

Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano
Facultad de ciencias sociales
Grupo de investigación Innovación, Gestión y Educación
Escuela de Educación
Especialización en Gestión Educativa

Diseño de estrategias que fomenten las habilidades para la vida en el marco de fortalecimiento de las emociones, contacto social y cognitivo en los niños, niñas y adultos de Comfama Segovia

Informe final de investigación como requisito parcial para optar al título de Especialización en Gestión Educativa

Presenta:

Dayanna Lizeth Quiñones Delgado Cód. 1711990046
Jehobany Cardona Vasco Cód. 2012010145

Asesor

Diana Raquel Benavides Cáceres, Magister en Educación

MAYO 2021

Tabla de contenido

<u>Resumen</u>	3
<u>Abstract</u>	4
<u>Descripción del problema</u>	5
<u>Formulación del problema</u>	6
<u>Justificación</u>	7
<u>Objetivos</u>	11
<u>General</u>	11
<u>Específicos</u>	11
<u>Marcos Referenciales</u>	12
<u>Marco teórico</u>	12
<u>Marco Legal</u>	18
<u>Marco metodológico</u>	19
<u>Tipo y método de investigación</u>	19
<u>Población y muestra</u>	22
<u>Técnicas e instrumentos</u>	23
<u>Categorías de Análisis</u>	24
<u>Resultados y Discusión</u>	25
<u>Matriz sistematizada de las actividades</u>	30
<u>Actividades propuestas de intervención</u>	32
<u>Conclusiones</u>	40
<u>Referencias</u>	41
<u>Anexos</u>	43

Resumen

Este proyecto presenta un abordaje descriptivo, de los datos aplicativos de la encuesta y diario de campo, por otro lado hay un abordaje reflexivo de la importancia de las habilidades para la vida como un factor esencial en la cualidad de las personas y la importancia de hacer parte del cambio propiciando valores, pautas metodológicas, técnicas y procedimientos de la investigación. Este establece el tema de Habilidades para la Vida, dirigido a los niños, niñas y jóvenes beneficiarios con el fin de fortalecer sus competencias y facilitar los procesos de autoestima, y superaciones bajo tres pilares fundamentales que son “la emocional, social y cognitiva”.

Debido a la dinámica y complejidad social de nuestro entorno se hace necesario desarrollar procesos y actividades más integrales en los niños, niñas y adolescentes con lo cual tendrían herramientas para afrontar los retos y exigencias del medio que los rodea. Al integrar los conceptos de Habilidades para la vida en el programa se busca proporcionar a niños, niñas y jóvenes habilidades que les permitan optar por estilos de vida y comportamientos más saludables. En la comunidad de Segovia Antioquia directamente con usuarios de Comfama Marceleth en la clase de natación, a lo cual se tiene como método principal la cualificación como instrumento incorporando juegos focalizados con espacios de reflexión colectiva.

Abstract

This project presents a descriptive approach, of the application data of the survey and field diary, on the other hand there is a reflective approach to the importance of life skills as an essential factor in the quality of people and the importance of doing part of the change promoting values, methodological guidelines, techniques and research procedures. This establishes the theme of Life Skills, aimed at the children and young beneficiaries in order to strengthen their skills and facilitate the processes of self-esteem, and improvement under three fundamental pillars that are "emotional, social and cognitive."

Due to the dynamics and social complexity of our environment, it is necessary to develop more comprehensive processes and activities in children and adolescents with which they would have tools to face the challenges and demands of the environment that surrounds them. By integrating the concepts of Life Skills into the program, the aim is to provide children and young people with skills that allow them to choose healthier lifestyles and behaviors. In the community of Segovia Antioquia directly with users of Comfama Marceleth in the swimming class, the main method of which is the qualification as an instrument incorporating focused games with spaces for collective reflection.

Palabras Clave

Habilidades Para La Vida (HpV), metodología, emociones, actividades.

DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

Los niños, niñas y jóvenes Segovia que asisten a las clases de natación en la caja de compensación Comfama sede Marceleth, están caracterizados por pertenecer a familias que trabajan en minería, lo que hacen que los ingresos sean fluctuantes en muchos casos, con poca estabilidad laboral, poca estabilidad en familias, creando una constante reconstitución de familia, por lo que la situación nutricional y de salud se hace un poco difícil para algunos, donde la cultura del pueblo se centra en el poder que da el dinero obtenido a raíz del oro, cultivos ilícitos, creando unos niños con el afán de lucha, individualismo, y mantener las apariencias, con respecto a la parte afectiva, emocional y de comportamiento, en estos niños y jóvenes se ha observado momentos de agresividad, no acatan normas y repiten pautas familiares vistas en su entorno como: violencia física y verbal o crecen con una libertad excesiva

Por lo anterior el principal factor de estas conductas puede presentarse como dificultades en su edad adulta además de la repetición de y falta de capacidad para buscar un bienestar, a lo cual se ve reflejado en la alta confrontación de los grupos armados ilegales por el control de este territorio ha ocasionado la muerte de numerosas personas durante los últimos años, alcanzado el pico más alto de homicidios como el presentado en 2012 de 410, por cuenta de la guerra grupos armados, además de una cultura de irresponsabilidad y falta de conciencia como se muestran también en los datos de la Secretaría de Movilidad del Municipio (2020) para el 2019 fueron en total 1.069 comparendos, entre ellos 479 por el código C24 que se refiere al no uso del casco y 373 por el código B01 que se refiere a no llevar consigo la licencia de conducción. Considera, además, que se convierte en una afectación a la convivencia cuando se generan

discusiones entre personas y los agentes de tránsito donde menos del 1% cumple todos los reglamentos de tránsito. También es importante destacar que la tasa de lesiones según gobernación de Antioquia es la más alta comprada con el resto de las regiones, y Colombia con 242,4 por cada cien mil en 2019, distribuida de forma muy homogénea entre hombres y mujeres lo que demuestra que en el municipio hay una gran dificultad para gestionar emociones.

Después de lo es puesto anteriormente planteamos que nosotros desde nuestro rol podemos aportar desde las clases de natación no solamente a lo técnico del deporte sino a través de las habilidades para la vida a reconstruir el tejido social y dar perspectivas diferentes en la visión de esos usuarios con los que tenemos contactos.

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Cuáles son las estrategias para fomentar las habilidades para la vida que ayudan al fortalecimiento de las emociones, contacto social y cognitivo en los niños, niñas y jóvenes de los programas de la caja de compensación de Comfama Segovia?

JUSTIFICACIÓN

Todas las personas tienen características y particularidades intrínsecas, tanto a nivel mental como emocional, para poder construir una sociedad se tiene que tener una serie de convenciones o acuerdos para relacionarnos, además de esto para ser capaces de enfrentar los retos que nos pone la vida para lograr nuestros sueños siendo estos dos aspectos poderosas herramientas para construir una mejor sociedad.

La relación buena con los demás implica muchas cosas como ser capaces de expresarnos de forma asertiva, ser capaces de solucionar conflictos, trabajar con otros a su vez esto va impactar en nuestro estilo de vida y capacidad de lograr nuestros objetivos, en conclusión, manejar una serie de destrezas para llevar una buena vida en comunidad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1993 define las habilidades para la vida como “aquellas aptitudes necesarias para tener un comportamiento adecuado y positivo que nos permita enfrentar eficazmente las exigencias y retos de la vida diaria” y se categorizan así:

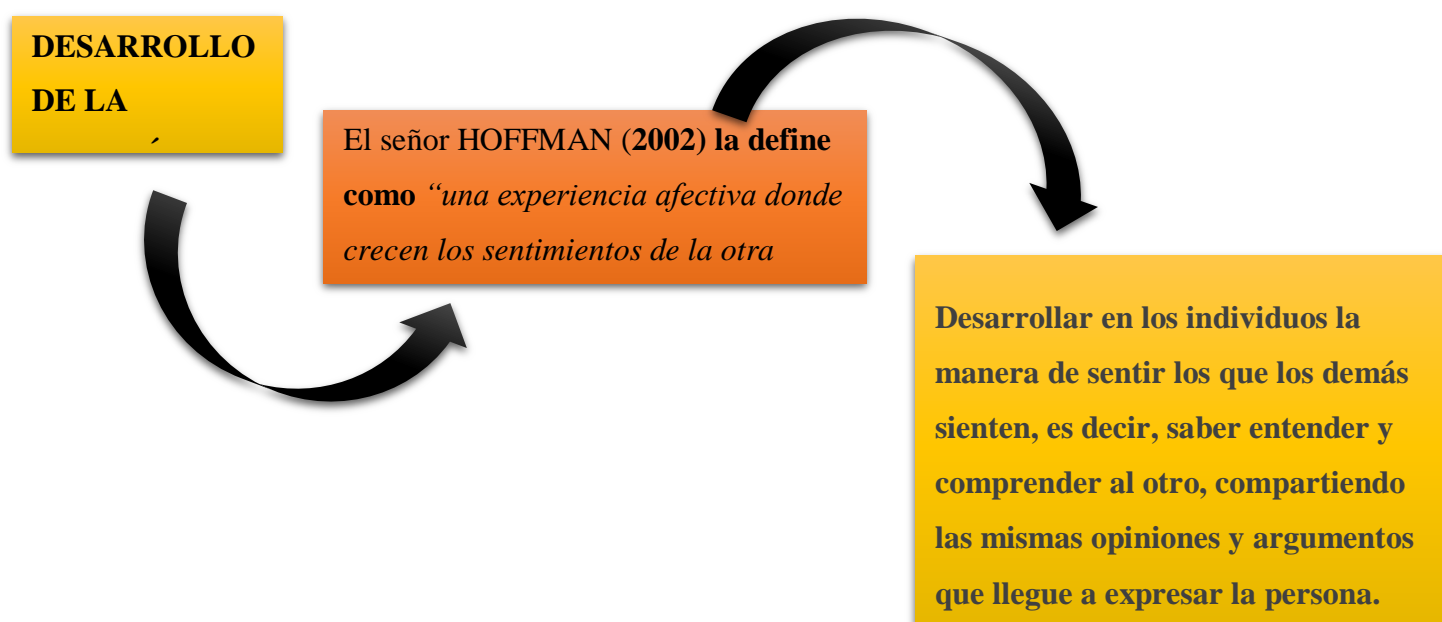
- **Autoconocimiento**
- **Empatía**
- **Comunicación asertiva**
- **Relaciones interpersonales**
- **Toma de decisiones**
- **Manejo de problemas y conflictos**
- **Manejo de emociones y sentimientos**
- **Manejo de tensiones y estrés**

