente, puesto que pasa de cumplir parcialmente, a mostrarse siempre dispuesto a cumplir con las orientaciones generadas en el momento en que lo amerite.

Gráfica 18. Ayudo a integrantes de mi grupo, en tareas asignadas

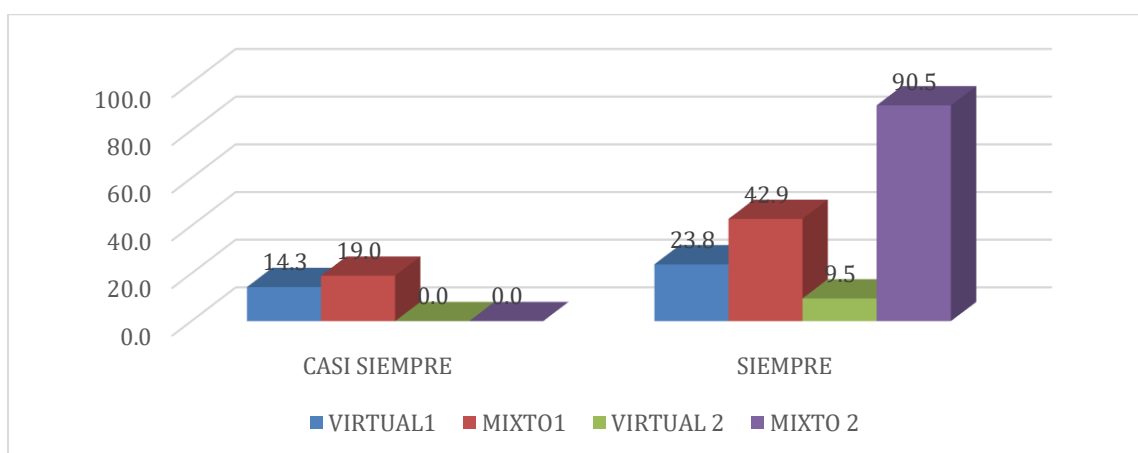
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

La colaboración hace parte del proceso formativo, es por ello que al mejorar esta condición se evidencia un mejor compromiso y respuesta eficaz en el grupo. Según la gráfica posterior a las actividades realizadas se presentó un cambio positivo en el 100% de la población.

Gráfica 19. Respeto reglas, orientaciones o acuerdos dados en las actividades

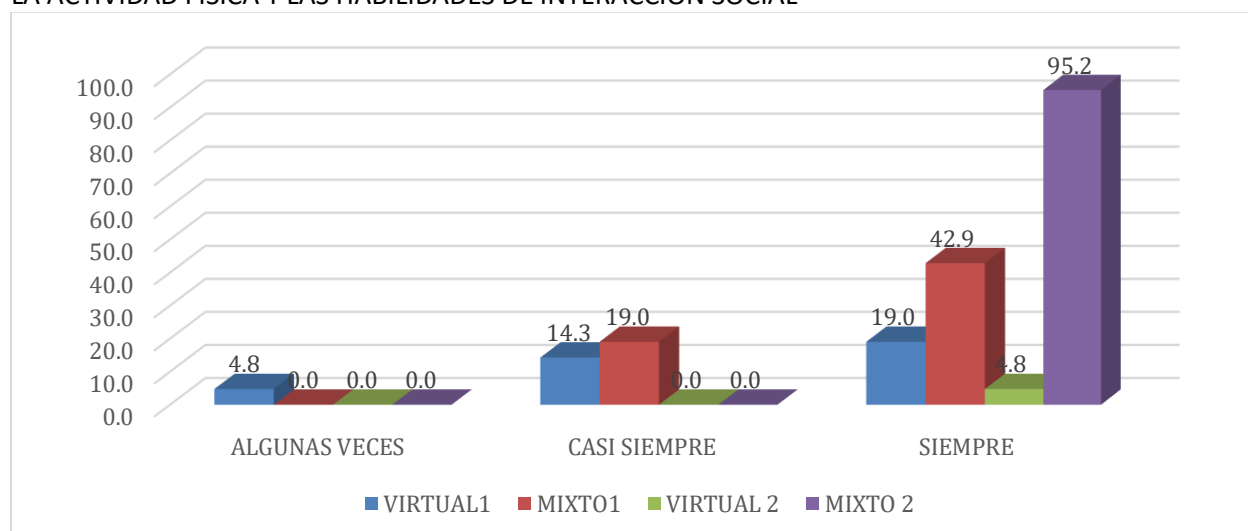


Fuente: la presente investigación – año 2021

Es importante resaltar que aunque el grupo se encontraba muy homogéneo en esta habilidad, al realizar la estrategia planteada y aplicar por segunda vez la encuesta, el resultado es muy alentador puesto que no solo se mantuvo la condición, sino también mejoró en un 100%.

Gráfica 20. Practico normas de cortesía en el momento de colaborar

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

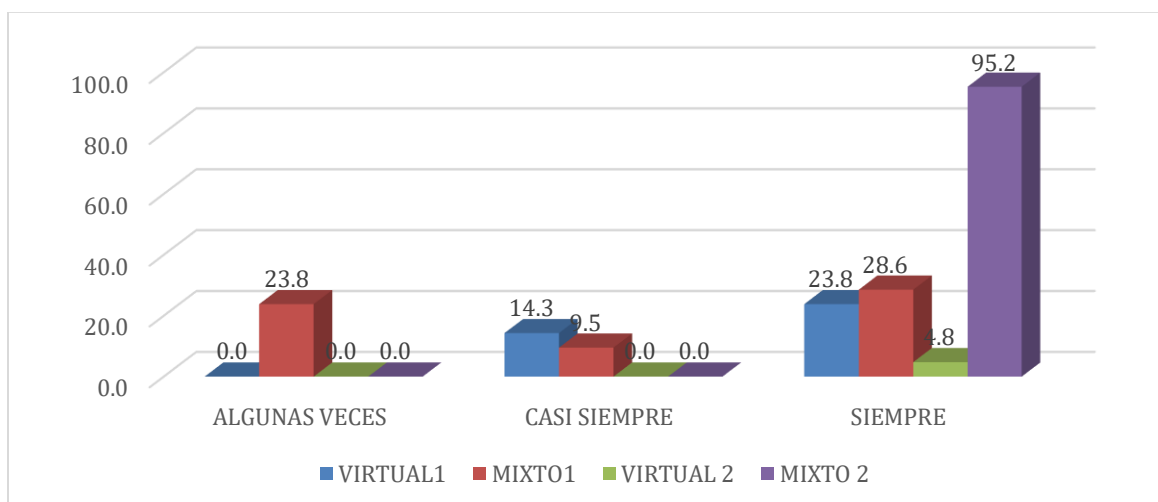


Fuente: la presente investigación – año 2021

Al presentar un cambio tan importante, puesto que el 100% de la población encuestada, refiere haber tomado un mejor hábito, es evidente que la estrategia presenta fortalecimiento de las habilidades de interacción.

## Habilidades de interacción social relacionadas con las emociones

Gráfica 21. Muestro afecto a las personas que me acompañan.

