

LA CONVIVENCIA ESCOLAR A TRAVÉS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA¹

Camilo Arturo Vargas Vargas²

Resumen

El presente artículo de investigación, se enfoca en el análisis de la actividad física para la mejora convivencial en estudiantes de séptimo grado de un colegio del sector privado de Tunja-Boyacá. De este modo, se tienen en cuenta dos categorías inductivas de estudio como lo son; convivencia escolar y actividad física, por ello, se realizó un diagnóstico, por medio de cuestionario de convivencia escolar de Del Rey, Casas y Ortega (2003), paso seguido se diseñó un programa de actividad física, el cual evaluó su resultado. En tanto, se utilizó el enfoque de investigación mixto, con la corriente de la investigativa acción, con el fin de generar un cambio en la práctica educativa. Es así, como se logró concluir que la actividad física además de tener un gran valor educativo constituye una acción vital espontánea, que se fomenta normas y relaciones sociales.

Palabras clave: Convivencia escolar, actividad física, agresividad, cuestionario escala convivencia escolar.

Abstract

The present research focuses on the analysis of physical activity for coexistence improvement in seventh grade students of a private school in Tunja - Boyacá. Consequently, we took into account two inductive categories of study: school coexistence and physical activity, for this, we made a diagnosis, through of questionnaire of school coexistence according to Del Rey, Casas and Ortega (2003). Followed by a physical activity program, in which we work and evaluated its result. For this, we used mixed research approach, in which we used action research. In this way, we concluded physical activity, in addition to having a great educational value, it constitutes a spontaneous life action, from which social norms and relationships are fostered.

¹ Artículo de investigación

² Magister en pedagogía de la cultura física, Licenciado en educación física recreación y deportes, Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. Contacto: camiloarturo.vargas@uptc.edu.co.

Keywords: School coexistence, physical activity, aggression, questionnaire scale Coexistence School.

Introducción

La existencia de comportamientos agresivos en la escuela puede obstaculizar los vínculos sociales del niño o la niña de esta manera Boj (2015) afirma: "Un comportamiento excesivamente agresivo en la infancia si no se trata oportunamente concluirá probablemente en el fracaso escolar y en conductas... porque principalmente son niños que presentan grandes dificultades para socializarse y adaptarse a su propio ambiente" (p.88).

En consecuencia, este trabajo implementó la actividad física, como estrategia para disminuir la agresividad y mejorar la convivencia escolar, dando mayor importancia a la formación de estudiantes con bases integrales, donde se generaron reflexiones crítico-sociales, reconocimiento de sus falencias a temprana edad, y participación de docentes al ser parte de la enseñanza de conocimientos siendo incentivados y valorados.

De esta manera debemos tener en cuenta que la actividad física no debe confundirse con terminologías propias del "ejercicio", en donde la Organización Mundial de la Salud (s.f) menciona que "la actividad física es planificada, estructurada, repetitiva y realizada con un objetivo relacionado con la mejora o el mantenimiento de uno o más componentes de la aptitud física". De este modo, investigaciones realizadas por Schlesin y Rieger (1946) en el campo de la medicina, la higiene y en la educación física han demostrado que hay una dependencia directa entre el aumento de la capacidad de rendimiento físico y la capacidad de rendimiento intelectual.

En consecuencia, esta investigación tiene la colaboración de la comunidad educativa, en donde se demostró que la actividad física utilizada como una estrategia ayuda a los estudiantes a disminuir los comportamientos agresivos. De esta manera, la investigación estuvo encaminada a dar una solución a problemáticas eminentes en nuestros planteles educativos, por lo tanto, debido a esto se generó un compromiso con la población antes señalada. Incentivando a prácticas que ayuden con la convivencia escolar de dicho grado.