Por lo tanto, desde nuestro quehacer diario En Comfama que es la Caja de Compensación Familiar de Antioquia que tiene presencia en todos los municipios de Antioquia. Su propósito superior es el trabajo para que la población de Antioquia y sus familias se conecten

desde la posibilidad de crear en ellos la libertad, la productividad y la felicidad; para que desarrollen sus capacidades y trasciendan a una construcción con el futuro que imaginan. Para ello, nos inspiramos en una clase media que se re imagina, se educa, es más culta, mejor ciudadana. Que consume de manera responsable, piensa en su salud integral y cuida la naturaleza. Vasados Comfama Segovia es una de las sedes que tiene Comfama en el departamento de Antioquia es el centro económico de la región nordeste.

Por lo tanto, desde nuestro ejercicio docente vemos como una gran opción para impactar en los niños(a) y jóvenes de las diferentes comunidades del municipio de Segovia que son tan golpeadas por la violencia, desigualdad y de baja escolaridad. Ya que en los últimos años la propuesta formativa a nivel mundial está enfocada en la integralidad y trascender del simple hecho de trabajar temáticas para así formar personas como principal objetivo.

Vemos necesario e importante aportar a la sociedad el trabajar estas habilidades en los cursos de natación dictados en Segovia por la caja de compensación familiar COMFAMA, logrando un aporte en la vida de estos niños, niñas y jóvenes.



Como complemento tenemos a los señores EISENBERG Y MILLAR, (1992) que explican a esta como un estado afectivo que sucede cuando compartimos el estado emocional del otro y nos motiva a ayudar de alguna manera. A lo que cabe resaltar esto podría no solo fortalecer al individuo si no también ayudar a otros a fortalecerse, en un momento de escucha a los demás.


La empatía nos ayuda a aceptar a las personas diferentes a nosotros y mejora nuestras interacciones sociales. También nos ayuda a fomentar comportamientos solidarios y de apoyo hacia las personas que necesitan cuidados, asistencia o aceptación, como los enfermos de Sida, las personas con trastornos mentales o los desplazados por el conflicto interno, quienes con frecuencia son víctimas del estigma y ostracismo social.

COMUNICACIÓN ASERTIVA



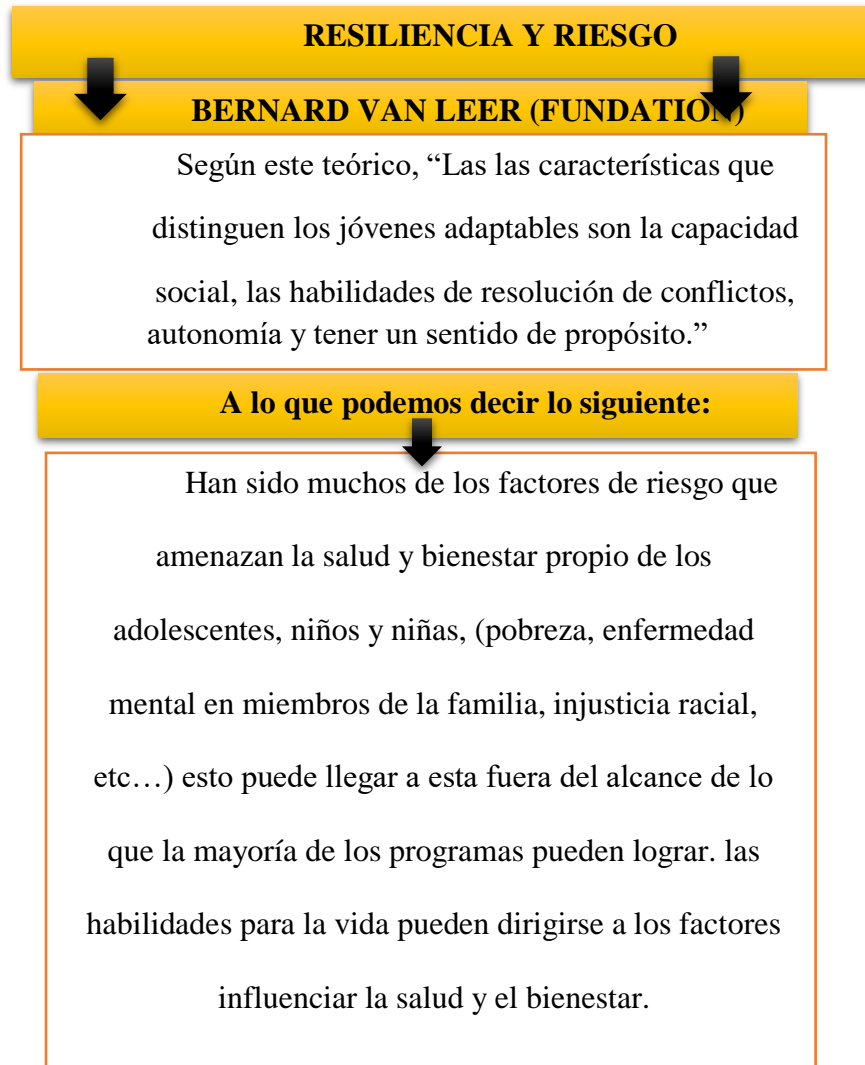
Nos aportan el señor **VAN DER HOFSTANDT**, (2005) donde el define 3 tipos de comunicación “**la pasiva** como la persona que no es capaz de decir lo que piensa ni hacerse entender de los otros, **la agresiva** que quiere imponer su voluntad desconociendo a los otros, y un nivel medio que sería **la asertiva** que utiliza lo verbal, no verbales y pre-verbales para expresar lo que siente de forma que incluya al otro si agredir, ni dejarse agredir.”

A Lo que podríamos decir es un estado social que ayuda a manifestar de forma más clara las ideas, opiniones



Desde esta postura trabajaremos la parte asertiva esta será útil y funcional para hacer valer los derechos, manejar conflictos que se presenten en nuestro entorno social, saber mantener una

conversación con personas a la cual nos dirijamos y en diferentes contextos así mismo fortalece el proceso de tomas de decisiones y ser directos al hablar si ofender al otro. *“La comunicación asertiva favorece la capacidad de expresarse verbal y pre-verbalmente en forma apropiada a la cultura y a las situaciones”* (Mantilla, 2002; OMS, 1999).



OBJETIVOS

GENERAL

Diseñar estrategias que desarrollen las habilidades para la vida emocional, social y cognitiva a través de actividades y reflexiones que ayuden al comportamiento de los niños, niñas y jóvenes asistentes a los programas ofrecidos en la caja de compensación de Comfama Segovia

ESPECÍFICOS

- Identificar la problemática individual y grupal frente a las habilidades para la vida como factores sociales y familiares en los niños, niñas y jóvenes beneficiarios de Comfama Segovia.
- Implementar estrategia para el fortalecer las habilidades para la vida como factores principales en el marco de las clases de natación, con espacios de reflexión en los niños, niñas y jóvenes beneficiarios de Comfama Segovia. .
- Presentar una propuesta de intervención donde se logre una integralidad entre lo técnico del deporte y lo actitudinal.

MARCOS REFERENCIALES

MARCO TEÓRICO

El texto que introduce este artículo fue extraído del documento de la Conferencia de Dakar, donde se pone de relieve la importancia que ha adquirido en el sector educativo la educación en Habilidades para la Vida, ligada a los aprendizajes necesarios para la vida: aprender él aprender, a ser, vivir juntos. Hacer y emprender.

La base de las habilidades para la vida viene desde los años 60 donde se hablaba de que mientras más supieras sobre los efectos de un mal comportamiento menos lo pondrías en práctica, siempre desde la salud pública, donde a medida del tiempo se fueron integrando el fortalecimiento de habilidades sociales para impactar en problemas de drogadicción, embarazo adolescente, alcoholismo.

En la Organización Mundial De La Salud (OMS) en 1993, 2003. se habla de habilidades para la vida desde 1993 definiéndolas inicialmente como herramientas psicosociales para que niños y jóvenes sean capaces de afrontar la vida siendo capaces de acceder a estilos de vida saludables. Ya con el concepto actual más amplio de promoción de la salud, donde la mire vuelve en la salud como un estado de bienestar donde se propone el desarrollo y fortalecimiento de 10 habilidades para la vida que son Autoconocimiento – Empatía – Comunicación asertiva – Relaciones interpersonales – Toma de decisiones – Solución de problemas y conflictos – Pensamiento creativo – Pensamiento crítico – Manejo de emociones – Manejo de tensiones y estrés.