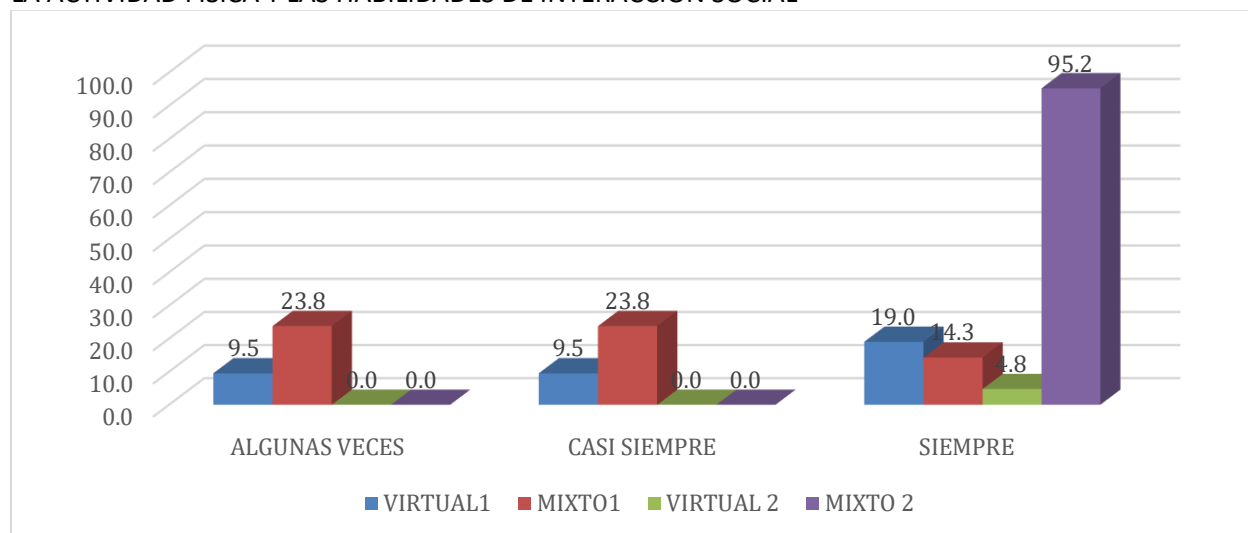


Fuente: la presente investigación – año 2021

Al presentar un cambio en habilidades y relacionarlas con las emociones el 100% de la población encuestada, mostró cambios importantes, puesto que refieren siempre mostrar afecto con las personas que les acompañan.

Gráfica 22. Expreso mis emociones en el momento ideal

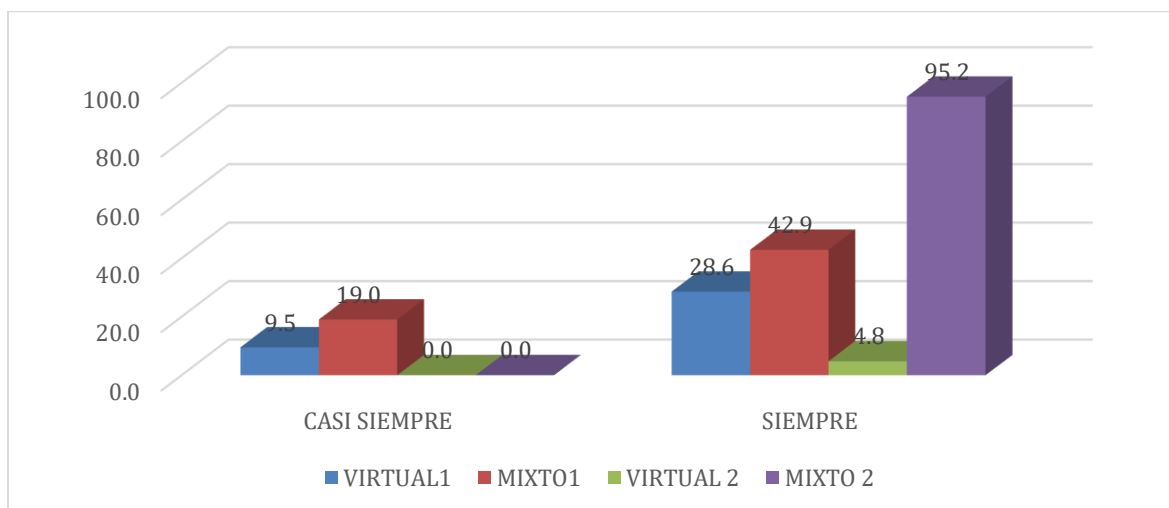
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

En la población objeto de estudio se identifica un cambio en el momento de expresar emociones, es necesario identificar que antes de la intervención, algunas veces era la respuesta con mayor frecuencia en la población, pero al momento de la segunda encuesta el panorama cambió, puesto que el 100% de la población siempre tiene esta habilidad como hábito.

Gráfica 23. Presento amabilidad y buen trato según el trato de los demás

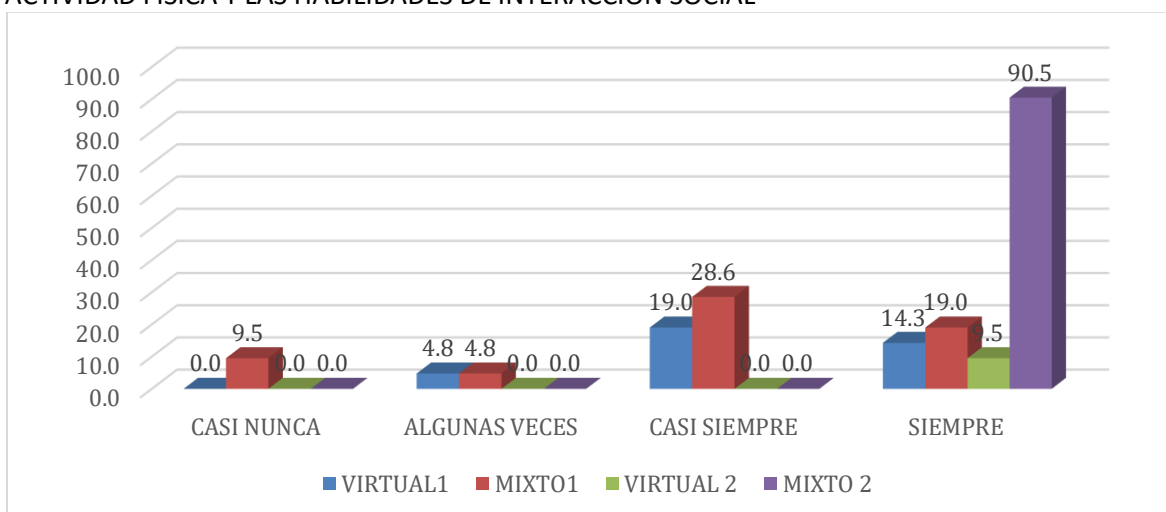


Fuente: la presente investigación – año 2021

Según la gráfica, esta habilidad es la que más práctica tiene por parte de la población, es importante resaltar que el 100% de la población presenta un cambio considerable, posterior a la estrategia implementada.

Gráfica 24. Controlo emociones cuando resultado agredido

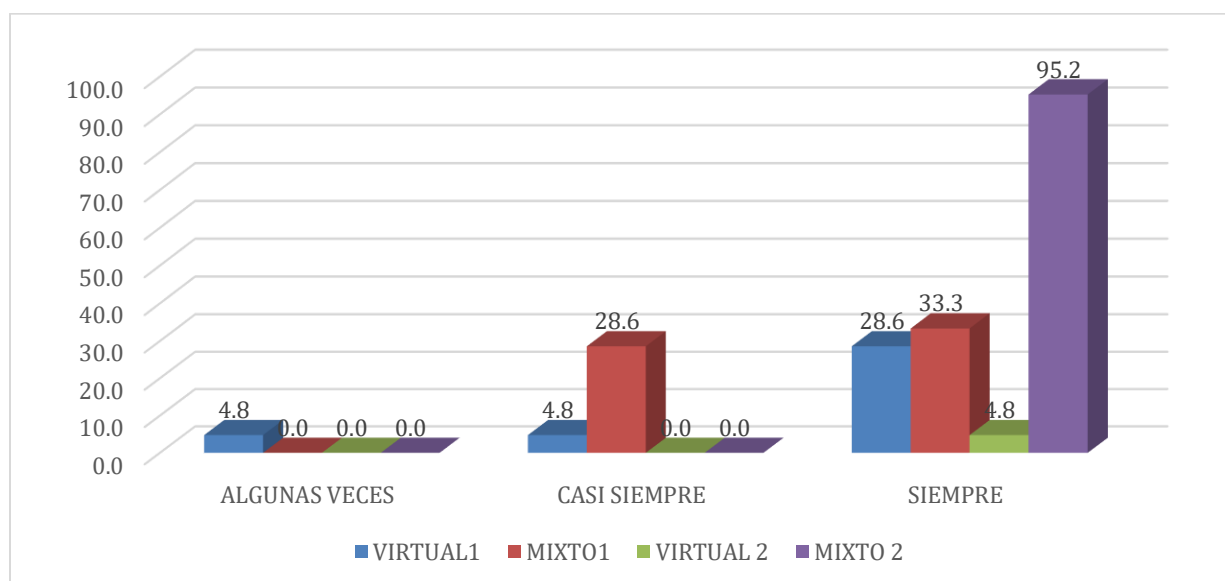
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

Para las personas es un poco difícil controlar emociones, sin embargo, la población encuestada, refiere que en la gran mayoría se ha evidenciado el cambio, respecto a esta habilidad.