Antecedentes

Para la realización de este proyecto, es necesario la recapitulación de trabajos en torno a la convivencia escolar, es así como Esteban, Fernández, Díaz y Contreras (2012) mencionan "Las conductas que alteran la convivencia en la clase de Educación Física" en la provincia de Toledo (España), en la cual participaron 86 docentes y 447 discentes de educación secundaria obligatoria, dicho estudio tenía como finalidad analizar la frecuencia en la percepción de comportamientos inadecuados que profesorado y alumnado detecta en el desarrollo de las clases de educación física para la cual utilizaron la adaptación transcultural a lengua castellana del "Physical education classroom management instrument".

A su vez Monzonís y Capllonch (2014) preocupados por el papel de la educación física en la resolución de los conflictos en los jóvenes de la actualidad, proceden a realizar la investigación titulada "La educación física en la consecución de la competencia social y ciudadana", el cual se llevó a cabo en un Instituto-Escuela público de Barcelona, situado en el distrito de Nou Barris. Para la selección de la muestra se siguió el criterio de accesibilidad, ya que eran los grupos en los que la investigadora impartía la EF, y el criterio de relevancia, porque eran las clases con más problemas de convivencia. De este modo, la investigación realizada por Monzonís y Capllonch (2014) está enmarcada dentro de la metodología cualitativa, seleccionando la investigación-acción como método.

De igual manera Tirado y Conde (2015), desarrollaron un estudio de tipo estructural a través de una investigación denominada "Relaciones entre algunas acciones preventivas sobre la convivencia escolar en centros de buenas prácticas" cuyo objetivo es comprobar desde una perspectiva estructural la influencia de un conjunto de medidas en la reducción de problemas de convivencia: faltas injustificadas de puntualidad y asistencia, de respeto, daños a las instalaciones y pertenencias, maltrato entre compañeros, y relaciones entre miembros de la comunidad escolar.

Del mismo modo, Orrego, Painob y Fonseca (2015) desarrollaron un estudio denominado "Programa educativo «Trampolín» para adolescentes con problemas graves del comportamiento: perfil de sus participantes y efecto de la intervención" en el cual participaron un total de 43 alumnos. Se confeccionó un primer cuestionario pre-post dirigido a los menores participantes en Trampolín. En él, se recogió información relacionada con el tipo de conflictividad manifestada en su entorno social, las atribuciones causales de su comportamiento, las personas con quienes tenían conflictos y su frecuencia, las causas pendientes con la justicia y su naturaleza, la frecuencia y tipo de conflictividad manifestada en clase, además de una serie de aspectos relacionados con las actitudes que el alumno tenía en su centro de referencia como la motivación hacia los estudios, el nivel de absentismo, la forma de comportarse y la tolerancia a la frustración.

Por otro lado, Oros (2008) desarrolló la investigación "Promoviendo la serenidad infantil en el contexto escolar. Experiencias preliminares en una zona de riesgo ambiental", con el objetivo de "evaluar la eficacia de un modelo preliminar de intervención, constatando si luego de su implementación se observaban intentos concretos por parte de los niños para conseguir la relajación y si se apreciaba una reducción en el número de conductas agresivas.

Discusión teórica.

La existencia de dificultades en torno a la convivencia en los planteles educativos es uno de los grandes problemas a solucionar, donde se busca reducir la agresividad que comúnmente conlleva y provocan el fracaso escolar. Es por esto que algunos planteles educativos presentan diversas estrategias para resolver los conflictos escolares siendo estos muchas veces ineficaces para la problemática convivencial que se presenta, en ese orden de ideas.

Es así como el presente artículo de investigación muestra resultados de la intervención en el colegio gimnasio Santander, el cual se encuentra situado en el municipio de Tunja, del departamento de Boyacá, esta es una institución de carácter privado que apoya la integración axiológica de los estudiantes basada en la metodología de escuela activa urbana como principal herramienta motivadora del aprendizaje.

Así mismo, esta investigación se realizó con un total de 16 niñas y 15 niños del grado séptimo, cabe resaltar que dentro de los aspectos evaluados se demostró que el 19% vive con padre y madre el 55% vive con los dos padres y hermanos el 10% vive con madre y abuelos otro 10% vive únicamente con la madre un 3% vive solamente con el padre y para finalizar otro 3% vive con padre y abuelos. Estos estudiantes tienen un rango de edad de entre 11 a 14 años ubicados en el estrato socioeconómico 2 donde la mayoría de ellos son hijos únicos.

