

## COMPETENCIAS CIUDADANAS EN LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR

### THE CITIZEN COMPETENCES IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION

Jayson Bernate (1), Ingrid Fonseca (1), Milton Betancourt (1), Francy García (1), Haider Sabogal (1)  
 1 (Facultad de Educación. Corporación Universitaria Minuto de Dios, Sede Principal. LEFD presencial)  
 Correo electrónico: jayson.bernat@uniminuto.edu

Recibido:04.04.2019

Aceptado:24.06.2019

#### Resumen

Este artículo tiene como objetivo caracterizar las competencias ciudadanas, orientadas a las habilidades sociales desde la clase de educación física en un colegio de la ciudad de Bogotá, Colombia. Para ello se aplicó el Test de Habilidades Sociales (HH. SS) (Goldstein, Sprafkin, Gershaw y Klein, 1989), compuesto por 50 habilidades. La muestra incidental estuvo conformada 242 estudiantes de grados sexto y octavo. La metodología es de carácter cuantitativo y alcance descriptivo. Para el estudio se utilizó el software SPSS, el análisis estadístico se realizó con técnicas de estadística descriptiva y las variables analizadas fueron: grupo I: primeras habilidades sociales, grupo II: habilidades sociales avanzadas, grupo III: Habilidades relacionadas con los sentimientos, grupo IV: Habilidades alternativas a la agresión, grupo V: habilidades para hacer frente al estrés y grupo VI. Habilidades de planificación. Los principales hallazgos reflejan que los grupos I, II, IV, y VI, arrojan puntuaciones aceptables respecto a la media aritmética, mientras que los grupos III y V, presentan puntuaciones bajas. Se concluye que las habilidades sociales deben ser trabajadas desde la primera infancia debido a que el ser humano no nace con ellas sino a través de la experiencia y de la educación se desarrollan dichas habilidades.

**Palabras clave:** Competencias ciudadanas, educación física, alumnos, escuela, habilidades sociales.

#### Abstract

This article aims to characterize citizenship competencies, oriented to social skills from the physical education class in a school in the city of Bogotá, Colombia. For this, the Social Skills Test (HH.SS) was applied (Goldstein, Sprafkin, Gershaw & Klein, 1989), composed of 50 skills. The incidental sample consisted of 242 sixth and eighth grade students. The methodology is of a quantitative nature and descriptive scope. To study the SPSS software they used, statistical analysis was performed using descriptive statistical techniques and variables analyzed are: Group I: first social skills, group II: advanced social skills, group III: Skills related feelings, group IV: Alternative skills to aggression, group V: skills to cope with stress and group VI. Planning skills. The main findings reflect that groups I, II, IV, and VI, give acceptable scores with respect to the arithmetic mean, while groups III and V, have low scores. It is concluded that social skills must be worked from early childhood because the human being is not born with them but through experience and education that develops these skills.

**Key words:** Citizenship, physical education, students, school, social skills.

#### Introducción

Las competencias ciudadanas, de acuerdo a lo planteado en la Constitución Política de Colombia, en el capítulo 41 se deben impartir: "en todas las instituciones de educación oficiales o privadas, serán obligatorios el estudio de la constitución y la instrucción cívica. Así mismo se fomentarán prácticas democráticas para el aprendizaje de los principios y valores de la participación ciudadana". (Constitución Política de Colombia 1991, art 41, p. 22). Por este motivo es necesario trabajar las habilidades sociales en el contexto educativo, ya que contribuyen a mejorar las relaciones sociales con los demás individuos.

En este sentido, una de las problemáticas que se presentan son los numerosos índices de violencia en el aula, en consecuencia, es necesario recalcar algunos factores de riesgo, que giran en torno a la escuela. Tal como lo afirma Díaz (2005),

Entre las categorías de riesgo detectadas en los estudios científicos, y que suelen verse reflejadas en la mayoría de los casos de violencia escolar, cabe destacar: la exclusión social o el sentimiento de exclusión, la ausencia de límites, la exposición a la violencia a través de los medios de comunicación, la integración en bandas identificadas con la violencia, la facilidad para disponer de armas, y la justificación de la violencia en la sociedad en la que dichas circunstancias se producen (p. 24).

Por tal motivo, es necesario detectar los factores de riesgo a tiempo en los que se encuentra inmerso el individuo, con el fin de prevenir futuras consecuencias negativas, como la agresión en el entorno escolar logrando un buen desarrollo de las habilidades sociales, asimismo identificar y tener autorregulación de emociones negativas que conducen a responder comportamientos adversos, es fundamental transformarlos para lograr cambios en las comunidades con relación a la comunicación, confianza y respeto.

En este orden de ideas se hace necesario formar buenos ciudadanos y eso se debe hacer principalmente desde la escuela, donde el deber de los colegios no es solo formar a los niños para que sean los mejores en matemáticas, español, etc. Sino también formar ciudadanos con habilidades emocionales, comunicativas y cognitivas. Así como lo plantea García (2016), "debemos instaurar una educación para la formación tanto personal como social, para la acción y el cambio real hacia una sociedad mejor desde la concienciación, desde una perspectiva más humanista y humanizadora, que pretenda un equilibrio efectivo de desarrollo sostenible" (p. 35). Esto quiere decir que es primordial la formación de habilidades sociales en el alumno, debido a que es la base para su formación integral y para alcanzar el éxito, ya que de esa manera el individuo puede desenvolverse en su entorno social de manera asertiva trayendo consigo mejores oportunidades de vida. Así mismo permite que se evite desarrollar conductas violentas en su etapa adulta.