Gráfica 25. Cuando tengo problemas, trato de buscar la manera más cordial y adecuada para solucionarlo

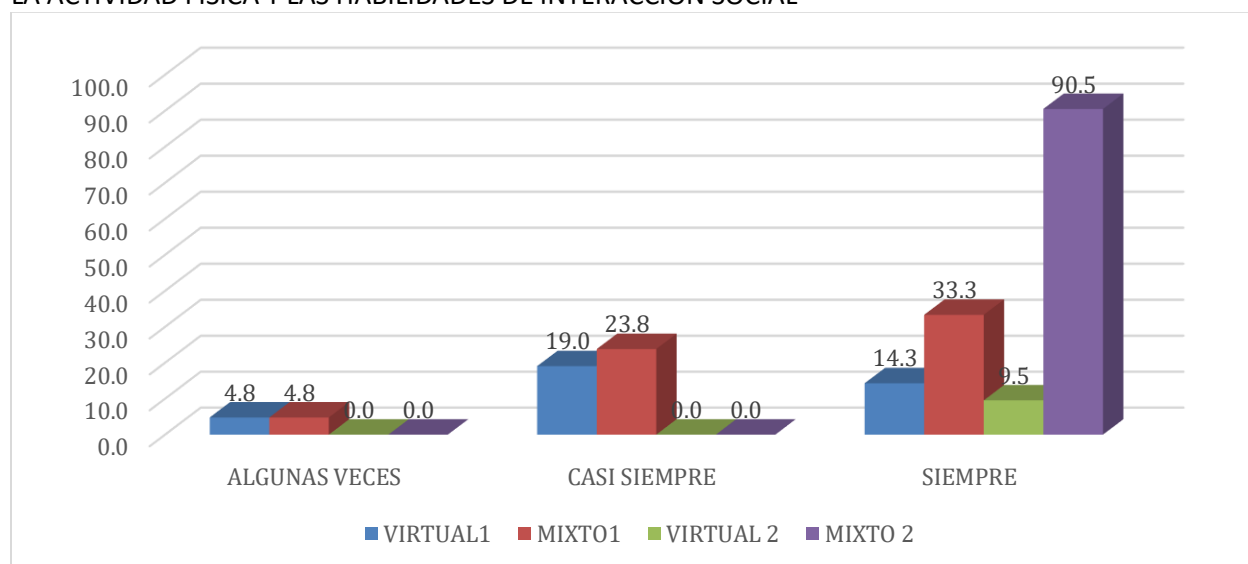


Fuente: la presente investigación – año 2021

El 100% de la población, presentó un cambio adecuado de esta habilidad, entorno a que en las respuestas anteriores, algunas veces aplicaban esta habilidad y posterior a la estrategia implementada, siempre, se convirtió en su respuesta común.

Gráfica 26. Formulo quejas con honestidad

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

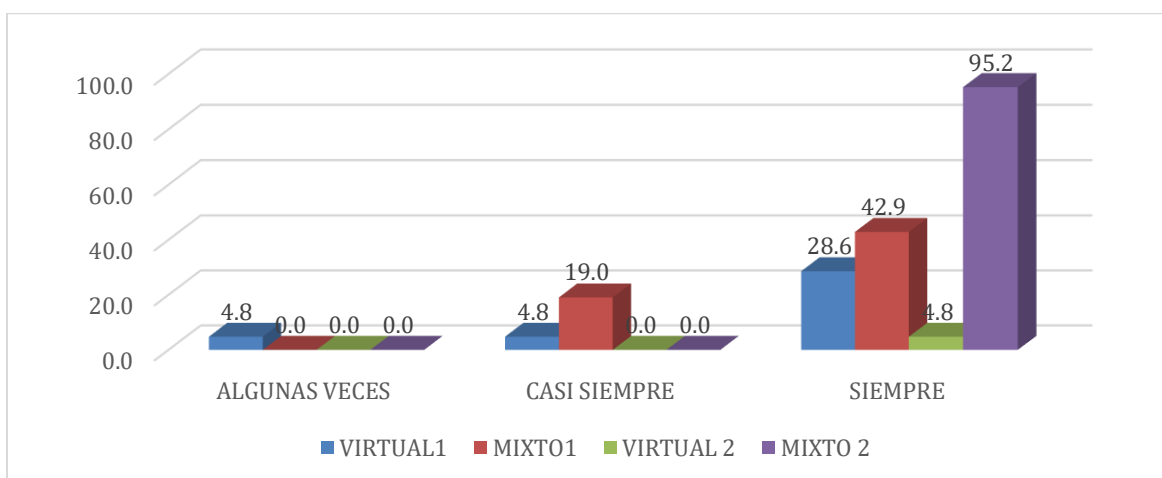


Fuente: la presente investigación – año 2021

La población muestra un cambio considerable en relación a esta habilidad, puesto que pasa de generar un valor de aproximadamente 50%, a llegar a un 100% de cambio.

### Habilidades de interacción social relacionadas con el autoconcepto

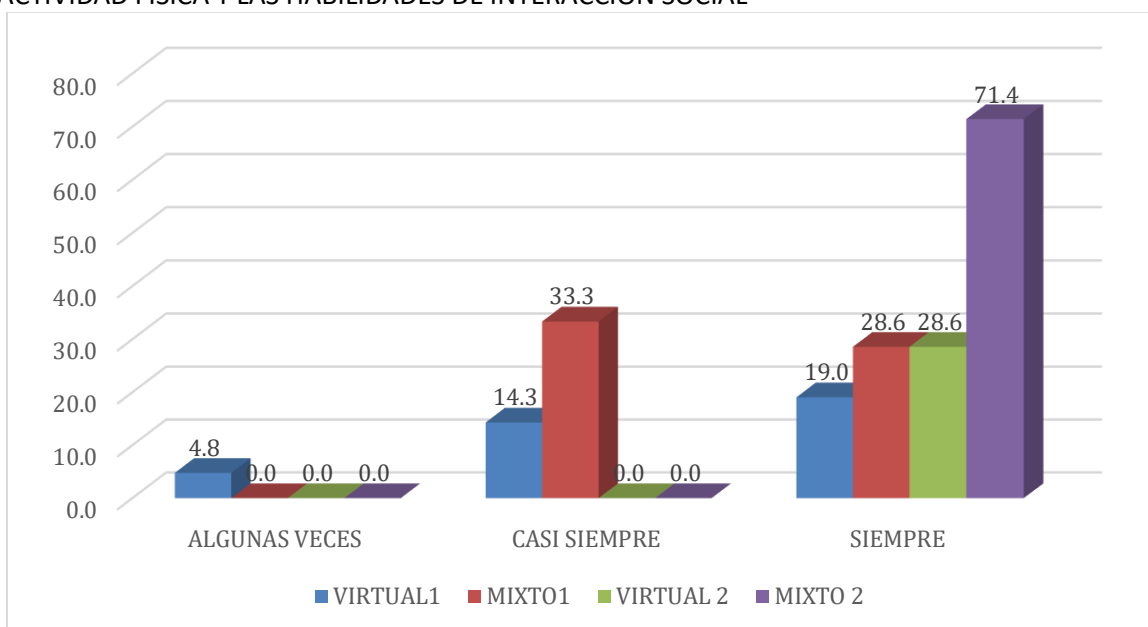
Gráfica 27. Presento respeto hacia los demás



Fuente: la presente investigación – año 2021

Gráfica 28. Respeto, defiendo y reclamo mis derechos de manera adecuada.