Tabla N° 1: Población y muestra

Curso	No. De Estudiantes	Rango De Edad
Séptimo	31 estudiantes	11-14 años

Fuente: Elaboración propia.

Metodología

El enfoque utilizado en esta investigación es mixto, por lo que Hernández (2015) manifiesta que es un "proceso que recolecta, analiza y vincula datos cuantitativos y cualitativos en un mismo estudio." (p. 87), dándole la misma importancia a ambas cifras, mediante seis fases, donde se observan y evalúan los fenómenos que intervienen en el estudio; se hacen suposiciones fundamentadas, con base en las acciones anteriores; de esta manera Jaimes, (2018) manifiesta que "se demuestra la veracidad de las ideas y su interrelación; se somete a revisión lo afirmado, mediante el análisis que se hace, y por último, se formulan nuevos criterios y en aras de aclarar, reafirmar o contradecir las ideas antes expuestas" (p. 85).

Además, para dicha intervención se utilizó como enfoque la investigación acción, ya que esta permite la indagación introspectiva colectiva emprendida por participantes en situaciones sociales con objeto de mejorar la racionalidad y la justicia de sus prácticas sociales o educativas, así como su comprensión de esas prácticas y de las situaciones en que éstas tienen lugar por esto se hace necesario dar a conocer diversos aportes a esta investigación por los siguientes autores:

Según Campillo (1996) en su artículo de la investigación-acción a la pedagogía, describe "La investigación-acción es un proceso de búsqueda de información llevado a cabo por los profesionales en sus prácticas. A la pedagogía, campo de saber o ciencia social, como quiera llamársele, le interesa mucho este tipo de investigación, aunque lo ponga escasamente en marcha: justamente esta manera de explorar se diferencia de otras formas de investigación contemporánea porque se ocupa de un "objeto" de análisis y estudio como es la práctica" (p.87). A su vez, Ca-

rrn y Kemmis, (1988) Fomenta la capacidad de acción en mayor medida cuando es abordada colaborativamente por los profesionales, y algunas veces en colaboración con agentes externos. En educación, la investigación - acción se ha utilizado en el desarrollo del currículo escolar, programas de mejoras escolares, el tratamiento de la marginación, el abordaje de medidas políticas, el desarrollo profesional y la planificación de sistemas (p.67).

Los educadores, los profesionales de la educación en este caso, junto aquellos expertos que actúan en la institución para generar determinadas prácticas en las relaciones educativas, a través de las cuales procurarán alcanzar los cambios y las transformaciones previamente consensuadas y personalmente deseadas.

Del mismo modo Klafki (1993) opina que, "Investigación-Acción es un proceso complejo, abierto y reflexivo de aprendizaje". Con base a esto el análisis de la problemática detectada, se buscan vías de solución por medio del dialogo y propuesta de los miembros del grupo desarrollador del proyecto, para llegar a una evaluación y retro alimentación del proceso.

De igual forma se utilizaron tres instrumentos, los cuales son; cuestionarios, entrevistas focales, y diarios de campo. El cuestionario, según Hernández et al (2010, p. 185) "es un instrumento que se confecciona para obtener información con algún objetivo en concreto. Existen numerosos estilos y formatos de cuestionarios, de acuerdo con la finalidad específica de cada uno".

En el presente caso, se utilizó la escala relacionada con la convivencia escolar de Ortega, Casas y del Rey, (2003, p, 111) que es valorada desde la percepción del alumnado de educación básica primaria y básica secundaria. Esta escala se compone de 50 ítems que se dividen en ocho factores que implican diferentes dimensiones de la convivencia escolar desde la precepción del alumnado.