De manera que en la praxis de la educación física es pertinente trabajar el desarrollo de las competencias ciudadanas, debido a que se trabaja una didáctica pedagógica de autodeterminación, tal como lo menciona González (2017, p.44), "la teoría de la autodeterminación postula que todas las personas tienen tres necesidades psicológicas básicas: autonomía, competencia y relación, que necesitan satisfacer en cualquier contexto en el que interactúan".

Del mismo modo se desarrolla un proceso formativo centrado en el aprendizaje, logrando el desarrollo de las habilidades sociales, ejerciendo un papel elemental en las obligaciones primordiales, autonomía, relación y competencia originando un resultado de enseñanza esencial en el aula y así poder lograr un desempeño positivo en los estudiantes por medio las habilidades sociales (Porto, 2014). Además de esto el docente de educación física debe buscar diferentes estrategias para para que el alumno logre desarrollar de manera óptima sus habilidades sociales, Giráldez (2011), afirma que:

El docente de Educación Física es uno de los más importantes pilares para la educación en valores. Pues entre otros aspectos, es el único docente de los centros educativos, que posee una de las mejores herramientas para inculcar y fomentar los valores, siendo esta el deporte, la actividad física y el ejercicio físico (p.38).

Por este motivo la clase de educación física es la mediadora para formar a los estudiantes de manera íntegra, es decir formar ciudadanos éticos, críticos y auto reflexivos capaces de interactuar con el mundo que los rodea, con el fin de que sean partícipes en la sociedad de manera constructiva. Por esa razón las habilidades sociales son una parte fundamental del desarrollo del ser humano porque son una herramienta para la relación con los demás, para poder aceptar ideas, conocimientos y emociones. Tal como lo menciona Casares (2004), citado por Cohen, Silvina y Coronel (2009) el término, habilidades sociales se refiere a comportamientos, conductas o destrezas requeridas para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal y son adquiridas y aprendidas a través de la experiencia con el otro. Es por ello que las habilidades sociales juegan un papel fundamental en los estudiantes debido a que estas encaminan al éxito del individuo tanto de su parte emocional, como social. Por otro lado, existen personas con déficit de estas que son más propensos a desarrollar cambios emocionales y por ende denota un obstáculo para la relación con otros sujetos y representa una limitación en la relación comunicativa y expresiva en el entorno social y afectivo (Ruiz y Chau, 2005).

Por tal motivo, es necesario investigar, si en las escuelas de educación media se están promoviendo los valores y principios convivenciales, para formar ciudadanos integrales que actúen de manera constructiva en una sociedad democrática. Según Ruiz y Chau (2005) las competencias ciudadanas son "un conjunto de conocimientos, actitudes y habilidades (cognitivas, emocionales y comunicativas), que buscan que el ciudadano democrático que se está formando esté dispuesto a actuar y actúe de manera constructiva y justa en la sociedad". (p. 32). En otras palabras, se pueden definir como el saber y la construcción de emociones comunicativas que se forman y se promulgan desde el colegio logrando dar una entrada a una sociedad democrática. La formación ciudadana se construye en los colegios desde el aula, donde pueden ser aprovechados hacia los estudiantes en forma de discusión donde ellos tengan claramente el argumento válido del saber escuchar y del saber exponer su opinión (Calle, 2017).

La educación física tal como lo menciona Parlebas (1976), citado por Blázquez (2006), es la "práctica de intervención que ejerce una influencia sobre las conductas motrices de los participantes en función de normas educativas implícitas o explícitas". (p.45) En ese orden de ideas la educación física tiene un componente fundamental como lo son las relaciones humanas, las cuales implican la formación de un ser integral capaz de enfrentar las diferentes problemáticas, que surgen en el entorno social y tiene un papel importante a la hora de interactuar con otros sujetos, porque es allí donde se aprende a aceptar la diferencia de opinión y de intereses y así mismo se respeta el nivel de capacidad de ejecución física y motriz y se involucran diferentes actividades curriculares como por ejemplo los deportes de contacto (Cyprian, 2018).

Según Arteaga, Armada y Del Sol (2016), se debe promover que:

El alumno produzca y construya el conocimiento, que sienta el placer y la satisfacción de haberlos descubierto, utilizando los mismos métodos que el científico en su quehacer cotidiano. La enseñanza de las ciencias tiene el deber ineludible de preparar al hombre para la vida y esto se logra no solo proporcionando conocimientos, sino desarrollando métodos y estrategias de aprendizaje que le permitan la búsqueda del conocimiento a partir de situaciones problemáticas tomadas del entorno, donde pueda apreciar las amplias posibilidades de aplicación de la ciencia en la vida (p.169).

Es elemental y esencial que el alumno tenga inclinación al desarrollo de competencias y habilidades sociales donde se adecua en la escuela y logran la comprensión de autoconfianza, tolerancia, trabajo fraterno etc, donde conseguirán el control de ellos mismos facilitando el éxito de habilidades cognitivas, emocionales y sociales. Entonces el alumno adquiere estos conocimientos y habilidades en donde podrá interactuar con otros sujetos, además de esta interiorizar todos los conocimientos adquiridos que podrá aplicar a su cotidianidad, para aplicarlas en diferente contexto en donde se encuentra inmerso. En ese orden de ideas los alumnos de grados sexto y octavo están en su etapa de pre-adolescencia por lo cual es pertinente recalcar los diferentes cambios que suceden en dicha etapa del ser humano. Gaete (2015, p.437) afirma que “en este período, en el que ocurren cambios rápidos y de gran magnitud, la persona se hace tanto biológica, como psicológica y socialmente madura y capaz de vivir en forma independiente (o más bien en camino hacia ello en la actualidad, aunque depende de las circunstancias”. En otras palabras, es importante identificar a los estudiantes con los que se lleva a cabo la investigación ya que son factores importantes para tener en cuenta debido a la incidencia que tiene para la obtención de los resultados del test de habilidades sociales.