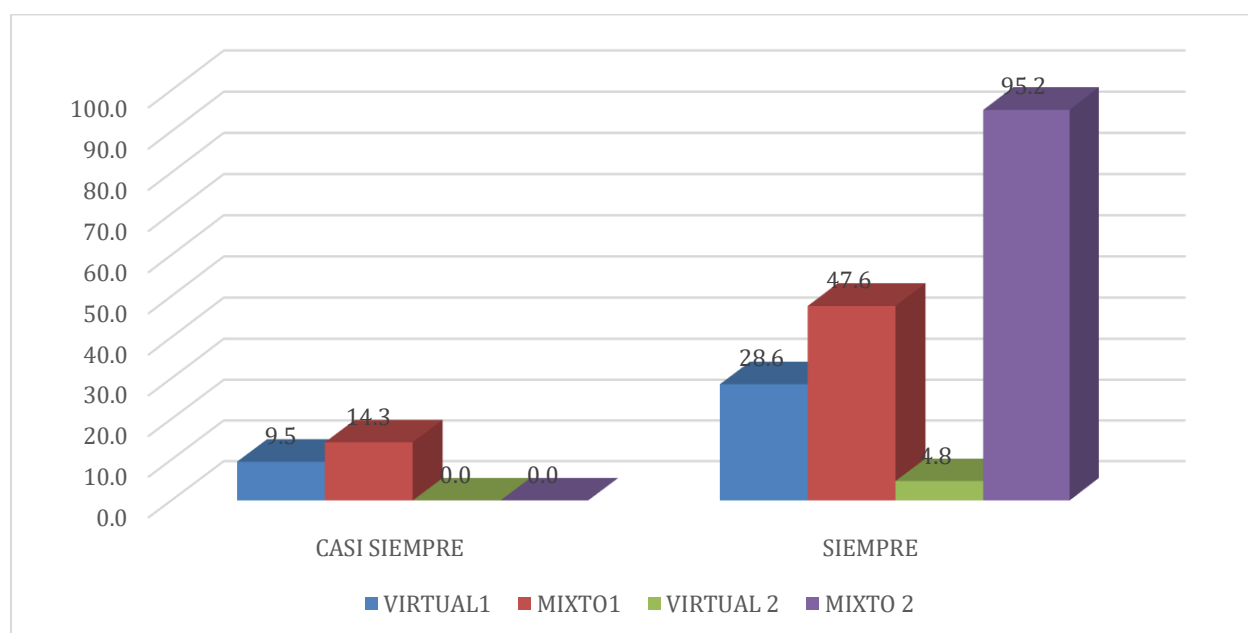
## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

En lo relacionado al respeto es importante señalar que en las dos habilidades, la población a estudio, presentaba un respeto limitado en cuanto a que sus respuesta presentaba un porcentaje considerable en torno a que algunas veces y casi siempre, tenían en cuenta esta habilidad. Sin embargo posterior a la intervención, se recuperó dicha habilidad, hasta el punto de tener siempre este hábito.

Gráfica 29. Respeto la propiedad del otro

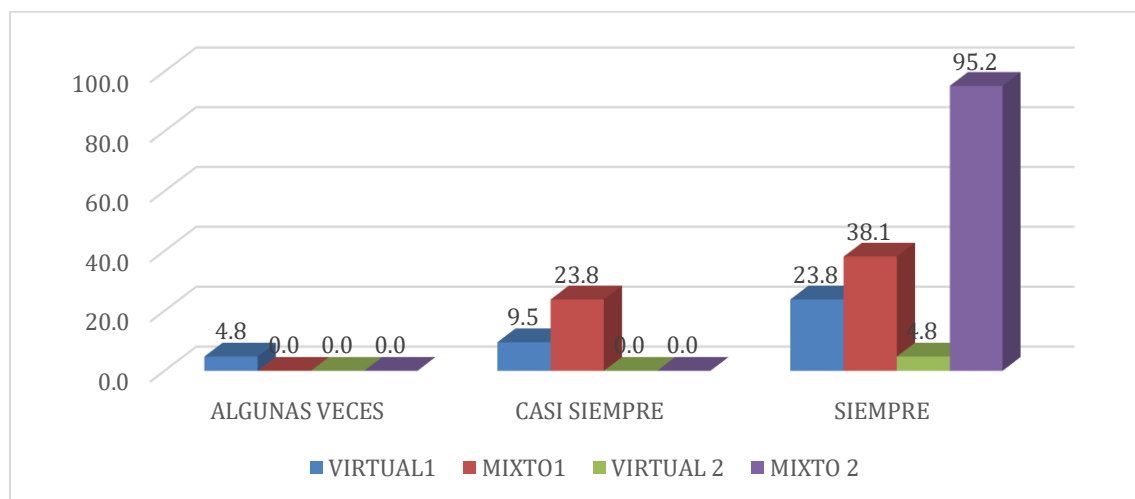


Fuente: la presente investigación – año 2021

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

En relación a este ítem, es necesario tener en cuenta que al inicio del proceso un 20% aproximadamente, no respetaba la propiedad del otro. Sin embargo, posterior a la intervención, ya se tomo esta habilidad como necesaria y cotidiana.

Gráfica 30. Motivo a los demás sin mofarme de ellos



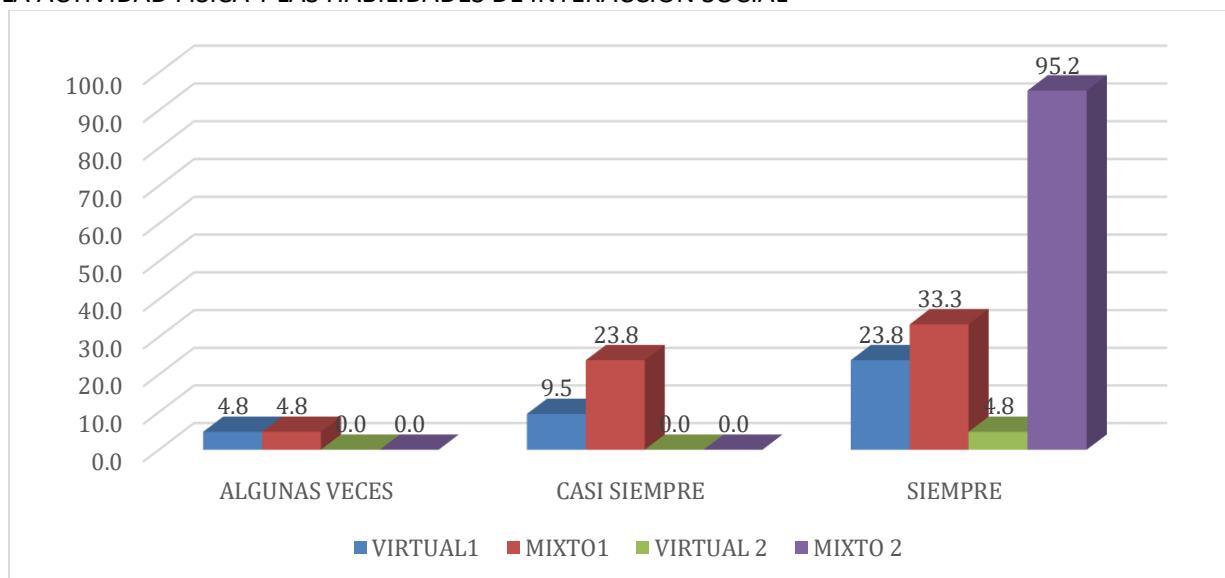
Fuente: la presente investigación – año 2021

De acuerdo a los datos obtenidos, se fortaleció la habilidad, puesto que el 100% de la población, modificó su concepto de motivación, teniendo como habilidad la motivación sin mofa.