El Foro de Oakar las Américas señala que “Los países se comprometen a: Asegurar que la escuela sea amigable para los niños en su ambiente físico y social, que favorezca una Vida saludable y la práctica de las habilidades para la vida,' el ejercicio temprano de la ciudadanía y la

vida en democracia, con experiencias de participación en las decisiones de la vida escolar y en el aprendizaje”. A lo que se establece que las habilidades para la vida son una forma esencial que ayuda no solo al bienestar propio como seres humanos independiente sino también a saber tener un alto manejo de seguridad frente a la sociedad a lo que podemos llegar afrontar durante un proceso de emprendimiento propio con otros.

Existe en la actualidad suficiente evidencia, a partir de la experiencia práctica de grupos distintos en más de veinte países del mundo. En Venezuela, el aprendizaje de Habilidades para la Vida se reconoció como un componente importante de la promoción de la inteligencia, Organización Mundial de la Salud, (Guidelines: Life Skills Education Curricula for Schools, Ginebra, Suiza, 19.)

Según termino de proyectos de la Universidad Autónoma de Yucatán con su trabajo, Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida se tiene como resumen “Este trabajo presenta el contexto teórico, el diseño, la aplicación y los principales resultados de un programa de intervención cuyo objetivo fue sugerir alternativas de convivencia en los alumnos que permitan poner en práctica habilidades para relacionarse positivamente con su entorno. Se trabajaron las habilidades de empatía y comunicación asertiva. De igual manera, se trabajó la variable relativa al seguimiento de normas debido a las demandas y necesidades expuestas por la institución. Los participantes fueron 37 adolescentes de entre 13 y 16 años de edad del segundo año de una secundaria ubicada en la ciudad de Mérida, Yucatán (México). Al efecto, se utilizó un diseño pre-post para la evaluación del programa. Los resultados contienen una comparación entre las fases diagnóstica y de intervención, en la cual se puede observar una disminución de ciertas conductas no deseables

y el incremento de algunas deseables.” (Alejandra Corrales Pérez, Nayely K. Quijano León y Elías Alfonso Góngora Coronado, pag.58, 2016)

Ellos se centraron en las habilidades comunicacionales como la empatía y tipos de comunicación, realizando un testeo pos y pre Para medir la variable empatía se utilizó el Índice de Reactividad Interpersonal (iri) (Davis, 1980, 1983) y para ver la comunicación se realizó un registro de incidentes donde se realizaron 4 sesiones por semana de trabajo de teórico de los términos y análisis de situaciones, donde la comunicación asertiva aumento de un 30% a un 52% y la agresiva disminuyó un 14%.

Este trabajo se basa en el marco de la investigación cuantitativa, con alcance descriptivo en el que se plantean algunas asociaciones entre las variables de estudio. Se desarrollan dos intervenciones con mediciones basal y final, esto es, mediciones de referencia antes de las intervenciones, de tal modo que sea posible evaluar los cambios en la medición con el transcurso del tiempo, al finalizar la intervención. Participaron un total de 96 adolescentes donde se logró mejoras significativas en todos estos aspectos:

- Las habilidades sociales básicas.
- Expresión de sentimientos y emociones.
- Manejo del enojo y frustración.
- Empatía y conducta pro-social.
- Asertividad y afrontamiento.
- Toma de decisiones.

En Colombia el trabajo en habilidades para la vida tiene dentro de los primeros precursores la entidad FE YALEGRIA quienes ven como base de su trabajo con niños y jóvenes

estos principios como una gran base para impactar positivamente en la realidad de un país con alta tasa de homicidios y poca atención a problemas psicológicos.

Como base pedagógica la estimulación de habilidades para la vida según el señor López Mantilla en su publicación habilidades para la vida “incluye en la actualidad 228 escuelas y colegios y programas de educación no formal, promoción social y servicios asistenciales en veinte ciudades y municipios colombianos, ofreciendo una amplia cobertura potencial que se extiende a 8.321 niñas y niños en hogares infantiles, 56.424 en educación formal, 96.610 beneficiarios de las actividades de educación no formal, y 58.474 en los de promoción y asistencia” (Institución FE Y ALEGRIA, Pág. 5, 2014)

Dentro de la institución FE Y ALEGRIA sostiene es que las habilidades no son recetas de comportamiento sino dar herramientas para lograr reflexionar y tomar decisiones positivas sobre uno mismo los demás y la responsabilidad que tengo con el mundo por lo tanto se tiene que trabajar sobre un formato de reflexión.

Comportamientos en sí mismos. La educación en Habilidades para la Vida no se basa en la enseñanza de “recetas” o prescripciones de comportamiento, sino en la adquisición de herramientas específicas que le faciliten al individuo un comportamiento más positivo y saludable (en el sentido holístico de la salud) consigo mismo, con los demás y con el mundo en general.

A continuación, mostraremos la definición según esa institución de las diez habilidades las cuales tomaremos como base para nuestro trabajo:

Habilidad	Descripción
Conocimiento de sí mismo	Implica reconocer nuestro ser, carácter, fortalezas, debilidades, gustos y disgustos. Desarrollar un mayor conocimiento personal nos facilita reconocer los momentos de preocupación o tensión. A menudo, este conocimiento es un requisito de la comunicación efectiva, las relaciones interpersonales y la capacidad para desarrollar empatía hacia los demás.
Empatía	Es la capacidad de “ponerse en los zapatos del otro” e imaginar cómo es la vida para esa persona, incluso en situaciones con las que no estamos familiarizados. La empatía nos ayuda a aceptar a las personas diferentes a nosotros y mejora nuestras interacciones sociales. También nos ayuda a fomentar comportamientos solidarios y de apoyo hacia las personas que necesitan cuidados, asistencia o aceptación, como los enfermos de Sida, las personas con trastornos mentales o los desplazados por el conflicto interno, quienes con frecuencia son víctimas del estigma y ostracismo social.
Comunicación efectiva	Tiene que ver con la capacidad de expresarse, tanto verbal como pre-verbalmente, en forma apropiada a la cultura y las situaciones. Un comportamiento asertivo implica un conjunto de pensamientos, sentimientos y acciones que ayudan a un niño o un adolescente a alcanzar sus objetivos personales de forma socialmente aceptable. La comunicación efectiva también se relaciona con nuestra capacidad de pedir consejo o ayuda en momentos de necesidad
Relaciones interpersonales	Esta destreza nos ayuda a relacionarnos en forma positiva con las personas con quienes interactuamos, a tener la habilidad necesaria para iniciar y mantener relaciones amistosas que son importantes para nuestro bienestar mental y social, a conservar buenas relaciones con los miembros de la familia —una fuente importante de apoyo social—, y a ser capaces de terminar relaciones de manera constructiva
Toma de decisiones	Nos facilita manejar constructivamente las decisiones respecto a nuestras vidas y la de los demás. Esto puede tener consecuencias para la salud y el bienestar, si los niños y jóvenes toman decisiones en forma activa acerca de sus estilos de vida, evaluando opciones y las consecuencias que éstas podrían tener
Solución de problemas y conflictos	Nos permite enfrentar de forma constructiva los problemas en la vida. Los problemas importantes que no se resuelven pueden convertirse en una fuente de malestar físico (trastornos psicósomáticos) y mental (ansiedad y depresión), y de problemas psicosociales adicionales (alcoholismo, consumo de sustancias psicoactivas).
Manejo de sentimientos y emociones	Nos ayuda a reconocer nuestros sentimientos y emociones y los de los demás, a ser conscientes de cómo influyen en nuestro comportamiento social, y a responder a ellos en forma apropiada.
Manejo de las tensiones y el estrés	Nos facilita: reconocer las fuentes de estrés y sus efectos en nuestras vidas; desarrollar una mayor capacidad para responder a ellas y controlar el nivel de estrés; realizar acciones que reduzcan las fuentes de estrés, por ejemplo, haciendo cambios en nuestro entorno físico o en nuestro estilo de vida, y; aprender a relajarnos de tal manera que las tensiones creadas por el estrés inevitable no nos generen problemas de salud.

Tabla 1 (Elaboración propia)

Como metodología de enseñanza en los colegios, tienen un aprendizaje por interacción entre pares, maestro teniendo una posibilidad de relacionar conceptos con realidades adaptadas a lo que los rodea y reflexionando sobre el tema como grupo.

La Universidad de la Sabana, quienes demuestran habilidades para la vida: análisis de las propiedades psicométricas de un test creado para su medición “revista colombiana de ciencias sociales, donde se puede hablar de prueba de medición mostrando como resumen del estudio que tuvo como objetivo el diseño, construcción y evaluación de una prueba de habilidades para la vida, instrumento psicométrico creado para la medición del nivel de desarrollo de las 10 habilidades propuestas por la Organización Mundial De La Salud (1993), en población de 15 a 25 años de un colegio público y dos universidades . En términos de validez, se llevó a cabo una revisión de contenido para crear indicadores conductuales en 10 dimensiones, validación por parte de 4 jueces expertos y una aplicación a 100 participantes (50 hombres, 50 mujeres). Donde después se utilizó un análisis estadístico y matemático. En conclusión, con base en los referentes teóricos y empíricos hallados, se considera una prueba válida.” Díaz Posada, L. E., Rosero Burbano, R. F., Melo Sierra, M. P. y Aponte López, D. (julio-diciembre, 2013). Habilidades para la vida: análisis de las propiedades psicométricas de un test creado para su medición. Revista Colombiana de Ciencias Sociales, 4(2), 181-200.