Con base en lo expuesto por Álvarez (2010), la escuela es considerada como la forma de vida de la comunidad, es decir, transmite aquellos aprendizajes y valores que se consideran necesarios en la sociedad y que llevan a los alumnos a utilizar y mejorar sus capacidades en beneficio de los otros como en el suyo propio. Por ende, la escuela es el espacio en donde no solo se debe primar el proceso de enseñanza-aprendizaje sino también tener en cuenta los valores éticos, habilidades y destrezas entre las que se direccionan a formar al ser humano en toda su integralidad, tanto cultural, moral, social y política, con el fin de que sean partícipes de una sociedad democrática y equitativa. La escuela debe ser un espacio donde el alumno se sienta libre de expresar lo que siente.

González (1999), citado por Flores, García, Calsina y Yapuchura (2016, p. 154), define las habilidades sociales “como un conjunto de comportamientos aprendidos que nos facilitan la consecución de refuerzos en situaciones de interacción. Esta, describe un conjunto de conductas en términos de su utilidad”, es decir que se accede a la demostración de emociones ubicando comportamientos en el sujeto para la búsqueda del respeto de las costumbres y hábitos de los demás, mejorando la relación entre todos. Estas conductas son imprescindibles para poder vincular una sana relación con los otros individuos y se asimilan como producto de la relación con otras personas del común, esta evolución se genera principalmente en la escuela y es ahí donde se construye y se inician las primeras relaciones interpersonales del niño por medio de la comunicación con los demás. La escuela se transforma en el sitio de enseñanza de habilidades sociales de forma natural y sólida y el docente toma como papel observar los comportamientos de cada estudiante para formarlos con relación a los objetivos de las instituciones educativas.

Para finalizar este apartado cabe citar los antecedentes investigativos en torno a las estrategias pedagógicas aplicadas al desarrollo de competencias ciudadanas en estudiantes escolares; por ello Maussa y Villarreal (2015) resaltan la importancia que los estudiantes brindan a los procesos de formación de cultura política, en contextos curriculares interdisciplinarios orientados al fortalecimiento del compromiso ciudadano en la construcción de una cultura de participación, convivencia y paz. Por otra parte, Carvajal (2016) evoca el enfoque praxeológico frente al desarrollo de competencias ciudadanas y formación ciudadana, a partir de un mecanismo incipiente e incidente en el quehacer pedagógico, formulado desde la educación superior y desarrollado en las aulas infantiles. Esta es una estrategia pedagógica muy aterrorizada al reconocimiento de necesidades sociales de manera no convencional, que invita en doble vía a la inclusión, la innovación y al desarrollo de competencias de tipo social. Mientras que Gonçalves y Marcos (2016), determinan que las competencias establecidas pueden servir como referencia para que los centros educativos establezcan en sus planes curriculares el desarrollo de la ciudadanía. Igualmente, Betina y Contini (2011) describen que, en los adolescentes, los déficits de habilidades sociales pueden incidir negativamente en la consolidación de la identidad como en la cristalización de trastornos psicopatológicos. Finalmente, Zambrano (2018) sustenta que existen diferencias significativas a favor de los alumnos que emplearon las prácticas pedagógicas lúdicas y constructivas para el desarrollo de competencias ciudadanas. Esto sugiere la necesidad de seguir aplicando prácticas pedagógicas eficaces para el desarrollo de estas competencias en los estudiantes. Con base en lo expuesto, el objetivo de la presente investigación es determinar las competencias ciudadanas de los estudiantes de grados sexto y octavo específicamente en la clase de educación física del colegio José Martínez Ruiz de la localidad de Engativá, Bogotá Colombia

## Metodología

### Participantes

La muestra que participó de esta investigación estuvo constituida por una muestra incidental de 121 estudiantes de grado sexto y 121 estudiantes de grado octavo para un total de 242, de los cuales 118 son de género masculino (48,8%) y 124 de género femenino (51,2%) con las siguientes edades: 11 años (30,6%), 12 años (19,4%), 13 años (28,9%) y 14 años (21,1 %). Con relación al estrato socioeconómico, la población en su mayoría es de estrato 3 (69,4%), seguido del estrato 2 (28,1%), y estrato 4 (2,5%). Los estudiantes que hicieron parte de esta investigación pertenecen a la institución educativa José Martínez Ruiz de la localidad de Engativá, Bogotá Colombia.

### Instrumento

El instrumento utilizado es el Test de Habilidades Sociales (HH.SS) elaborado por Goldstein, Sprafkin, Gershaw, & Klein (1989). El cuestionario tiene 50 ítems y se divide en 6 grupos: grupo I: primeras habilidades sociales (8 ítems), grupo II. Habilidades sociales avanzadas (6 ítems), grupo III. Habilidades relacionadas con los sentimientos (7 ítems), grupo IV. Habilidades alternativas a la agresión (9 ítems), grupo V. habilidades para hacer frente al estrés y grupo (12 ítems) VI. Habilidades de planificación de los estudiantes (8 ítems). El formato de

respuesta fue por medio de una escala tipo Likert con 4 opciones de respuesta: me sucede muchas veces (4), me sucede bastantes veces (3), me sucede algunas veces (2) y me sucede muy pocas veces (1).

### Procedimiento

Para la recolección de los datos, se informó a los participantes sobre la naturaleza de la investigación, se pidió la colaboración de las directivas del colegio, los docentes y los estudiantes. Se entregó un formato de autorización dirigido a los padres de los pre-adolescentes, solicitando su consentimiento para la participación en el estudio. El día de la aplicación del cuestionario se explicó el objetivo del mismo y las variables. Cada estudiante tuvo 30 minutos para contestar de forma auto administrada.