Gráfica 31. Me elogio y acepto mis errores de manera crítica

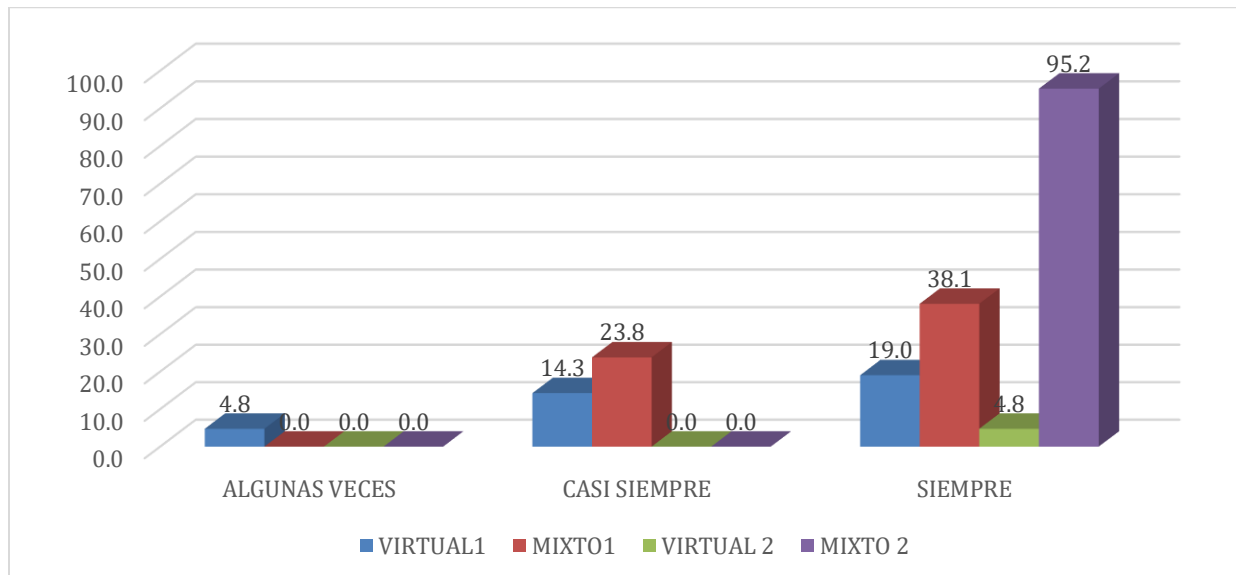


## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL



Fuente: la presente investigación – año 2021

Gráfica 32. Asumo situaciones que puedan enseñarme a superar dificultades



Fuente: la presente investigación – año 2021

En la identificación de los datos, se evidencia un proceso de cambio a nivel del autoconcepto, tanto en la aceptación de errores, como en las situaciones que enseñan a superar dificultades, se evidenció un cambio positivo, que se relaciona con el fortalecimiento de las habilidades, es

importante resaltar que en los dos casos el 100% de la población encuestada, reconoce el cambio presentado.

## CAPÍTULO 6. DISCUSIÓN

El estudio realizado, el cual presenta como objetivo el fortalecimiento de las habilidades de interacción social, en estudiantes universitarios y especialmente de noveno semestre de la Institución educativa CESMAG, genera dos condiciones claves importantes. La primera la posibilidad de interacción con el grupo, realizando estrategias lúdico recreativas que permiten desarrollar o complementar aprendizajes, generados desde la niñez y que poco a poco se deben ir fortaleciendo con el aprendizaje en colectivo, ya sea, a partir de experiencias dentro del núcleo familiar o desde la academia. Un estudio realizado por Camacho et al., (2002), identificó la necesidad de implementar nuevas estrategias de enseñanza, con el fin de ir fortaleciendo los procesos adquiridos desde el inicio de la vida, fomentando la individualización y posterior a ello, la socialización y la creatividad en herramientas de cooperación y diversidad de tareas y que demostró desde los diferentes enfoques de las habilidades de interacción social. Al inicio se hace necesario la identificación de habilidades básicas, y es aquí donde desde el hecho de saludar y generar empatía permite un mejor desempeño social del individuo y una mayor aceptabilidad por parte del grupo. En el presente estudio se evidenció un cambio significativo posterior a la aplicación de estrategias. El 100% de la población encuestada manifestó adaptaciones y fortalecimiento de las habilidades que se encontraban en menor importancia y que generaban ciertas actitudes la disminución de la empatía la posibilidad de entrar al diálogo, entre otras. Es así que, un estudio realizado por Rodríguez et al (2020). muestra resultados similares a los de la investigación, donde se resalta que la actividad física, se puede considerar una herramienta fundamental para el desarrollo de niños, adolescentes y adultos jóvenes, haciendo énfasis en su vida social, mejorando así su condición educativa y profesional.

#### LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

Por otra parte, se hace necesario resaltar que, durante la adquisición de habilidades, el momento de conversación, cooperación y emoción van ligados al proceso de lograr cierta empatía en la vida social, el presente estudio afianzó el proceso, de tal manera que se permitió conocer que de situaciones donde entre un 20 y 45% de la población encuestada ocasionalmente realizaba actividades que permitieran un desempeño óptimo dentro de los roles y tareas asignadas dentro de la academia. Un estudio realizado por López et al., (2016), hace énfasis en la importancia del desarrollo de valores mediante la iniciativa deportiva, en los cuales se permite la integralidad y el desempeño profesional resaltando la facilidad del aprendizaje y empoderamiento de actitudes y acciones propias de su rol. Si bien es cierto que diferentes acciones complementan el trabajo generado desde los núcleos sociales al cual pertenece el individuo, es importante resaltar que el autoconcepto no debe aislarse de la integralidad. En el presente estudio este apartado permitió identificar que la población mostraba aún más interés en este concepto cuando se evidenciaba una cadena lógica de desempeño durante la aplicación de las estrategias. Es por ello que lograba anclar aún más el trabajo con las condiciones personales generadas en su momento y que poco a poco fueron siendo necesarias para complementar su rol dentro de la participación de la investigación. Es por ello que un porcentaje considerable pasó de tener ocasiones intermitentes de respeto hacia el prójimo y los bienes del mismo, a tener siempre esta necesidad de identificar en el otro una condición de respeto constante y primordial.

**CAPÍTULO 7. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES****7.1 Conclusiones**

Se concluyó que los resultados obtenidos del antes y el después de las encuestas para la identificación de habilidades de interacción social, cambiaron considerablemente después de aplicar las estrategias establecidas relacionadas con la actividad física, de tipo lúdico recreativas, puesto que mejoró las posibilidades de fortalecer las habilidades desde lo conversacional, cooperativo, autoconcepto y dialogo en un 100% de los encuestados.

Es importante resaltar que los grupos de virtualidad al igual que los mixtos, generaron un cambio de importancia, puesto que hubo participación de las actividades desde su modalidad, generando resultados similares y acogiendo un porcentaje bastante aceptable de las mejoras de las habilidades establecidas en la investigación. Generando un mejor proceso en relación al tema propuesto.

**7.2 Recomendaciones**

Es importante realizar investigaciones, que permitan identificar la correlación de una manera más precisa, esto con el fin de implementar de manera adecuada estrategias en pos de mejorar las habilidades, las aptitudes, actitudes y consideraciones éticas y morales del individuo.

Es importante reconocer que si se llegase al generar un logro en el fortalecimiento de las habilidades de interacción social, especialmente en estudiantes universitarios de último semestre, posiblemente se recupere y mejore la calidad de profesionales con aspecto ético y moral.