Su metodología se basó en 10 dimensiones (correspondientes a las 10 habilidades para la vida), cuenta con un número de 8 ítems por dimensión para un total final de 80 ítems. tales ítems fueron realizados con direccionalidad positiva y negativa con el ánimo de disminuir la aquiescencia. La escala utilizada fue tipo likert con las siguientes opciones de respuesta: siempre (s), casi siempre (cs), algunas veces (av), casi nunca (cn) y nunca (n). a cada uno de estos ítems, de manera interna, se le asignó el valor de 5 a

MARCO LEGAL

La Ley Orgánica para la Protección de Niños, Niñas y Adolescentes (LOPNNA) consagra en el artículo 32-A lo siguiente: “Todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho al buen trato. Este derecho comprende una crianza y educación no violenta, basada en el amor, el afecto, la comprensión mutua, el respeto recíproco y la solidaridad. El padre, la madre, representantes, responsables, tutores, tutoras, familiares, educadores y educadoras deberán emplear métodos no violentos en la crianza, formación, educación y corrección de los niños, niñas y adolescentes. En consecuencia, se prohíbe cualquier tipo de castigo físico o humillante”. Esto incluye que pongamos en práctica acciones y actitudes de no discriminación el trato amable en las relaciones personales, la capacidad de sentir comprensión y cercanía por los semejantes y la no imposición de las ideas propias a los demás.

Es importante tener en cuenta que para el desarrollo del programa de las habilidades para la vida, como punto de partida se tuvo en cuenta la ley 1090 de 2006, código Deontológico y Bioético con la cual nos enmarcamos al ejercicio profesional del psicólogo haciéndonos responsables al ejercer el servicio profesional, así mismo se tiene en cuenta la Ley 1098 de 2006 por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia, que busca garantizar a niños, niñas y adolescentes su pleno y armonioso desarrollo, se debe aclarar que esta fue modificada por la Ley 1878 de 2018, por el cual se expide el código de la infancia y adolescencia.

MARCO METODOLÓGICO

TIPO DE INVESTIGACIÓN – DESCRIPTIVA

Fue un estudio descriptivo se seleccionó una serie de conceptos o variables y se mide cada una de ellas independientemente de las otras, con el fin, precisamente, de describirlas. Estos estudios buscaban especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno. El autor **Mario Tamayo y Tamayo**, emblemático metodólogo de origen mexicano, el cual aporta en su libro **Proceso de Investigación Científica**, un concepto de la investigación descriptiva, cual es:

“Comprende la descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual, y la composición o proceso de los fenómenos. El enfoque se hace sobre conclusiones dominantes o sobre grupo de personas, grupo o cosas, se conduce o funciona en presente.”

Como es de apreciar, el autor exalta las principales características del estudio descriptivo, y es que el mismo se funda en una realidad presente y tangible, es decir, no evoca pasado como tampoco realiza proyecciones.

“Su enfoque de estudio se detiene a observar solamente **un fenómeno en su estado natural**, en sus condiciones puras, sin que medie interferencia alguna del investigador, más que aquellas que sean propias de las circunstancias que envuelven el objeto de estudio.”

De lo cual se describió ciertos criterios o características que demuestran el porqué de la investigación descriptiva.

1) Establecer las características demográficas de las unidades investigadas (número de población, distribución por edades, nivel de educación, etc.).

2) Identificar formas de conducta, actitudes de las personas que se encuentran en el dentro de la población en investigación (comportamientos sociales, preferencias, etc.)

3) Establecer comportamientos concretos.

4) Descubrir y comprobar la posible asociación que existe para la investigación.

Este tipo de investigación es uno de los métodos que se adecuan al enfoque metodológico cualitativo es inductiva e decir desarrolla conceptos partiendo de pautas en datos para evaluar modelos e hipótesis. Se ciñe a un seguimiento de diseño de investigación flexible, comenzando sus estudios con interrogantes pensadamente formuladas.

Esta, pues, permitió ver el escenario y a las personas en una perspectiva holística; los escenarios o grupos no son reducidos a una variable, sino que se considerados como un todo. Se estudia a las personas en el contexto de su pasado y las situaciones actuales en que se encuentran. Son sensibles a los efectos que ellos mismos han creado sobre las personas que son objeto de su estudio. El investigador interactúa con los informantes de un modo natural y no intrusivo.

METODO DE INVESTIGACIÓN

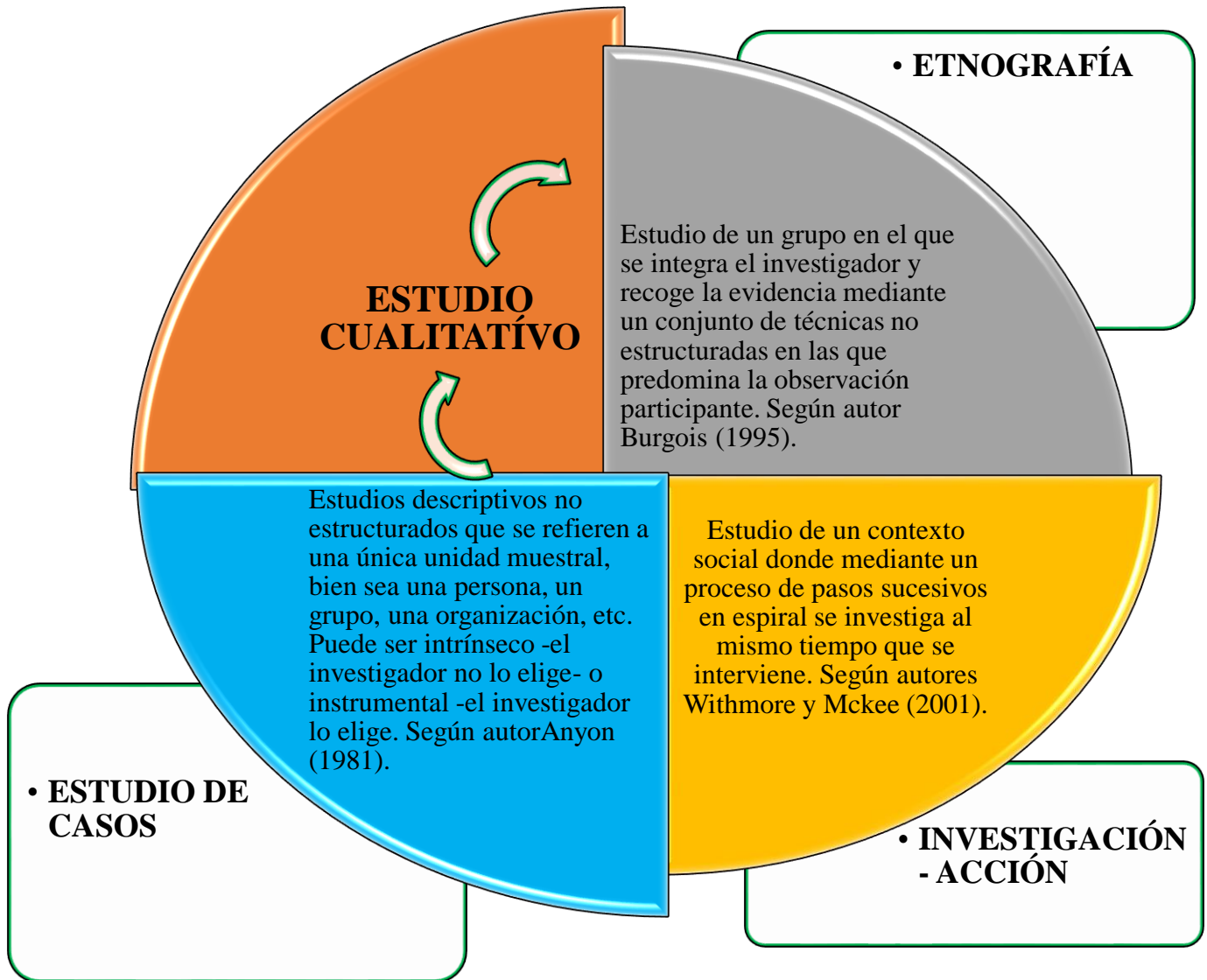
Los elementos de recolección de información fueron a través del método cualitativo como observación participante, diarios de campo y encuesta. Para ello se estableció talleres didácticos para la realización de esta a los niños y niñas del Instituto de Comfama Segovia, ya que ellos son el más importante recurso con que cuenta la comunidad, están llamados a ser los protagonistas del desarrollo, estos talleres estratégicos de las habilidades para la vida están dirigidos en aspectos contemplados en el presente trabajo, con la que se pretende desarrollar destrezas que lo ayuden a enfrentar y prevenir situaciones de riesgo exitosamente.

Se pretendió clarificar y desarrollar las competencias personales, valorar y aprovechar las oportunidades que representa una práctica adecuada de las habilidades para la vida, esto implica ampliar las perspectivas de desarrollo personal en diferentes esferas o ámbitos en la que la vida del niño y la niña se desenvuelve.

Los autores Blasco y Pérez (2007:25), señalan que la investigación cualitativa estudia la realidad en su contexto natural y cómo sucede, sacando e interpretando fenómenos de acuerdo con las personas implicadas utiliza variedad de instrumentos para recoger información como las entrevistas, imágenes, observaciones, historias de vida, en los que se describen las rutinas y las situaciones problemáticas, así como los significados en la vida de los participantes.

Por otra parte, Taylor y Bogdan (1987), citados por Blasco y Pérez (2007:25-27) al referirse a la metodología cualitativa como un modo de encarar el mundo empírico, señalan que en su más amplio sentido es la investigación que produce datos descriptivos: las palabras de las

personas, habladas o escritas y la conducta observable. Este muestra con más detalle el porte del método cualitativo para recolección de datos dado el interés y análisis de la población.