El análisis estadístico se realizó por medio del programa SPSS 23.0, se hizo un análisis de la fiabilidad del instrumento, se calcularon los estadísticos descriptivos de las variables y dimensiones del estudio teniendo en cuenta la media, desviación típica y la varianza. Así mismo se hizo una comparación de medias entre los grados sexto y octavo, para posteriormente realizar la discusión y extraer las conclusiones del estudio.

### Resultados

Con la finalidad de hacer un análisis de la fiabilidad del test aplicado a los 242 estudiantes se evidencia una fiabilidad adecuada de la escala total (.843). Lo cual determina que la información recogida es confiable ya que se demuestra en la validación del instrumento utilizado en la investigación, basado en la resultante superior de confiabilidad al 0,7, lo cual significa que la información suministrada es confiable para la investigación.

Tabla 1.  
*Fiabilidad del Test*

	<i>Alpha de Cronbach</i>	<i>N. de elementos</i>
Escala total	,843	50
Grupo I: primeras habilidades sociales	,655	8
Grupo II. Habilidades sociales avanzadas	,580	6
Grupo III. Habilidades relacionadas con los sentimientos	,843	7
Grupo IV. Habilidades alternativas a la agresión	,984	9
Grupo V. habilidades para hacer frente al estrés	,849	12
Grupo VI. Habilidades de planificación de los estudiantes.	,655	8

El instrumento utilizado fue el Test de Habilidades Sociales que se divide en 6 dimensiones, las cuales a su vez se subdividen en ítems que están agrupadas de la siguiente manera:

Grupo IV. Habilidades alternativas a la agresión



Tabla 2.

*Dimensiones e ítems del test*

<i>Grupo I. Primeras habilidades sociales</i>	<i>Grupo II. Habilidades sociales avanzadas</i>
1. Escuchar. 2. Iniciar una conversación. 3. Mantener una conversación. 4. Formular una pregunta. 5. Dar las gracias. 6. Presentarse. 7. Presentar a otras personas. 8. Hacer un cumplido.	9. Pedir ayuda. 10. Participar. 11. Dar instrucciones. 12. Seguir instrucciones. 13. Disculparse. 14. Convencer a los demás.
<i>Grupo III. Habilidades relacionadas con los sentimientos</i>	<i>Grupo IV. Habilidades alternativas a la agresión</i>
15. Conocer los propios sentimientos. 16. Expresar los sentimientos. 17. Comprender los sentimientos de los demás. 18. Enfrentarse con el enfado de otro. 19. Expresar afecto. 20. Resolver el miedo. 21. Autorrecompensarse.	22. Pedir permiso. 23. Compartir algo. 24. Ayudar a los demás. 25. Negociar. 26. Empezar el autocontrol. 27. Defender los propios derechos. 28. Responder a las bromas. 29. Evitar los problemas con los demás. 30. No entrar en peleas
<i>Grupo V. Habilidades para hacer frente al estrés</i>	<i>Grupo VI. Habilidades de planificación</i>
31. Formular una queja. 32. Responder a una queja. 33. Demostrar deportividad después de un juego. 34. Resolver la vergüenza. 35. Arreglárselas cuando le dejan de lado. 36. Defender a un amigo. 37. Responder a la persuasión. 38. Responder al fracaso. 39. Enfrentarse a los mensajes contradictorios. 40. Responder a una acusación. 41. Prepararse para una conversación difícil. 42. Hacer frente a las presiones del grupo.	43. Tomar iniciativas. 44. Discernir sobre la causa de un problema. 45. Establecer un objetivo. 46. Determinar las propias habilidades. 47. Recoger información. 48. Resolver los problemas según su importancia. 49. Tomar una decisión. 50. Concentrarse en una tarea.
31. Formular una queja. 32. Responder a una queja. 33. Demostrar deportividad después de un juego. 34. Resolver la vergüenza. 35. Arreglárselas cuando le dejan de lado. 36. Defender a un amigo. 37. Responder a la persuasión. 38. Responder al fracaso. 39. Enfrentarse a los mensajes contradictorios. 40. Responder a una acusación. 41. Prepararse para una conversación difícil. 42. Hacer frente a las presiones del grupo.	43. Tomar iniciativas. 44. Discernir sobre la causa de un problema. 45. Establecer un objetivo. 46. Determinar las propias habilidades. 47. Recoger información. 48. Resolver los problemas según su importancia. 49. Tomar una decisión. 50. Concentrarse en una tarea.

Tabla 3.

*Estadística descriptiva de las variables. Estudiantes grado sexto.*

<b>Dimensiones</b>	<i>Media</i>	<i>Desviación típica</i>
Grupo I: Primeras habilidades sociales	2,32	0,71
Grupo II. Habilidades sociales avanzadas	2,34	0,73
Grupo III. Habilidades relacionadas con los sentimientos	1,80	0,56
Grupo IV. Habilidades alternativas a la agresión	2,92	0,60
Grupo V. habilidades para hacer frente al estrés	1,85	0,63
Grupo VI. Habilidades de planificación de los estudiantes	3,16	0,59