**BIBLIOGRAFÍA**

Andrade, H., (2005). *Comunicación organizacional interna procesos, disciplina y técnica*. España: Netbiblo.

Arancibia, J. (2019). Estudio exploratorio de la interacción social y extensión universitaria en la USFX 2010-2018. *Revista Investigación y Negocios*, 12(19), 65-74. Recuperado el 10 de mayo de 2021, de [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S252127372019000100007&lng=pt&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S252127372019000100007&lng=pt&tlng=es).

Betancourth, S., Zambrano, C., Ceballos, A., Benavides, V., Villota, N. (2017). Habilidades sociales relacionadas con el proceso de comunicación en una muestra de adolescentes. *Revista Psicoespacios*, Vol. 11, N. 18, pp.133-148, Disponible en <http://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios>

Buxarrais M, Martínez M, Esteban B. (2002). La universidad como espacio de aprendizaje ético. *Revista Iberoamericana De Educación*, 29, 17-43. <https://doi.org/10.35362/rie290949>

Caballo, V., (1997), *Teoría de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*. Valencia, promolibros.

Camacho, Á. S., y Noguera, M. Á. D. (2002). *Educación física y estilos de enseñanza: análisis de la participación del alumnado desde un modelo socio-cultural del conocimiento escolar*. Madrid: Inde.

Campo, Y., Pombo, L., y Teherán, A. (2016), Estilos de vida saludable y conductas de riesgo en estudiantes de medicina. *Rev Univ Ind Santander Salud*, 48 (3), 301-309. Recuperado de <http://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/5667>

Consuegra, C., Donato, J., (2017). La actividad física como estrategia pedagógica para una sana convivencia desde las competencias ciudadanas de convivencia y paz en el curso séptimo C del Colegio Emilio Valenzuela. *Corporación Universitaria Minuto de Dios*. 2, 16-23. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10656/4479>

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

de Miguel, P., (2014). Enseñanza de habilidades de interacción social en niños con riesgo de exclusión. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 1(1),17-26.

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=477147183002>

Escamilla, P., & Núñez, J., Prado, V., Calabuig, F., (2017). Clases de Educación Física, motivación deportiva y adolescencia: estudio de algunas variables moderadoras. *Revista de Psicología del Deporte*, 26 (3), 97-101. [Fecha de Consulta 4 de junio de 2021]. ISSN: 1132-239X. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235152046018>.

Flórez, A., Miryam Patricia Cubillos, M., Uribe, K., (2020). Habilidades sociales para la vida en estudiantes entre 16 y 19 años de edad de tres programas académicos de una universidad privada. *Revista Biumar*, 4(1), 54-66. <https://doi.org/10.31948/BIUMAR4-1-art6>

Flórez, J., Salguero, A., Molinero, O., Márquez, S., (2011). Relación de la habilidad física percibida y el clima motivacional percibido en estudiantes de secundaria, colombianos. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 5(2),69-79. [fecha de Consulta 25 de mayo de 2021]. ISSN: 1900-2386.

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297224105006>

Fernández, B., Arias, J., (2013). La Expresión Corporal como fuente de aprendizaje de nociones matemáticas espaciales en Educación Infantil. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 158-164. ISSN: 1579-1726.

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732290032>.

Flórez E, García M, Calsina W, Yapuchura A., (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno. *Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 7 (2), 5-14. [Fecha de Consulta 20 de mayo de 2021]. ISSN: 2219-7168.

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=449849320001>

Gallego, O. (2009). Diseño y pilotaje de un programa de entrenamiento en habilidades sociales para estudiantes de psicología de una universidad privada de Bogotá. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 3(2),55-80. [fecha de Consulta 30 de mayo de 2021]. ISSN: 1900-2386.

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297225531003>.

Gaviria, Y.P. y Grisales, MC. (2013). Bajo rendimiento académico: desesperanza aprendida una mirada desde la complejidad del sujeto. *Plumilla educativa*, (12), s.p. Recuperado de <http://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/plumillaeducativa/article/download/390/490>

Gómez, I. (2010). Actitudes de los estudiantes en el aprendizaje de la matemática con tecnología. *Enseñanza de las Ciencias*, 28(2), 227-244.

Gonzales, J., Martínez, A., (2012). Relación entre las habilidades sociales y actitudes generadoras de violencia en los estudiantes de la Institución educativa ITSIM. *Institución Universitaria CESMAG*, 76.

Disponible en: [https://biblioteca.unicesmag.edu.co/pmb/opac\\_css/index.php?lvl=publisher\\_see&id=64page=292&nbr\\_lignes=4838&l\\_typedoc=](https://biblioteca.unicesmag.edu.co/pmb/opac_css/index.php?lvl=publisher_see&id=64page=292&nbr_lignes=4838&l_typedoc=)

Guillén S., Carcausto, W., Quispe-Cutipa, W., Mazzi-Huaycucho, V., Rengifo, R. (2021). Habilidades comunicativas y la interacción social en estudiantes universitarios de Lima. *Propósitos y Representaciones*, (SPE1), e895.

Doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9nSPE1.895>

Hernández, A., Martínez, F. D. y Sánchez, V. M. (2011). Construcción de una herramienta observacional para evaluar las conductas prosociales en las clases de educación física. *Psicología del deporte*, 19, 305-318.

Hidalgo, C y Abarca, N (1990). Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 22 (2), 265-282. [Fecha de Consulta 20 de mayo de 2021]. ISSN: 0120-0534. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80522205>

López, V., Pérez, D., Manrique, J., Monjas, R. (2016). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (29), 182-187. [Fecha de Consulta 3 de Octubre de 2021]. ISSN: 1579-1726. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345743464037>

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

Marsha, L., (2015). *Terapia dialéctico conductual para el trastorno de personalidad límite*.

Madrid: rosál.

Paulino, P., Silva, A. (2011). Knowing how to learn and how to teach motivation: Contributions from self-regulation of motivation to more a effective learning. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 29, 656-662.

Peñafiel, E., Serrano, C. *Habilidades sociales*. Madrid: Editex, 2010.

Pont, T., (2008). *La comunicación no verbal*. Barcelona: Editorial OUC.

Restrepo O, Diego A., y Jaramillo E, Juan C. (2012). Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 30 (2), 202-211. Obtenido el 19 de mayo de 2021 de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-386X2012000200009&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-386X2012000200009&lng=en&tlng=es).

Revelo C, Collazos A, y Jiménez J. (2018) El trabajo colaborativo como estrategia didáctica para la enseñanza/aprendizaje de la programación: una revisión sistemática de literatura. *TecnoLógicas*, vol. 21, no. 41.

Rodríguez, Á., Rodríguez, J., Guerrero, H., Arias, E., Paredes, A., & Chávez, V. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2), e1535. Epub 01 de julio de 2020. Recuperado en 02 de octubre de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S086421252020000200010&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252020000200010&lng=es&tlng=es).

Rodríguez, G., (2011). Funciones y rasgos del liderazgo pedagógico en los centros de enseñanza. *Educación y Educadores*, 14 (2), 253-267. [Fecha de Consulta 23 de mayo de 2021]. ISSN: 0123-1294.

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83421404003>



## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

Rodríguez, S., (1986). *Salud mental del niño de 0 a 12 años comunicación, lenguaje y trastornos de lenguaje*. San José: Universidad estatal a distancia.

Ruiz, J., Sánchez, Z., Zamarrón, E., Zamora, A., Arce, Ja., (2013). Los valores para el ser humano desarrollo humano. *Editorial España: critica*, p.15.

Peñafiel, E., Serrano, C., (2010). *Habilidades sociales*. Madrid: Editex.

Miranda, B., Peña, C., (2001). *Relaciones de género con equidad*. San Salvador: Comunicación y Mercadeo.