POBLACIÓN Y MUESTRA

Los estudiantes de la clase de natación son persona que participan en los cursos de natación que se tienen en la sede son 6 grupos con 4 de niños de 7 a 12 y 2 niveles de adultos son entre estratos 2 y 3 el 80% de los asistentes tienen familia en la minería ya que la principal

acción económica en el municipio es la minería, se toma de muestra 3 niveles dos de niños uno de adultos con una muestra de 17 personas.

TÉCNICAS E INSTRUMENTOS

La metodología didáctica para la implementación de estas actividades junto con la participación activa de los niños y niñas a lo largo de toda la dinámica es que se lograra establecer algunas estrategias participativas que van ligadas al tema a desarrollar.

Para el proceso de enseñanza aprendizaje se establecieron tres factores definidos:

COGNITIVO, EMOCIONAL Y CONTACTO SOCIAL.

Se tiene como base la implementación de una **ENCUESTA** para los niños, niñas y jóvenes beneficiarios del programa para hacer tener un abordaje más detallado de su nivel empático, social, familiar y cognitivo de esta manera nos acercaremos a ellos. Por otra parte y a partir de esta se estableció, y según los resultados que se llegó a obtener la realización de **ESTRATEGIAS Y/O ACTIVIDADES** que fomenten las habilidades para la vida en ellos por medio de la natación y juegos lúdicos permitiendo conocer individual y grupalmente su actuar ante la sociedad.

Como estructura de las actividades se pretender llevar un registro de cada actividad realizada y los resultados que se llegase a obtener por la implementación de esta, a través de un **DIARIO DE CAMPO** que nos permite detallar de manera específica lo que se pudiera observar durante el proceso.

CATEGORÍAS DE ANÁLISIS

Para el análisis e interpretación de los datos cualitativos se escogió la triangulación donde se sacaron categorías atendiendo los tres enfoques de los resultados principales y las habilidades para la vida desarrolladas en las 6 intervenciones (cognitivo, emocional, contacto social):

Cognitivo	Emocional	Contacto social
Está relacionado al conocer, saber que es y estar en capacidad de describirlo contextualizarlo.	Conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un individuo.	Se refiere a como me relaciono con los demás.

TABLA 2 (Elaboración propia)

Analizamos desde la perspectiva de las diferentes habilidades tratadas como autoconocimiento, Relaciones interpersonales, Manejo de conflictos, Toma de decisiones, asertividad las cuales nos permitió hacer manejable el cúmulo de información recogida durante la investigación y presentar los resultados en función de los objetivos propuestos.

RESULTADOS Y DISCUSIONES

Los resultados obtenidos se centraron en los resultados analizados desde los diarios de campo y reuniones de socialización, a continuación, se mostrará los resultados categorizados en la tabla de triangulación:

Triangulación De Resultados	Cognitivo	Emocional	Contacto social
Autoconocimiento	Desde el concepto de que es una emoción se definía que emociones sintieron o han sentido de forma conceptual.	Se logró que los participantes Implica reconocer nuestro ser, carácter, fortalezas, debilidades, gustos y disgustos.	Las personas manifestaron que cuando conocen sus reacciones o sentimiento no es más fácil entender al otro
Relaciones interpersonales	Se creó un consenso sobre lo que es una relación interpersonal	Se analizó que todos no relacionamos desde lo que sentimos y que según mis sentimientos estoy más o menos comprometidos	Nuestras relaciones nos forman y nos da muchas veces muestra identidad como grupo
Manejo de conflictos	Se definió lo que es un conflicto, “como un desacuerdo por una expectativa no cumplida o intensión diferente donde hay dos partes en disputa”	El tema de que expectativas tengo de mí, las personas que me rodean y que siento como ataque a mi persona según esto los usuarios de la muestra consideran que va regular la respuesta de mis emociones.	Gran tendencia a tener la razón cerrándome en mi mismo y que identificar mis emociones gestionarlás puede ser un tema que muchas veces necesitan apoyo del instructor y que se tiene que trabajar.
Toma de decisiones	La acción que se toma desde la interpretación mental (desde lo que razono) percibo (como me siento) y espiritual (desde un Dios que me guía)	Las emociones son un motor que cuando las entiendo y organizo logro equilibrar o hacer las cosas para lograr mis sueños logro hacer las cosas para mí y por mí	Nos permite asumir comportamientos, actividades sabiendo porque, mostrar la fortaleza de actuar más coherentemente
Asertividad	Definir asertividad como la capacidad de comunicarnos de forma clara y amena	Después del proceso conocer me y ser capaz de interpretar mis emociones y lo que muestra el otro para comunicarme de forma precisa	Son capaces de ser emisores y receptor e interpretar de manera consiente y emocional, ponerse en el lugar del otro, siendo más consientes en lo que podían provocar en él.

Tabla 3 (Elaboración propia)

En relación con las habilidades para la vida

Los resultados de la investigación muestran que hay apropiaciones significativas en el aprendizaje de las habilidades para la vida y que son de fácil recordación durante los espacios de la clase. Una razón que tomamos en consideración sobre estos resultados es que estas habilidades tienen una mayor facilidad en su aprendizaje, puesto que se aplican en todo momento y que son fáciles de recordar después de la experiencia de juego y recordación en otros momentos de la clase de natación. Es importante mencionar además que la metodología educativa aplicada es la participativa la que conlleva una interacción alta entre los estudiantes y el profesor lo que obviamente favorece un mejor nivel de comunicación entre los estudiantes.

En la ejecución de estos talleres se toma encuesta las diferentes perspectivas que se quiere llevar a cabo para la ejecución de la misma. Estas actividades surge de la misma necesidad de los estudiantes, es decir, logros y objetivos que se ven enfocados dentro de la realización de encuestas y charlas, llegando así a la realización de logros, objetivos y ejecución de las habilidades para la vida, como ejemplo se da a conocer la elaboración de cómo se llevaría a cabo la ejecución de estos talleres.

DESARROLLO DEL TALLER: EJEMPLO

1. Objetivo:

Se hace referencia a lo que se quiere lograr en la actividad

Ejemplo: “Identificar y poner en práctica procedimientos que permitan desarrollar la empatía”, es decir las actividades del taller están orientadas a identificar que es y cómo

podemos trabajar la empatía, cuales son los procedimientos para poner en práctica y desarrollarla.

2. Logros

Son las respectivas conductas que los participantes deben de incorporar al repertorio de sus habilidades, por ejemplo:

TALLER 1 LA EMPATIA:

Ogros a trabajar en los participantes:

1. Poder ver desde el punto de vista de la otra persona.
2. Logra sentir compasión por un amigo o amiga que está muy triste.
3. Ayudar a animar a las personas de su entorno cuando están tristes o se sientan solas.
4. Tomar conciencia cuando otras personas están muy molestas por algo que les haya pasado.
5. Saber pedir disculpas cuando ofende a alguien con palabras o acciones.

a. Ideas a trabajar

Estos temas aluden a diferentes actividades que se van a desarrollar por sesiones en cada taller a realizar deben contribuir a la formación de conceptos, ideas, actitudes, aptitudes y comportamientos de los participantes, la idea de este taller da una pauta que se orienta en ese sentido.

b. Procedimiento

Con lo anteriormente mencionado en este procedimiento se manejarán tres momentos: Introducción o motivación del tema, desarrollo de los contenidos y reforzamiento o evaluación.

Esto es participativo, a lo largo de esta actividad se plantearon actividades basadas en técnicas de participación, esto significa que todo el grupo con el que se trabajó participó activamente; para el efecto la misma se consideró para cada momento una dinámica de entrada fácil y rápida. Estas dinámicas dispusieron a los jóvenes a tener una participación activa lo cual, debe de ser de gran provecho en el transcurso de toda la clase. Reforzamiento, en todas las actividades y temas a trabajar se establece un espacio para los ejercicios grupales, estas actividades incluyen problemas que son cotidiano, los integrantes procuran diseñar las formas distintas de afrontar el problema. Se manejará con cada uno un cuaderno de trabajo para así llevar un seguimiento de posibles resultados positivos.

Comparándonos con lo aplicado en la investigación de la institución fe y alegría ellos recogen información más amplia y lograr evidenciar una introspección en otros aspectos de la vida, lo que se puede deber a una mayor cantidad de tiempo de trabajo donde muestran resultados de aplicación en otros espacios, pero en comparación también es importante resaltar que esta investigación, se enmarca en educación formal y en nuestro caso es más complementaria donde se tiene una gran vocación hacia el disfrute, también se puede comparar los buenos resultados a la cantidad de estudiantes por profesor ya que en nuestro caso es máximo 7 estudiantes lo que hace que allá una interacción más personalizada.