**Gráfico 1. Resultados test habilidades sociales grado sexto**

Al realizar los análisis e interpretación de datos que arroja la aplicación del instrumento, en el grado sexto, se observa que en el grupo I: En las primeras habilidades sociales, las cuales se refieren a; escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse a otras personas y hacer un cumplido, se evidencia que lo logran algunas veces, ya que se presenta una desviación típica baja, lo cual indica que los datos están dispersos o distribuidos cercanos a la media, equivalente a 0,71. En el grupo II: Habilidades sociales avanzadas, las cuales se refieren a; pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás, se demuestra que lo logran algunas veces, ya que se presenta una desviación típica baja, lo cual indica que los datos están dispersos o distribuidos cercanos a la media, equivalente a 0,73. La media más baja está relacionada con el grupo III: Habilidades relacionadas con los sentimientos, las cuales se refieren a; conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los

sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo, autor recompensarse. Se resalta que este mismo grupo presenta una desviación típica baja, lo cual indica que los datos están dispersos o distribuidos cercanos a la media, equivalente a 0,56. Seguido del grupo V: habilidades para hacer frente al estrés, las cuales se refieren a; formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo, se refleja en una media de 1,85 con una desviación típica de 0,63 la cuál es baja. Por otro lado el grupo IV: habilidades alternativas a la agresión, las cuales se refieren a; pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas, y grupo VI: Habilidades de planificación de los estudiantes, las cuales se refieren a; tomar iniciativas, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea. En estas, se demuestran que lo logran bastantes veces, ya que se presenta una desviación típica muy baja respecto a los demás grupos, lo cual indica que los datos están dispersos o distribuidos cercanos a la media, equivalente a 0,60 y 0,59 respectivamente y la media es alta, 3,16.

**Tabla 4.**  
*Estadística descriptiva de las variables. Estudiantes grado octavo.*

<b>Dimensiones</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación típica</b>	<b>Varianza</b>
Grupo I: primeras habilidades sociales	2,04	0,55	0,30
Grupo II. Habilidades sociales avanzadas	1,96	0,55	0,30
Grupo III. Habilidades relacionadas con los sentimientos	1,92	0,54	0,30
Grupo IV. Habilidades alternativas a la agresión	3,10	0,61	0,37
Grupo V. habilidades para hacer frente al estrés	1,90	0,62	0,35
Grupo VI. Habilidades de planificación de los estudiantes.	3,21	0,62	0,38

**Gráfico 2. Resultados test habilidades sociales grado octavo**

Al realizar los análisis e interpretación de datos que arroja la aplicación del instrumento, en el grado octavo, se observa que en el grupo I: en las primeras habilidades sociales, las cuales se refieren a; escuchar, iniciar y mantener una conversación, formular una pregunta, dar las gracias, presentarse a otras personas y hacer un cumplido, se demuestra que lo logran algunas veces ya que la media es 2,04, así mismo se presenta una desviación típica baja, lo cual indica que los datos están dispersos o distribuidos cercanos a la media, equivalente a 0,55. En el grupo II: habilidades sociales avanzadas, las cuales se refieren a; pedir ayuda, participar, dar instrucciones, seguir instrucciones, disculparse y convencer a los demás, se demuestra que lo logran algunas veces, ya que se presenta una desviación típica baja, lo cual indica que los datos están dispersos o distribuidos cercanos a la media, equivalente a 0,55. La media más baja está relacionada con el grupo III: Habilidades relacionadas con los sentimientos, las cuales se refieren a; conocer los propios sentimientos, expresar los sentimientos, comprender los sentimientos de los demás, enfrentarse con el enfado de otro, expresar afecto, resolver el miedo, autorrecompensarse. Por otro lado, este mismo grupo presenta una desviación típica baja, lo cual indica que los datos están dispersos o distribuidos cercanos a la media, equivalente a 0,54. Seguido del grupo V: habilidades para hacer frente al estrés, las cuales se refieren a; formular una queja, responder a una queja, demostrar deportividad después de un juego, resolver la vergüenza, arreglárselas cuando le dejan de lado, defender a un amigo, responder a la persuasión, responder al fracaso, enfrentarse a los mensajes contradictorios, responder a una acusación, prepararse para una conversación difícil, hacer frente a las presiones del grupo, se refleja en una media de 1,9 con una desviación típica de 0,62 la cuál es baja y se acerca a la media, indicando las dispersión de los datos. Por otro lado el grupo IV: Habilidades alternativas a la agresión, las cuales se refieren a; pedir permiso, compartir algo, ayudar a los demás, negociar, empezar el autocontrol, defender los propios derechos, responder a las bromas, evitar los problemas con los demás, no entrar en peleas, y grupo VI: Habilidades de planificación de los estudiantes, las cuales se refieren a; tomar iniciativas, discernir sobre la causa de un problema, establecer un objetivo, determinar las propias habilidades, recoger información, resolver los problemas según su importancia, tomar una decisión y concentrarse en una tarea se demuestra que lo logran bastantes veces, ya que se presenta una desviación típica muy baja respecto a los demás grupos, lo cual indica que los datos están dispersos o distribuidos cercanos a la media, equivalente a 0,61 y 0,62 respectivamente. Cabe resaltar que el grupo resulta ser heterogéneo puesto que tenemos una desviación cercana a una unidad, por tal motivo no podemos afirmar sobre la totalidad del grupo el análisis descrito.

**Tabla 5.**  
*T de students*

<b>Grado</b>	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación típica</b>
6to	121	2,398	,630
8vo	121	2,350	,580

**Tabla 6.**  
**Prueba de muestras independientes**

	Diferencia significativa	std. Diferencia de error	t	df	sig. (2-tailed)	95% Intervalo de confianza para la diferencia inferior
Se han asumido varianzas iguales	,048	,078	,617	240,000	,538	-,105
No se han asumido varianzas iguales	,048	,078	,617	238,377	,538	-,105

*Prueba de Hartley para la misma varianza:  $f = 1.180$ ,  $sig. = 0.1821$*

La hipótesis resultante de la comparación de la herramienta T Student entre los grados sexto y octavo reflejan que los comportamientos y habilidades sociales entre estos dos grados tienen un alto grado de similitud, ya que las variables independientes de la investigación demuestran que el sig. (2 tailed) es de  $0,538 > 0,05$ . Lo que significa que aceptamos que los dos grupos no tienen diferencias entre sus habilidades sociales, es decir sus comportamientos sociales son muy parecidos, ya que comparten características entre la distribución de sus habilidades.