Ulibertadores, (2021). Líneas institucionales de investigación.  
<https://www.ulibertadores.edu.co/investigacion/lineas-investigacion/>

Valdés, I. Guerra, S, Camargo M. (2020). Las habilidades de interacción social: un puente hacia la inclusión. *Mendive. Revista de Educación*, 18(1), 76-91. Epub 02 de marzo de 2020. Recuperado en 01 de agosto de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S18156962020000100076&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S18156962020000100076&lng=es&tlng=es).

Vásquez, B. (2005). *El libro de los valores*. Bogotá: Malsinet.

## APÉNDICES

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

ACTIVIDAD FÍSICA COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA, PARA FORTALECER LAS  
HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL EN LOS ESTUDIANTES DE NOVENO  
SEMESTRE DEL PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA DE LA  
UNIVERSIDAD CESMAG EN LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO

RESPONSABLES: RICARDO EFRAIN DORADO

CARLOS ARTURO RUEDA

No	NOMBRES Y APELLIDOS	SEMESTRE	C.C	CEDULA	FIRMA
1	Jose Ramos	IX	X	1087203370	Jose Ramos
2	Adison Ceballos	IX	X	1086106467	Adison Ceballos
3	Alexys Muñoz	IX	X	1083812677	Alexys Muñoz
4	Steven Narvaez	IX	X	1085305338	Steven Narvaez
5	ANDERSON HUERTAS	IX	X	108333783	Anderson Huertas
6	Diego Lucero	IX	X	1085636314	Diego Lucero
7	Jefferson Cortes	IX	X	1088738077	Jefferson C.
8	Hugo Hernan Cadena	IX	X	1085344177	Hugo Cadena
9	DANIEL MONTENEGRO	IX	X	1085316201	Daniel M.
10	Hernando Valencia	IX	X	1085943584	Hernando Valencia
11	marlon ramos	IX	X	1004637214	marlon ramos
12	Santiago Benavides	IX	X	1085330258	santiago Benavides
13	Ramos Alejandro	IX	X	1085330362	Alejandro Ramos
14	Katherin Palacios	IX	X	1085297242	Katherin Palacios
15	Fernando Rivera	IX	X	1006848784	Fernando Rivera
16	AIRTON ORTIL	IX	X	1085317935	AIRTON ORTIL
17	Juan david betancurth	IX	X	1085342748	Juan David
18	Mauricio Chacanes	IX	X	1087420610	Mauricio Chacanes
19	José Martínez	IX	X	1086137543	José Martínez
20	Nelson Conde	IX	X	5478529	Nelson Conde
21	BRAYAN RIVERA	IX	X	1006848784	BRAYAN RIVERA
22					
23	Jose Gbelis Cuero	IX	X	1087109934	Jose Cuero
24	Adriana Bustos	IX	X	1082658509	Adriana Bustos
25					

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

**ACTIVIDAD FÍSICA COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA, PARA FORTALECER LAS  
HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL EN LOS ESTUDIANTES DE NOVENO  
SEMESTRE DEL PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA DE LA  
UNIVERSIDAD CESMAG EN LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO**

**RESPONSABLES: RICARDO EFRAIN DORADO**

**CARLOS ARTURO RUEDA**

No	NOMBRES Y APELLIDOS	SEMESTRE	C.C	CEDULA	FIRMA
1	Mauricio Chacainec	IX	X	1087420610	Mauricio Chacainec
2	Santiago Benavides	IX	X	1085330258	Santiago Benavides
3	Steven Novacez	IX	X	1085306378	Steven Novacez
4	Jose Ramos	IX	X	1082203370	Jose Ramos
5	Jeferson Cortes	IX	X	1088778074	Jeferson C.
6	ANDERSON HUERTAS	IX	X	1085635783	Anderson Huertas
7	Alexys Muñoz	IX	X	1083812677	Alexys Muñoz
8	Fernando Rivera	IX	X	1006848787	Fernando Rivera
9	BRAYAN RIVERA	IX	X	1006848784	BRAYAN RIVERA
10	Diego Lucero	IX	X	1085636334	Diego Lucero
11	Jose Gabriel Cuero	IX	X	1087109911	Jose Cuero
12	Adison Ceballos	IX	X	1086708987	Adison Ceballos
13	Jesús Martínez	IX	X	1086137549	Jesús Martínez
14	Hugo Hernan Cadena	IX	X	1085344177	Hugo Cadena
15	DANIEL MANTENEGRO	IX	X	1085316201	Daniel Mantenegro
16	Adriana Bustos	IX	X	1085658509	Adriana Bustos
17	Alejandro Ramos	IX	X	1085330352	Alejandro Ramos
18	Hernando Valencia	IX	X	1085943584	Hernando Valencia
19	Maxton Pomer	IX	X	1004637264	Maxton Pomer
20	Juan David Betancurth	IX	X	1085342748	Juan David
21	AIRIAS GATIL	IX	X	1085317935	AIRIAS GATIL
22					
23	Katherin Palacios	IX	X	1085297242	Katherin Palacios
24	Rafael Concha	IX	X	5478329	Rafael Concha
25					

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

ACTIVIDAD FÍSICA COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA, PARA FORTALECER LAS  
HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL EN LOS ESTUDIANTES DE NOVENO  
SEMESTRE DEL PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA DE LA  
UNIVERSIDAD CESMAG EN LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO

RESPONSABLES: RICARDO EFRAIN DORADO

CARLOS ARTURO RUEDA

No	NOMBRES Y APELLIDOS	SEMESTRE	C.C	CEDULA	FIRMA
1	Adison Ceballos	IX	X	1085706987	Adison Ceballos
2	Hernando Valencia	IX	X	1085943584	Hernando Valencia
3	Jose Ramos	IX	X	1087203370	Jose Ramos
4	Adriana Bustos	IX	X	1082658509	Adriana Bustos
5	Diego Lucero	IX	X	1085636314	Diego Lucero
6	Hugo Hernan Cadenz	IX	X	1085344177	Hugo Cadenz
7	Murton Ramon	IX	X	7004631214	Murton Ramon
8	BRAYAN RIVERA	IX	X	1006848784	BRAYAN RIVERA
9	Steven Narvaez	IX	X	1085305378	Steven Narvaez
10	Juan David Betancourth	IX	X	1085342748	Juan David Betancourth
11	Alexys Muñoz	IX	X	108382264	Alexys Muñoz
12	Mauricio Chacaones	IX	X	1087420670	Mauricio Chacaones
13	ANDERSON HUERTAS	IX	X	1085635783	Anderson Huertas
14	PABLO MONTENEGRO	IX	X	1085316201	Pablo Montenegro
15	Jesus Martinez	IX	X	108637549	Jesus Martinez
16	AIRION ORTIL	IX	X	1085317935	AIRION ORTIL
17	Katherin Palacios	IX	X	1085297242	Katherin Palacios
18	Ramos Alexandry	IX	X	1085330352	Alexandry Ramos
19	Nelson Sandoz	IX	X	5478579	Nelson Sandoz
20	Fernando Rivera	IX	X	1006848784	Fernando Rivera
21	Je Ferson Cor tes	IX	X	1088438074	Je Ferson Cor tes
22					
23	Jose Obelis Cuero	IX	X	1087309911	Jose Cuero
24	Santiago Beravides	IX	X	1085330258	Santiago Beravides
25					

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

**ACTIVIDAD FÍSICA COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA, PARA FORTALECER LAS  
HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL EN LOS ESTUDIANTES DE NOVENO  
SEMESTRE DEL PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA DE LA  
UNIVERSIDAD CESMAG EN LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO**