Respecto a los objetivos se lograron ya que era principalmente diseñar una forma de implementación aplicable en las clases sin dejar de lado los componentes técnicos del deporte de la natación. Con relación a la implementación debe ser un más amplia y en más personas para

logran una mayor validación en otros espacios. Para ello se presentó el trabajo estratégico de la siguiente forma:

MATRIZ SISTEMATIZADA DE LAS ACTIVIDADES

Momento	Contenido	Descripción
Conexión	<ul style="list-style-type: none"> • Se enumeran de manera concreta las partes de la sesión de clase: Protocolo de inicio. Presentación del curso. Registro de asistencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Descripción de los contenidos • Actividad de bienvenida, se presenta el programa y los objetivos. • Socialización de la metodología, requisitos y acuerdos pedagógicos. • Reconocimiento de saberes previos. • Toma asistencia.
	<ul style="list-style-type: none"> • Activación y/o calentamiento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de ejercicios de movilidad articular y/o juegos de activación, como preparación para el desarrollo de las actividades de la sesión, mejorar la concentración o incorporarse de forma positiva a la actividad. • Estiramiento (grupos musculares involucrados) <p>Para las disciplinas deportivas individuales y de conjunto, se trabaja con base en la metodología MEI (Metodología de Educación Integral-Habilidades para la la Vida):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Juego Activación. • Micro-reflexión.
Experiencia	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de contenidos. • Parte central de la clase. • Banco de ejercicios. 	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades de refuerzo, complementación o potenciación con base a lo trabajado en el encuentro anterior. • Realizar las actividades que conduzcan al desarrollo de los objetivos de la clase. <p>Para las disciplinas deportivas individuales y de conjunto, se trabaja con base en la metodología MEI (Metodología de Educación Integral-Habilidades para la la Vida):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Momentos de Aprendizaje. • Juego de Aplicación Técnica (Este estará fundamentado en la estrategia de JPL - Jugar para la Vida)

	<ul style="list-style-type: none"> • Vuelta a la calma 	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar actividades dirigidas que permitan el relajamiento muscular, o que faciliten el cierre de la actividad y refuercen lo aprendido.
Reflexión	<ul style="list-style-type: none"> • Reflexión de cierre <p>Invitación a la próxima sesión, materiales requeridos y ejercicios propuestos a desarrollar.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Evaluar la sesión. • Verificar y socializar los logros alcanzados o facilitar la autoevaluación. • Invitar para la siguiente sesión y nombrar el objetivo de la misma. • Recordar qué implementos o materiales se deben llevar para la siguiente sesión. • Sugerir si es del caso ejercicios de refuerzo. <p>Para las disciplinas deportivas individuales y de conjunto, se trabaja con base en la metodología MEI (Metodología de Educación Integral-Habilidades para la la Vida):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reflexión: Esta se realiza en base al tema y/o habilidad para la vida abordada, durante el desarrollo de la sesión. • Asignación de la Tarea: Proceso donde los participantes comparten y aplican lo aprendido en su contexto familiar, educativo, cultural y social.

DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES PROPUESTA DE INTERVECION

sesión	Hora	Estructura temática	Objetivo	Temáticas por desarrollar	Indicadores de logro
1	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES. TEMA TÉCNICO: Diagnostico. Valor: Respeto HPV: Autoconocimiento.</p>	Establecer un diagnóstico inicial, observando las principales características de los alumnos.	<p>Juego: Mapaches y mastodontes. Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reforzar nivel anterior. • Realizar patada de libre sentados en el borde de la piscina • Sujetos del borde de la piscina de manera ventral y dorsal realizar patada de libre. • Sujetos del borde de la piscina con inmersión del rostro realizar patada de libre terminando con burbujas. • Realizar desplazamiento s en patada de libre y patrón respiratorio con barrilete. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza patada de libre terminando con burbujas durante 5 a 6 segundos. • Realiza desplazamientos de 6 a 8 metros en patada de libre con inmersión del rostro de 6 a 7 segundos terminando con burbujas más implemento (barrilete).

2	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES. TEMA TÉCNICO: Técnica de la patada de libre en diferentes posiciones con material (barrilete y tabla). Valor: Autonomía HPV: Relaciones interpersonales</p>	<p>Iniciar con ejercicios que permitan realizar de manera correcta la técnica de la patada de libre con diferentes materiales (barrilete y tabla).</p>	<p>Juego: El tractor. Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar desplazamientos en patada de libre utilizando tabla y barrilete en diferentes posiciones.(reforzar patrón respiratorio). • Realizar entrada al agua de pie con barrilete y tabla terminando con patada de libre en diferentes velocidades. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza desplazamientos en patada de libre utilizando tabla y barrilete en diferentes posiciones de 7 a 8 metros. (reforzar patrón respiratorio). • Realiza entradas al agua con barrilete y tabla terminando con patada de libre en diferentes velocidades de 6 a 8 metros.
3	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES. TEMA TÉCNICO: Técnica de la patada de libre con barrilete y tabla e iniciar con la patada de espalda con barrilete. Valor: Solidaridad HPV: Manejo de problemas y conflictos.</p>	<p>Reforzar el aprendizaje adquirido en la ejecución de la patada de libre con implemento (barrilete y tabla) y Desarrollar ejercicios que permita al niño familiarizarse con al patada de espalda utilizando</p>	<p>Juego: Triqui. Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar desplazamientos en patada de libre con barrilete a la altura del ombligo y brazos al frente sujetando la tabla.(tener en cuenta el patrón respiratorio). • Iniciar la patada de espalda con barrilete en diferentes posiciones. • Saltar al agua de frente a un metro del muro y 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza desplazamientos en patada de libre con barrilete a la altura del ombligo y brazos al frente sujetando la tabla de 6 a 8 metros.(tener en cuenta el patrón respiratorio). • Inicia la patada de espalda con barrilete en diferentes posiciones de 6 a 8 metros. • Salta al agua de frente a un metro del muro y regresar asistido por el docente 2 a 3 saltos.

			barrilete.	regresar asistido por el docente.	
4	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES.</p> <p>TEMA TÉCNICO: Técnica de la patada de libre con tabla e iniciar técnica de la patada de espalda con tabla.</p> <p>Valor: Honestidad</p> <p>HPV: Toma de decisiones.</p>	<p>Reforzar el aprendizaje adquirido en la ejecución de la patada de libre con implemento (tabla) y Desarrollar ejercicios que permita al alumno realizar la patada de espalda utilizando tabla.</p>	<p>Juego: Al pin al pon.</p> <p>Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reforzar la patada de libre con tabla (brazos al frente sujetando la tabla, un brazo al frente sujetando la tabla y el otro en el muslo, flecha con tabla). • Iniciar con la patada de espalda con tabla en diferentes posiciones (tabla abrazada, tabla con brazos extendidos en dirección a los pies, tabla debajo de la cabeza, entre otros). • Saltar al agua de frente a un metro del muro y regresar 	<ul style="list-style-type: none"> • Hace la patada de libre con tabla (brazos al frente sujetando la tabla, un brazo al frente sujetando la tabla y el otro en el muslo, flecha con tabla.) de 7 a 9 metros. • Inicia con la patada de espalda con tabla en diferentes posiciones (tabla abrazada, tabla con brazos extendidos en dirección a los pies, tabla debajo de la cabeza, entre otros) de 7 a 9 metros. • Salta al agua de frente a un metro del muro y regresar si ayuda del docente 2 a 3 saltos.

				si ayuda del docente.	
5	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES. TEMA TÉCNICO: Técnica de patada de libre en flecha sin implemento y reforzar técnica de patada de espalda con tabla. MC: Trabajo en equipo HPV: Comunicación asertiva.</p>	Realizar la técnica de la patada de libre en flecha sin implemento y la técnica de la patada de espalda con implemento (tabla).	<p>Juego: Teléfono roto. Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar la patada de libre con brazos en diferentes posiciones (avión, flecha, tiburón etc.). • Realizar patada de libre en flecha asistido por el docente. • Realizar patada de libre en flecha con patrón respiratorio. • Realizar la patada de espalda con tabla en diferentes posiciones (tabla abrazada, tabla con brazos extendidos en dirección a los pies, tabla debajo de la cabeza, entre otros). • Reforzar el salto al agua de frente a un metro del muro y regresar si ayuda del docente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza la patada de libre con brazos en diferentes posiciones (avión, flecha, tiburón etc.) de 6 a 7 metros. • Hace patada de libre en flecha asistido por el docente de 6 a 7 metros. • Hace patada de libre en flecha con patrón respiratorio de 6 a 7 metros. • Realiza la patada de espalda con tabla en diferentes posiciones (tabla abrazada, tabla con brazos extendidos en dirección a los pies, tabla debajo de la cabeza, entre otros) de 7 a 9 metros. • Salta al agua de frente a un metro del muro y regresar si ayuda del docente 2 a 3 saltos.

6	10 a 15 min	<p>PROPULSIONESTE MA TÉCNICO: Patada de libre y espalda e inicio de cambios de posición con implemento (aros).</p> <p>PARTICIPANTES: En equipos</p> <p>HPV: Comunicación asertiva.</p>	<p>Desarrollar desplazamientos realizando la patada de libre en flecha y patada de espalda en posición soldado e iniciar con los cambios de posición con implemento (aros).</p>	<p>Juego: Concéntrate.</p> <p>Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar la patada de libre y espalda pegados al muro. • Realizar patada de libre en posición flecha terminando con burbujas. • Con impulso del muro, realizar patada de libre en flecha con patrón respiratorio, cuando este cansado tomar la posición de seguridad y terminar en patada de espalda con brazos en soldado. • Realizar cambios de posición con aros de flotación. • Cada 10 patadas de libre o espalda, realizar cambio de posición asistido por el docente con brazos en diferentes posiciones. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza la patada de libre y espalda pegados al muro de 9 a 10 segundos. • Hace patada de libre en posición flecha terminando con burbujas de 7 a 8 metros. • Hace patada de libre en flecha con patrón respiratorio, cuando este cansado tomar la posición de seguridad y terminar en patada de espalda con brazos en soldado de 7 a 8 metros. • Realiza cambios de posición con aros de flotación de 8 a 10 metros. • Hace patada de libre y espalda con cambio de posición asistido por el docente con brazos en diferentes posiciones de 8 a 10 metros.
---	-------------	---	---	---	---