### Discusión y conclusiones

Se puede evidenciar que los resultados fueron en promedio bajos, teniendo en cuenta la puntuación establecida por el test, sin embargo, se obtuvo una puntuación más baja en los grupos de habilidades relacionadas con los sentimientos y habilidades para hacer frente al estrés, es decir que a los estudiantes les cuesta conocer sus sentimientos, expresarlos y comprender lo que los demás sienten, así mismo les cuesta entender cuando alguien está molesto por diversas circunstancias, resolver situaciones que le producen miedo y conflictos, defender a los amigos, responden cuando los acusan y hacer frente a presiones de sus compañeros.

De esta manera cabe señalar que, en esta institución educativa, se evidencian grandes dificultades en la interacción entre alumnos y en la resolución de conflictos de manera asertiva. Desde la clase de educación física no se está fomentando las habilidades sociales a través del juego cooperativo o diferentes didácticas, y esto conlleva a consecuencias negativas para el desarrollo del individuo. Al igual que lo planteado por Huxley (1969) citado por Gutiérrez (2004) los autores de esta investigación consideran que el deporte es una herramienta para enseñar resistencia y estimular un sentimiento de juego limpio y respeto por las normas, un esfuerzo coordinado y la subordinación de los intereses personales a los de grupo. Esto quiere decir que, desde la educación física, en el deporte escolar se puede lograr mejorar las competencias ciudadanas, específicamente las habilidades sociales donde se empieza a fomentar el respeto hacia el otro, sus diferencias y saber escuchar a los demás, con el fin de lograr un espacio de sana convivencia. En este orden de ideas, se pueden implementar los deportes de conjunto que ayudan a fortalecer la buena comunicación, la integración con los compañeros, y sobre todo el respeto por las diferencias de los demás. Además de esto, fortalecen algunas virtudes como la superación, la lealtad, la justicia, el trabajo en equipo, el compañerismo y la tolerancia. Dado lo anterior se hace énfasis en el trabajo de las competencias ciudadanas, en especial las habilidades sociales desde la clase de educación física, ya que esta es una mediadora para facilitar este proceso. Sin embargo, muchas veces esta materia es subvalorada o se desconoce la importancia de esta, tal y como lo afirma García Russo (1994), citado por Sáenz (s.f) que sustenta que el bajo estatus de la Educación Física se observa por la falta de especialistas, de material o de instalaciones. Otra causa puede ser, que hay materias que se consideran superiores en donde hay una preocupación solo por el desarrollo del intelecto del niño y se relegan otras asignaturas prácticas como la Educación Física que, para muchos, ocupa el último lugar en un orden jerárquico de conocimiento y estas son unas de las tantas causas por las cuales este subvalorada en algunas instituciones. Y es ahí donde se empieza a cambiar la importancia de la educación física y posiblemente pueda encaminarse como a una de las asignaturas más importantes para la formación integral del ser humano en la escuela (Sáenz, s.f.).

Por otro lado, el desarrollo de las competencias ciudadanas es primordial para desarrollar al ser humano tanto cognitivamente como socialmente, es decir aporta para su formación integral, con el fin de mejorar el actuar del ser humano y contribuir al fortalecimiento de la democracia. Las habilidades sociales se van desarrollando a través de todas las etapas del individuo, desde su infancia hasta su etapa adulta y en varios contextos en los que las personas se encuentran inmersas, tal como lo menciona Monjas y González (1998) citado por González (2014, p. 27) "la competencia social se desarrolla y se aprende a lo largo del proceso de socialización, merced a la interacción con otras personas y posibilitada principalmente por los siguientes mecanismos: a) aprendizaje por experiencia directa, b) aprendizaje por observación, c) aprendizaje verbal o instruccional y d) aprendizaje por feedback interpersonal". Es de suma importancia que desde edades tempranas se vaya fortaleciendo las habilidades sociales en los niños, especialmente desde la escuela ya que uno de los propósitos fundamentales de la educación es que los estudiantes aprendan a convivir y a relacionarse con los demás. Tal como lo menciona Carretero (2008), citado por Bravo y Herrera (2011, p.34), "la convivencia en el ámbito escolar se entiende como el proceso mediante el cual todos los miembros de la comunidad educativa aprenden a vivir con los demás". Sin embargo, algunas veces en las instituciones educativas no se fortalecen las competencias ciudadanas, específicamente las habilidades sociales y esto puede afectar de manera negativa en la vida del niño como por ejemplo en el rendimiento académico, la relación con los demás, y esto puede traer consecuencias negativas en la vida adulta. Tal como lo menciona Cano (2014)



Existe relación entre conducta social y salud mental, ya que los niños han tenido un pobre desarrollo en habilidades sociales y diversos disturbios psicopatológicos en la adultez entre ellos destacan la ansiedad social, timidez, depresión, problemas de agresividad, conducta delictiva, neurosis histérica, drogadicción y alcoholismo (p.4).