**RESPONSABLES: RICARDO EFRAIN DORADO**

**CARLOS ARTURO RUEDA**

No	NOMBRES Y APELLIDOS	SEMESTRE	C.C	CEDULA	FIRMA
1	Katherin Palacios	IX	X	1085297292	Katherin Palacios
2	Hernando Valencia	IX	X	1085943584	Hernando Valencia
3	BRAYAN RIVERA	IX	X	1006848784	BRAYAN RIVERA
4	Jose Obelis Cero	IX	X	1087109914	Jose Obelis
5	Hugo Hernan Cadena	IX	X	1085344177	Hugo Cadena
6	Juan David Betancurth	IX	X	1085342748	Juan David
7	Mauricio Chacaunes	IX	X	1027470670	Mauricio Chacaunes
8	Jose Ramos	IX	X	1087203370	Jose Ramos
9	Edison Ceballos	IX	X	1086708987	Edison Ceballos
10	Adriana Bustos	IX	X	1082658509	Adriana Bustos
11	Diego Lucero	IX	X	1085636334	Diego Lucero
12	Jefferson Cortes	IX	X	1088738074	Jefferson C.
13	Jesús Martínez	IX	X	1086137549	Jesús Martínez
14	Martín Ramos	IX	X	1004637264	Martin Ramos
15	ANDERSON HUERTAS	IX	X	1085635783	Anderson Huertas
16	Santiago Beronides	IX	X	1085330258	Santiago Beronides
17	M Fernando Rivera	IX	X	1006848784	Fernando Rivera
18	DANIEL MONTENEGRO	IX	X	1085316201	Daniel M
19	Steven Norvaer	IX	X	1085305378	Steven Norvaer
20	AIRTON ORTIZ	IX	X	1085217935	AIRTON ORTIZ
21					
22					
23	Ramos Alejandro	IX	X	1088330362	Alejandro Ramos

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

**ACTIVIDAD FÍSICA COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA, PARA FORTALECER LAS  
HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL EN LOS ESTUDIANTES DE NOVENO  
SEMESTRE DEL PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA DE LA  
UNIVERSIDAD CESMAG EN LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO**

**RESPONSABLES: RICARDO EFRAIN DORADO**

**CARLOS ARTURO RUEDA**

No	NOMBRES Y APELLIDOS	SEMESTRE	C.C	CEDULA	FIRMA
1	Adriana Bustos	IX	X	1082658509	Adriana Bustos
2	River David betancourt	IX	X	1085302748	River D.
3	Hugo Hernan Cadena	IX	X	1085344177	Hugo Cadena
4	Jose obelis Cuero	IX	X	1087109931	Jose Cuero
5	Alexis Muñoz	IX	X	1083872677	Alexis Muñoz
6	Edison Ceballos	IX	X	1086700967	Edison Ceballos
7	Hernando Valencia	IX	X	1085943584	Hernando Valencia
8	Santiago Benavides	IX	X	1085330259	Santiago Benavides
9	Jose Ramos	IX	X	1087203370	Jose Ramos
10	Katherin Palacios	IX	X	1085292292	Katherin Palacios
11	Jesús Martínez	IX	X	1086137549	Jesús Martínez
12	Diego Lucero	IX	X	1085636334	Diego Lucero
13	ANDERSON MUERTAS	IX	X	1085635783	andersonmuertas
14	Fernando Rivera	IX	X	1006848784	Fernando Rivera
15	BRAYAN RIVERA	IX	X	1006848784	BRAYAN RIVERA
16	Jose Ramos Alejandra	IX	X	1085330362	Alejandra Ramos
17	Jeferson Cortes	IX	X	198738074	Jeferson C.
18	Marton Ramos	IX	X	7004637214	Marton Ramos
19	Steven Navarez	IX	X	1085305378	Steven Navarez
20	DANIEL MONTENEGRO	IX	X	1085316201	Daniel Montenegro
21	Alfonso Cortes	IX	X	5978529	Alfonso Cortes
22	AIRTON OJILI	IX	X	1085317035	Airton Ojili
23	Mauricio Chacamey	IX	X	1087420610	Mauricio Chacamey
24					



**ACTIVIDAD FÍSICA COMO ESTRATEGIA PEDAGÓGICA, PARA PROMOVER  
LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL EN ESTUDIANTES DE  
NOVENO SEMESTRE DEL PROGRAMA DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN  
FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD CESMAG DE PASTO**

**CUESTIONARIO DE HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL**

**DATOS BÁSICOS**

**NOMBRE COMPLETO:** \_\_\_\_\_

**EDAD:** \_\_\_\_\_ **TIPO Y NÚMERO DE IDENTIFICACIÓN:** \_\_\_\_\_

**SEXO:** M \_\_\_\_\_ F \_\_\_\_\_ OTRO \_\_\_\_\_

**LUGAR DE NACIMIENTO:** \_\_\_\_\_

**MODALIDAD DE ESTUDIO:** VIRTUAL: \_\_\_\_\_ PRESENCIAL: \_\_\_\_\_ MIXTA: \_\_\_\_\_

**Instrucciones.**

Por favor para diligenciar la siguiente encuesta, leer con mucha atención cada uno de los enunciados y responder de la siguiente manera:

Marcar el número de acuerdo a la interpretación.

1. Nunca: No muestro interés en el enunciado.
2. Casi nunca: El enunciado no presenta relación con mis habilidades.
3. Algunas veces: El enunciado está relacionado parcialmente.
4. Casi siempre: El enunciado se relaciona en la mayoría de mis acciones.
5. Siempre: El enunciado muestra estrecha relación con mis acciones.

## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

## I. Habilidades básicas de interacción social.

Código	Enunciado	1	2	3	4	5
I-01	Al encontrar a una persona, saludo					
I-02	Al saludar lo realizo de forma verbal, físico o mixto					
I-03	Durante el saludo miro la persona al rostro con empatía					
I-04	Mantengo un diálogo abierto e interesante					
I-05	Mantengo una postura adecuada en el diálogo					
I-06	Presto atención a lo que los demás dicen					

## II. Habilidades de interacción social, relacionadas con la conversación.

Código	Enunciado	1	2	3	4	5
II-01	Espero mi turno para comenzar o continuar un diálogo					
II-02	Pido la palabra de forma adecuada					
II-03	Se comenzar y culminar el dialogo de manera adecuada					
II-04	Empleo un tono de voz amable y adecuado con los demás					
II-05	Presento un buen estado de ánimo aun cuando me corrijan					
II-06	Los signos de inconformidad en mi rostro son evidentes					



## LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LAS HABILIDADES DE INTERACCIÓN SOCIAL

## III. Habilidades de interacción social, relacionadas con la cooperación

Código	Enunciado	1	2	3	4	5
III-01	Brindo ayuda a quien me lo solicita					
III-02	Trato de integrarme en el aula, generando aportes al grupo					
III-03	Cumplo orientaciones dadas en el grupo o en la institución					
III-04	Ayudo a integrantes de mi grupo, en tareas asignadas					
III-05	Respeto reglas, orientaciones o acuerdos dados en las actividades					
III-06	Practico normas de cortesía en el momento de colaborar					

## IV. Habilidades de interacción social, relacionadas con las emociones

Código	Enunciado	1	2	3	4	5
IV-01	Muestro afecto a las personas que me acompañan					
IV-02	Expreso mis emociones en el momento ideal					
IV-03	Presento amabilidad y buen trato según el trato de los demás					
IV-04	Controlo emociones cuando resulto agredido					
IV-05	Cuando tengo problemas trato de buscar la manera mas cordial y adecuada para solucionarlo					
IV-06	Formulo quejas con honestidad					

## V. Habilidades de interacción social, relacionadas con el autoconcepto

Código	Enunciado	1	2	3	4	5
V-01	Presento respeto hacia los demás					
V-02	Respeto, defiendo y reclamo mis derechos de manera adecuada					
V-03	Respeto la propiedad del otro					
V-04	Motivo a los demás sin mofarme de ellos					
V-05	Me elogio y acepto mis errores de manera crítica					
V-06	Asumo situaciones que puedan enseñarme a superar dificultades					

Una vez terminada la encuesta, firmar y entregar al investigador.

Firma: \_\_\_\_\_