7	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES. TEMA TÉCNICO: Cambios de posición ventral-dorsal-ventral con y sin asistencia por el docente e iniciar entradas al agua desde posición baja en flecha. MC: Equidad de género HPV: La empatía</p>	<p>Reforzar cambios de posición ventral- dorsal-ventral con y sin asistencia por el docente y realizar explicación y demostración de la salida desde posición sentado en flecha.</p>	<p>Juego: Transporte de pelotas por parejas. Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Con impulso del muro, salir en patada de libre y en mitad piscina cambiar a patada de espalda con tabla. • Con impulso del muro, salir en patada de libre en flecha y en mitad piscina cambiar a patada de espalda en soldado con y sin asistencia por el docente. • Con impulso del muro, salir en patada de espalda en soldado y terminar en patada de libre en flecha con y sin asistencia por el docente. • Iniciar salida en flecha desde posición sentado. • Iniciar ambientación de la patada lateral de libre con implemento (tabla). 	<ul style="list-style-type: none"> • Sale desde el muro en patada de libre y en mitad piscina cambiar a patada de espalda con tabla de 8 a 9 metros. • Sale desde el muro en patada de libre en flecha y en mitad piscina cambiar a patada de espalda en soldado con y sin asistencia por el docente de 8 a 9 metros. • Sale desde el muro en patada de espalda en soldado y terminar en patada de libre en flecha con y sin asistencia por el docente de 8 a 9 metros. • Inicia salida en flecha desde posición sentado de 2 a 3 salidas.
---	-------------	---	--	--	--

8	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES. TEMA TÉCNICO: Cambios de posición con y sin asistencia por el docente y recoger objetos del fondo asistido por el docente. MC: Equidad de género HPV: La empatía.</p>	<p>Desarrollar desplazamiento realizando cambios de posición sin asistencia del docente e iniciar recolección de objetos del fondo con ayuda del docente.</p>	<p>Juego: Juegos Luctatorios. Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar cambios de posición con brazos en diferentes posiciones con implemento (tabla). • Realizar cambios de posición con brazos en diferentes posiciones con y sin asistencia por el docente. • Iniciar entrada al agua de frente (soldado) para recoger de 1 a 2 objetos del fondo de la piscina. • Iniciar salida en flecha desde posición sentado recogiendo de 1 a 2 objetos del fondo de la piscina. • Realizar patada lateral de libre con y sin implemento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza cambios de posición con brazos en diferentes posiciones con implemento (tabla) de 8 a 10 metros • Realiza cambios de posición con brazos en diferentes posiciones con y sin asistencia por el docente de 8 a 10 metros. • Inicia entrada al agua de frente (soldado) para recoger de 1 a 2 objetos del fondo de la piscina de 2 a 3 veces. • Hace salida en flecha desde posición sentado recogiendo de 1 a 2 objetos del fondo de la piscina de 2 a 3 veces.
---	-------------	--	---	---	--

9	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES. TEMA TÉCNICO: Evaluación de los objetivos técnicos del nivel. MC: No violencia HPV: Manejo de problemas y conflictos</p>	<p>Evaluar los objetivos técnicos alcanzados por cada niño y niña y promover a aquellos que cumplen los objetivos técnicos de patada de libre en flecha, patada de espalda en soldado y cambios de posición.</p>	<p>Juego: Dialogo de la convivencia. Contenidos de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizar patada de libre en flecha. • Realizar patada de espalda en soldado. • Realizar cambios de posición, desplazando en patada libre en flecha a patada espalda en soldado. • Mostrar a los padres de familia las habilidades y destrezas adquiridas en el curso (no son evaluables). 	<ul style="list-style-type: none"> • Realiza patada de libre en flecha de 8 a 10 metros. • Realiza patada de espalda en soldado de 8 a 10 metros. • Realiza cambios de posición, desplazando en patada libre en flecha a patada espalda en soldado 8 a 10 metros.
10	10 a 15 min	<p>PROPULSIONES. TEMA TÉCNICO: Jugar para la vida. MV: Respeto, autonomía, solidaridad, honestidad. MC: Trabajo en equipo, equidad de género, no violencia. HPV: Comunicación asertiva, la empatía, manejo de problemas y conflictos.</p>	<p>Realizar juegos que evidencien los logros obtenidos durante el curso en lo técnico y en los estímulos al desarrollo integral de los usuarios, por medio de valores, habilidades para la vida y módulo de convivencia.</p>	<p>Realizar refuerzo técnico por medio de actividades lúdicas o acciones jugadas. Aplicación metodológica: Jugar Para La Vida (JPV) Juegos: Direccionados por el docente a libre decisión.</p>	<p>Participa activamente en los juegos, haciendo transferencia de los componentes físico técnicos aprendidos e identifica los conceptos y metodología implementada durante el trimestre.</p>

CONCLUSIONES

El Enfoque de HvP para es una propuesta educativa de formación humana integral tanto por su origen en las Escuelas Promotoras de Salud como por sus fundamentos pedagógicos de transformación individual que busca impactar en lo colectivo, donde se a enmarcado en un ámbito formal en Colombia pero que en este proyecto se mostró un cambios en una educación menos formal como lo son unas clases de natación donde se logró la comprensión desde la conceptualización, identificación y aplicación de habilidades como Autoconocimiento, Relaciones interpersonales, Manejo de conflictos, Toma de decisiones, asertividad con una focalización cortar de una actividad por sesión, mostrando resultados de comportamiento dentro de la clase.

Remarcando que las HpV se concentran en la persona, pero requieren de colectivos sería importante en transversalizarlos en todos los grupos de natación para tener una muestra más significativa para un municipio como Segovia e investigar qué tanto de lo evidenciado en las clases se Traslada a otros escenarios de la vida diaria de los usuarios

Los estudiantes partícipes de los talleres expresaron verbalizaciones sobre la confianza en sí mismos, tener cuidado ante agresiones gestuales o verbales, conciencia de emociones ante situaciones cotidianas.

En conclusión, estas intervenciones promueven el desarrollo de los participantes a nivel de tener más criterio a con la toma de daciones y capacidad para expresarte positivamente a los demás.

REFERENCIAS

- Pérez, A. C., León, N. K. Q., & Coronado, E. A. G. (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. Enseñanza e investigación en psicología.
- BASCÓN, M. Á. P. (2011). EMPATIA, ASERTIVIDAD Y COMUNIACIÓN. Innovación y Experiencias Educativas.
- Pérez, A. C., León, N. K. Q., & Coronado, E. A. G. (2017). Empatía, comunicación asertiva y seguimiento de normas. Un programa para desarrollar habilidades para la vida. Enseñanza e investigación en psicología.
- Bravo, A. (2005). La iniciativa de habilidades para la vida en el ámbito escolar. Revista del Instituto de investigaciones Educativas.
- Posada, L. E. D., Burban, R. F. R., Sierra, M. P. M., & López, D. A. (2013). Habilidades para la vida: análisis de las propiedades psicométricas de un test creado para su medición. Revista Colombiana de Ciencias Sociales,
- UNICEF. Salud del adolescente. [Online].; 2016. Available Organización Mundial de la Salud, Life Skills Education in Schools, Ginebra, Suiza, 1997. 2. FROM:HYPERLINK "https://www.unicef.org/health/index_92029.html" https://www.unicef.org/health/index_92029.html .
- Universalidad. EAFIT agosto 2020 Plan Integral De Seguridad Y Convivencia Ciudadana- (Piscc) Municipio De Segovia-Antioquia 2020-2023.
- TESIS PLUS. (2020). Investigación Descriptiva según autores. 4 de mayo 2021, de TESIS PLUS: <https://tesisplus.com/investigacion-descriptiva/investigacion-descriptiva-segun-autores/#:~:text=Entre%20estos%20destaca%20la%20investigaci%C3%B3n,referentes%20a%20fen%C3%B3meno%20en%20observaci%C3%B3n.>
- Blasco y Pérez (2007:25), Taylor y Bogdan (1987) . (2012). Enfoque cualitativo. 1 de mayo 2021, de eumed.net enciclopedia virtual: https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/enfoque_cualitativo.html#:~:text=Los%20autores%20Blasco%20y%20P%C3%A9rez,acuerdo%20con%20las%20personas%20implicadas.&text=Se%20estudia%20a%20las%20personas,actuales%20en%20que%20se%20encuentran.
- Organización Mundial de la Salud. Serie de información de la OMS sobre salud escolar. In Salud OMDI, editor. Creación de un entorno para el bienestar emocional y social:

Una responsabilidad importante de una escuela que promueva la salud y sea amigable para los niños. Ginebra; 2003.

Mantilla, L. (2001). *Habilidades para la vida. Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales*. Colombia: Fe y Alegría

Natalia Muñoz Piedrahita. (2020). *Habilidades para la vida dentro del contexto educativo*. 16 de mayo del 2021, de UNIVERSIDAD COOPERATIVA DE

COLOMBIA:

https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/16012/1/2020_habilidades_vida_educativo.pdf.

Anexos

Se muestra las respuestas de la encuesta final, se realizó de manera oral. A partir de esta, se inició el proceso y creación de las actividades **HABILIDADES PARA LA VIDA**.

Resultados de la ENCUESTA.