Entonces las habilidades sociales permiten que el niño actúe de manera asertiva frente a diferentes situaciones sin acudir a la agresividad y todo lo contrario estén en capacidad de evitar los problemas y obstáculos, y no llegar a la confrontación. Según lo expuesto con anterioridad, cuando se analizaron los resultados del test aplicado se reflejó que tanto en el curso sexto como en el curso octavo, hubo una deficiencia en los mismos grupos de habilidades sociales las cuales pertenecen precisamente a la expresión de sentimientos o cómo actuar en una situación de estrés, esto muchas veces se da porque el niño tiene miedo de ser rechazado por los demás o simplemente no sabe cómo actuar frente a estas situaciones, esto se relaciona con la investigación desarrollada por Betina y Contini (2011) quienes plantean que los pre-adolescentes, con déficits de habilidades sociales pueden incidir negativamente en la consolidación de la identidad como en la cristalización de trastornos psicopatológicos. De allí que el diagnóstico y la intervención en esta temática sea una alternativa de prevención.

En cambio, un desarrollo óptimo de las mismas, hace que ese individuo sea más sensible ante los problemas de los demás, le dé importancia a lo que las otras personas sienten y finalmente esto se conoce por el nombre de empatía que sirve para que los estudiantes comprendan los sentimientos de los otros y estén en la capacidad de solucionar conflictos de manera asertiva tal como lo menciona Ortiz (2014, p.14), "la empatía permite comprender, conectar con el otro y expresarlo, lo cual es necesario para dialogar ya que si no intentamos entender al otro seguiremos pensando que tenemos toda la razón y no conseguiremos resolver el conflicto o llegar a negociaciones".

Se resalta que las habilidades sociales no solo favorecen al estudiante que las pone en práctica, sino que también a los demás individuos que los rodean porque se crea un ambiente de armonía y paz. Es importante que en el colegio se empiecen a utilizar diferentes estrategias pedagógicas para trabajar, fortalecer y desarrollar dichas habilidades ya que a pesar de que es un tema muy relevante y del cual se ha hablado por años, aún se observa en las instituciones educativas la falta de compromiso por parte de los docentes y directivas del colegio para fomentar las competencias ciudadanas. En este orden de ideas, Morales (2011), sugiere que desde la clase de educación física se implemente un modelo pedagógico constructivista en donde se forme al alumno para así construir cada vez más pensamientos o conocimientos más elaborados a través del aprendizaje significativo, con el fin de formarlos con un carácter crítico, con la capacidad de tomar decisiones y emitir juicios de valor. Entonces, es ahí donde el docente se convierte en facilitador del alumno para que este en capacidad de reflexionar y construir su propio conocimiento y este sea compartido en clase interactuando con los demás sujetos. En otras palabras, por medio del modelo pedagógico constructivista los estudiantes pueden expresar sus ideas y conocimientos adquiridos libremente, fomentando implícitamente las buenas relaciones sociales con las personas de su entorno. Así pues, se puede implementar actividades lúdicas y de recreación donde el aprendiz interiorice competencias ciudadanas, saberes y valores.

Es hora de que las instituciones educativas empiecen a realizar un cambio desde la educación para que esta le apueste a la formación de personas con criterio y auto reflexivas con el fin de que se cree una sociedad democrática, además que evalúe constantemente las habilidades sociales de los alumnos durante toda la etapa escolar, porque desde ahí se pueden identificar las falencias y empezar a trabajar en un plan de mejoramiento para estas.

Las habilidades sociales deben ser trabajadas desde la primera infancia debido a que el ser humano no nace con ellas si no es a través de la experiencia y de los procesos educativos que las desarrolla y de estas depende el éxito en la vida adulta, ya que algunas veces muchas personas desarrollan las habilidades cognitivas y pueden ser muy inteligentes pero si carecen de habilidades sociales, pueden tener dificultades para desenvolverse en el ámbito laboral, social y por ende tener relaciones afectivas estables. De aquí surge un compromiso por parte de los docentes, porque tal y como plantean Urrea, Bernate, Fonseca y Martínez (2018, p.3), "los nuevos licenciados tienen una gran responsabilidad en la formación y compromiso básico de educar a los seres humanos de manera integral".

### Referencias Bibliográficas

- Alvarez, E. (2010). La escuela como institución educativa. *Pedagogía Magna*, 5. 257-261. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3391527.pdf>
- Arteaga Valdés, E., Armada Arteaga, L., y Del Sol Martínez, J. L. (2016). La enseñanza de las ciencias en el nuevo milenio. Retos y sugerencias. *Revista Universidad y Sociedad [seriada en línea]*, 8 (1), 169-176. Recuperado de <http://rus.ucf.edu/cu/>
- Betina Lacunza, A., & Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades*, XII (23), 159-182.
- Blázquez, D. (2006). *La educación física*. Barcelona, España: INDE publicaciones.
- Bravo, I. y Herrera, L. (2011). Convivencia escolar en educación primaria. Las habilidades sociales del alumnado como variable moduladora. *Dedica. Revista de educação e humanidades*, (1), 173-212. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3625214.pdf>
- Calle Díaz, L. (2017). Citizenship Education and the EFL Standards: A Critical Reflection. *Profile Issues in Teachers' Professional Development*, 19(1), 155-168. <https://dx.doi.org/10.15446/profile.v19n1.55676>