PREGUNTAS		SI	NO
1	Cuando tienes problemas te asustas	5	12
2	Te gusta trabajar solo en casa o en el colegio	10	7
3	Haces nuevos amigos con facilidad	10	7
4	Se te dificulta decir no cuando te invitan a cosas indebidas	8	9
5	Te sientes aceptado por tus familiares	12	5
6	Te Sientes aceptado por tus amigos y familiares	4	13
7	Te sientes bien con tu físico	9	8
8	Usas gestos amenazantes y groseros cuando no estás de acuerdo con algo	15	2
9	Siempre ayudas a las personas que están con dificultad	11	6
10	Ante la dificultad de un amigo te sientes identificado	15	2

DIARIO DE CAMPO		
Actividad: A	Sesión 1	Fecha
Objetivo	Establecer un diagnóstico inicial, observando las principales características de los alumnos y reflexionar en el auto conocimiento	
Habilidad para la vida	Autoconocimiento	
Lugar-espacio	Centro recreativo Marceleth	
Técnica aplicada	Observación participante	
Personajes que intervienen	niveles natación 1 y 2 de 7 a 12 años, nivel adultos y colaboradores	
Descripción de actividades, relaciones y situaciones sociales cotidianas		Consideraciones interpretativas/Analíticas con respecto al objetivo o pregunta de investigación
<p>Se realizó una bienvenida donde los niños y a las familias se le explico cómo se va realizar el desarrollo de las sesión que aparte del objetivo técnico deportivo se va hacer una intervención que busca estimular las habilidades para la vida, que el día de hoy se va a trabajar la HPV de autoconocimiento se realizó el juego Mapaches y mastodontes donde se evidencio que algunos participantes reaccionaban con violencia cuando eran atrapados o dejaban de participar enérgicamente cuando eran atrapados o no alcanzaban a atrapar, en las micro reflexiones se contó con baja participación. (la actividad se realizó en tierra y agua). Se realizaron los ejercicios técnicos, y en la reflexión final se contó con más participación.</p>		<p>Ya que era la primera clase se sentía algo de timidez sobre todo con el nivel 1 además de esto se evidencio que cuando se confronto que porque ciertas actitudes durante las actividades como de violencia o desmotivación se sentía como frustración llegando después de varias intervenciones que la reflexión final era que lo ideal es tener presente que el tenemos de disfrutar la actividad y que ese sentimiento se debe gestionar como automotivación para hacer mayor esfuerzo en mejorar, además que tenemos que poner cuidado a nuestras emociones y como las gestionamos.</p>
Observaciones	Es muy importante motivar al inicio de la flexión para lograr que se logre construir una conversación fluida.	

Diarios de campos y encuestas aplicadas a los beneficiarios del programa COMAFA SEGOVIA.

DIARIO DE CAMPO

Actividad: B	Sesión 2	Fecha
Investigador/Observador		
Objetivo	Como identificar mis sensaciones al contacto con el otro, Iniciar con ejercicios que permitan realizar de manera correcta la técnica de la patada de libre con diferentes materiales (barrilete y tabla).	
Habilidad para la vida	Relaciones interpersonales	
Lugar-espacio	Centro recreativo Marceleth	
Técnica aplicada	Observación participante	
Personajes que intervienen	niveles natación 1 y 2 de 7 a 12 años, nivel adultos y colaboradores	
Descripción de actividades, relaciones y situaciones sociales cotidianas		Consideraciones interpretativas/Analíticas con respecto al objetivo o pregunta de investigación
<p>Se realizó una bienvenida donde los niños y a las familias se le explico cómo se va realizar el desarrollo de las sesión que aparte del objetivo técnico deportivo se va hacer una intervención que busca estimular las habilidades para la vida, que el día de hoy se va a trabajar la HPV de Relaciones interpersonales.se realizó el juego El tractor donde se tiene gran contacto entre los participantes a los niños se les noto gran motivación y recordaron el juego de la semana pasada además disfrutaron el juego en el caso de los adultos mostraron mayor timidez. En la micro-reflexión se identificó rápidamente el tema de confianza además de respetar particularidades de cada uno. Se notó que la participación fue más fluida en la reflexión además que el apoyo de las preguntas guía fue fundamental.</p>		<p>Se notó una identificación más rápida de la HPV que se trató en la clase además de que se vio una interacción respetuosa durante el desarrollo de la clase donde se disfrutó a la manera de cada uno, además de que se tiene mayor confianza entre compañeros.</p>
Observaciones	Se entiende ya la estructura de la clase.	

DIARIO DE CAMPO

Actividad: C	Sesión 3	Fecha
Objetivo	Evidenciar como es la resolución de conflictos tratando de que prime la solidaridad	
Habilidad para la vida	Manejo de problemas y conflictos	
Lugar-espacio	Centro recreativo Marceleth	
Técnica aplicada	Observación participante	
Personajes que intervienen	niveles natación 1 y 2 de 7 a 12 años, nivel adultos y colaboradores	
Descripción de actividades, relaciones y situaciones sociales cotidianas		Consideraciones interpretativas/Analíticas con respecto al objetivo o pregunta de investigación
<p>Se da la bienvenida además se contar los objetivos, Se realizó el juego triqui, donde se puede hacen relevos donde al finalizar se da la instrucción que cada movida sea definida en equipo, durante el desarrollo del uno de los equipo empezó a tomar la decisión individual por la dificultad de ponerse de acuerdo, el otro unas veces si otras no depende que realizara el recorrido, en la micro-reflexión se notó que no se llegó a ningún acuerdo y en la reflexión final se habló de la falta de liderazgo y de escuchar.</p>		<p>Se vio que se tiene algunas dificultades para la toma de decisiones en equipo y que muchas veces se quiere ser líder o que buscamos realizar las actividades de forma individual cuando no podemos generar empatía con los otros.</p>
Observaciones	Tratar de Llevar la reflexión a una conclusión después de un tiempo.	

DIARIO DE CAMPO

Actividad: D	Sesión 4	Fecha
Objetivo	Fomentar las situaciones de toma de decisiones y la comunicación honesta	
Habilidad para la vida	Toma de decisiones	
Lugar-espacio	Centro recreativo Marcelth	
Técnica aplicada	Observación participante	
Personajes que intervienen	niveles natación 1 y 2 de 7 a 12 años, nivel adultos y colaboradores	
Descripción de actividades, relaciones y situaciones sociales cotidianas		Consideraciones interpretativas/Analíticas con respecto al objetivo o pregunta de investigación
<p>Se realizó una bienvenida donde los niños y a las familias se le explico cómo se va realizar el desarrollo de las sesión que aparte del objetivo técnico deportivo se va hacer una intervención que busca estimular las habilidades para la vida, que el día de hoy se va a trabajar la HPV de toma de decisiones .Se realizó el juego la ruleta donde se tiene gran contacto entre los participantes además de corregir unos a otros el gesto técnico por grupos, donde ser reflejo la dificultad al principio de decir lo malo paro luego se mostró que lo importante era la forma y se logró una comunicación más asertiva.</p>		<p>El niño se dio la oportunidad de corregirse entre ellos donde en grupo evaluábamos los errores técnicos presentados y uno de los compañeros se los contaba pero a medida que se dieron cuenta que era para su mejora y no para comparar se logró una retroalimentación más clara y con menos prevención.</p>
Observaciones		

DIARIO DE CAMPO

Actividad: E	Sesión 5	Fecha
Objetivo	Fomentar la comunicación	
Habilidad para la vida	Comunicación asertiva	
Lugar-espacio	Centro recreativo Marceleth	
Técnica aplicada	Observación participante	
Personajes que intervienen	niveles natación 1 y 2 de 7 a 12 años, nivel adultos y colaboradores	
Descripción de actividades, relaciones y situaciones sociales cotidianas		Consideraciones interpretativas/Analíticas con respecto al objetivo o pregunta de investigación
<p>Se realizó una bienvenida donde los niños y a las familias se le explico cómo se va realizar el desarrollo de las sesión se explica el objetivo y la HPV que es la comunicación asertiva se realiza en tierra luego en agua, en el desarrollo de la actividad se nota que los niños tratan de transmitir la oración lo más eficiente mente pueden sin decir la palabra, se nota que los niños en el agua por medio de gesto en la reflexión expresan que muchas veces es indispensable el comprender la comunicación y hacerla de forma detallada y precisa ya que esto hace que se lograr mantener el mensaje de la forma más efectiva.</p>		<p>Comprenden que muchas veces cuando hablamos damos por sentado que las demás personas vamos a suponer o darle el mismo sentido que la persona que habla lo que no es cierto y por lo tanto tenemos que ser precisos con el lenguaje verbal y no verbal, además de no tomarnos de forma personal lo que el otro interpreta.</p>
Observaciones	Ya las personas se apropiaron de la mecánica de la reflexión y hacer la actividad con más conciencia.	

DIARIO DE CAMPO

Actividad: F	Sesión 6	Fecha
Objetivo	Fortalecer la comunicación asertiva a través de la conciencia en la comunicación.	
Habilidad para la vida	Comunicación asertiva	
Lugar-espacio	Centro recreativo Marceleth	
Técnica aplicada	Observación participante	
Personajes que intervienen	niveles natación 1 y 2 de 7 a 12 años, nivel adultos y colaboradores	
Descripción de actividades, relaciones y situaciones sociales cotidianas		Consideraciones interpretativas/Analíticas con respecto al objetivo o pregunta de investigación
<p>Se realiza la actividad concéntrese donde cada equipo tiene que hacer le gesto técnico depende al pim pon pare se realizó la diferencia de que el gesto vareaba según el equipo donde tenían que hablar para donde iba a ir en su caso y cuál era la forma más rápida para no llegar de ultimo. En la reflexión se habló sobre la atención y el cómo comunicar a mi compañero de forma rápida.</p>		<p>Se reforzó la comunicación no verbal además de ser capases de buscar diferentes maneras de comunicar rápidamente también se notó el liderazgo de algunos y la capacidad de otros para escuchar.</p>
Observaciones		