- Cano, Y. (2014). Diferencias en habilidades sociales. Recuperado de <http://yamilicanofigueroa.blogspot.com/>
- Carvajal, M. (2016). La pedagogía praxeológica como componente en el proceso de investigación para la formación ciudadana. *Educación y Educadores*, 19(3), 416–436. <https://doi-org.ezproxy.uniminuto.edu/10.5294/edu.2016.19.3.6>
- Cohen Imach, S., y Coronel C. (2009). Aportes de la teoría de las habilidades sociales a la comprensión del comportamiento violento en niños y adolescentes. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires
- Cyprian, M. (2018) Gender Differences on Cognitive and Affective Responses Within Tanzanian Physical Education Context Achievement Goal Approach. *International Journal of Sports Science and Physical Education*, 3(2), 16-26. doi: 10.11648/j.ijsspe.20180302.11
- Constitución Política de Colombia. (1991). Artículo 41. Recuperado de <http://www.constitucioncolombia.com/titulo-2/capitulo-1/articulo-41>
- Díaz, M. (2005). Por qué se produce la violencia escolar y cómo prevenirla. *Revista iberoamericana* Núm. 37. Recuperado de <https://rieoei.org/historico/documentos/rie37a01.htm>
- Flores, E., García, M., Calsina, W., y Yapachura, A. (2016). Las habilidades sociales y la comunicación interpersonal de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano- Puno. *Comuni@cción*, 7(2). Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2219-71682016000200001](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682016000200001)
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Rev. Chil. Pediatr.* 86(6). Recuperado de [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0370-41062015000600010](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062015000600010)
- García, M. (2016). Valores en la escuela y sostenibilidad. La carta de la tierra: Un estudio de caso en educación primaria. (Tesis de grado). Universidad de Valladolid. Valladolid, España. Recuperado de <https://www.educacion.gob.es/teseo/imprimirFicheroTesis.do?idFichero=lblqMQI5%2Bw8%3D>
- Giráldez, V. (2011). La educación en valores en el aula de educación. *¿Mito o realidad?* 2(9), 32- 42. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3618413>
- Goldstein, A. Sprafkin, R. Gershaw, N. y Klein, P. (1989) Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia. Un programa de enseñanza; Biblioteca de Psicología, Psiquiatría y salud práctica. Barcelona: Martínez Roca. Disponible en: [http://chopo.pntic.mec.es/~fferna23/Documentos/tutoria/tutoria\\_3.pdf](http://chopo.pntic.mec.es/~fferna23/Documentos/tutoria/tutoria_3.pdf)
- González, C. (2014). Las habilidades sociales y emocionales en la infancia. (Tesis de grado). Universidad de Cadiz. Andalucía, España. Recuperado de [https://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/16715/Trabajo%20Final%20de%20Grado\\_Cristina%20Gonz%C3%A1lez%20Correa.pdf](https://rodin.uca.es/xmlui/bitstream/handle/10498/16715/Trabajo%20Final%20de%20Grado_Cristina%20Gonz%C3%A1lez%20Correa.pdf)
- González, D. (2017). Estrategias didácticas y motivacionales en las clases de educación física desde la teoría de la autodeterminación. *Revista de educación, motricidad e investigación*, 8, 44-62. Recuperado de <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/14277/Estrategias.pdf?sequence=2>
- Gonçalves Magalhães, T., y Marcos Baptista, L. D. (2016). A formação cidadã nas instituições de ensino superior: o delineamento das competências cidadãs a partir das publicações na América Latina e Europa. *Revista Gestão Organizacional*, 9(1), 4-20. Retrieved from <https://search-proquest-com.ezproxy.uniminuto.edu/docview/1830332991?accountid=48797>
- Gutiérrez, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de educación*, 335, 105-126. Recuperado de [http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335\\_10.pdf](http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_10.pdf)
- Maussa Díaz, E., y Villareal Villa, S. (2015). Estrategias pedagógicas aplicadas al desarrollo de competencias ciudadanas en jóvenes universitarios. *Opción*, 31(6), 555-576.
- Morales, C. (2011). Estrategias desde la educación física para el entrenamiento de habilidades sociales en los niños y niñas de 7 a 10 años de edad bajo medida de restablecimiento de derechos de la Casa de la Madre y el Niño, modalidad internado. *Revista digital EF deportes.com*, 156. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd156/entrenamiento-de-habilidades-sociales-en-los-ninos-y-ninas.htm>
- Ortiz, E. (2014). La empatía como base de resolución de conflictos. (Tesis de grado). Universidad de Cantabria. Cantabria, España. Recuperado de <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/5437/OrtizGomezEva.pdf?sequence>
- Porto, M. (2014). Intercultural citizenship education in an EFL online project in Argentina. *Language and Intercultural Communication*, 14(2), 245-261. <https://doi.org/10.1080/14708477.2014.890625>.
- Ruiz, A., y Chau, E. (2005). La formación de competencias ciudadanas [Education in citizenship competences]. Bogotá, CO: ASCOFADE
- Sáenz P (s.f). La importancia de la educación física en primaria. *Revista Educación Física y Deportes*, 20-31. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/39141307.pdf>

Urrea, P., Bernate, J., Fonseca, I., y Martínez, A. (2018). Impacto social de los graduados de la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte UNIMINUTO. *Educación Física Y Ciencia*, 20(2), e050.

Zambrano, E. L. (2018). Prácticas pedagógicas para el desarrollo de competencias ciudadanas. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(1), 69–82. <https://doi-org.ezproxy.uniminuto.edu/10.24320/redie.2018.20.1.1409>

### **Conflicto de intereses**

Nosotros Jayson Bernate, Francy García, Haider Sabogal, Ingrid Fonseca y Milton Betancourt, declaráramos que hemos leído y entendemos las posibles situaciones causales de conflicto de interés y damos fe de que no es posible que tenga afiliación o relación causal de conflicto de interés que pueda impedirme llevar a cabo nuestra tarea como investigadores. Igualmente, nos declaramos como autores terciarios y otorgamos a la revista el derecho de primera publicación, entendiendo que después de la publicación se licenciará simultáneamente bajo una Licencia de Atribución de Creatividad Común para compartir el trabajo con reconocimiento de la autoría de la obra y la publicación inicial en esta revista. Tenemos conocimiento que podemos celebrar acuerdos contractuales adicionales por separado para la distribución no exclusiva de la versión publicada de la revista (por ejemplo, publicarla en un repositorio institucional o publicarla en un libro), con el reconocimiento de su publicación inicial en este diario.