Por otro lado, con el instrumento de entrevistas focales se obtuvo información de tipo cualitativo, que ofreció un conocimiento puntual, sobre el objeto de la investigación. De esta manera este instrumento fue revisado y avalado por López (2018), quien ejecutó las funciones de juez experto y aprobó el nivel de concordancia, claridad y pertinencia frente a los criterios citados. En tanto, la entrevista permitió un contacto directo del docente a cargo de la investigación (director del grado) con los entrevistados (compañeros, de la institución educativa). Es así como este instrumento, que consta de cinco preguntas, que recogió información diagnóstica de los docentes, relacionada con los problemas de convivencia que presentan los estudiantes.

El ultimo instrumento, fue el diario de campo. Según Porlán (1987) el diario es "una herramienta para la reflexión significativa y vivencial de los enseñantes", un instrumento básico para la investigación en el aula, pues puede adaptarse, por su carácter personal, a todo tipo de circunstancias" (p.87).

Proceso de investigación

El enfoque de investigación utilizado, hace énfasis en la investigación acción,

por ello se dividió en cuatro fases, los cuales hacen referencia a; diagnóstico, planeación, ejecución y evaluación. De este modo, durante la fase de diagnóstico, se indagó en el campo objeto de estudio, solicitando un permiso por parte de la rectora de la institución, explicando el objetivo del estudio a esta y como por medio de un plan de actividad física se intentan mejorar ciertos problemas que se presenta en la institución en el grupo seleccionado por los estudiantes lo cual es ratificado por algunos profesores para que de este modo se puedan planificar ciertas actividades pedagógicas que ayuden significativamente a cada uno de los estudiantes. Después que el grupo fue seleccionado se procede a enviar unos asentimientos informados todo esto ya que son estudiantes menores de edad los cuales deben ser diligenciados y aceptados por el tutor correspondiente.

La recolección de la información se llevó a cabo por medio del cuestionario de convivencia escolar de Del rey, Ortega y Casas (2003) el cual fue adaptado para el presente caso e incluye tres dimensiones; 1) la relación de estudiantes con sus pares 2) repitencia de situaciones en el colegio gimnasio Santander y 3) ocurrencia de situaciones en el hogar, donde la primera parte, la conforman cinco ítems, la segunda seis y la tercera siete, relacionados todos con el eje de estudio. "En su validación esta escala muestra su idoneidad en el análisis factorial exploratorio con un índice de Kaiser-Meyer-Olkin y la prueba de esfericidad de Bartlett ($KMO = .917$; $\chi^2 = 11013.3$; $gl = 1225$; $p = .00$) así como con la explicación de un 63% de la varianza. Mientras que en el análisis factorial confirmatorio obtiene unos óptimos índices de ajuste $\chi^2 = 3489.84$; $RMSEA = .05$; $SRMR = .05$; $CFI = 0.96$ $GFI = .95$; $NNFI = .96$ y $RFI = .95$ " (Hu y Bentler, 1999).

En el caso de la planeación es un mecanismo por medio de cual permite planificar cada uno de las actividades necesarias para organizar y ordenar adecuadamente el proyecto de investigación. Esto con el fin de identificar, conocer los aspectos y elementos importantes que sirvan para poder aplicar de forma significativa cada uno de los educandos. Para lo cual se diseñó un programa de actividad física para mejorar la convivencia escolar, teniendo como base las respuestas obtenidas de los estudiantes integrantes del grupo que se analiza y se espera que la aplicación del mismo, a través de la escala ex post, se demuestre su funcionalidad y a la vez se disminuyan los problemas detectados, relacionados con la falta de convivencia. El programa de convivencia, se desarrolló en tres sesiones semanales de una hora por sesión, en el grupo de séptimo.

La tercera fase, hace énfasis en la ejecución, en el cual se implementó cada una de las actividades programadas en la planeación, aplicando la observación participante como eje fundamental del proyecto para poder obtener datos y hacer una evaluación pertinente y así poder detectar debilidades surgidas. Es por esto que el programa se aplicó durante ocho semanas con registros en los correspondientes diarios de campo de cada una de las sesiones.

Por último, en la fase de evaluación se realizó, el trabajo de análisis, el cual permitió extraer las evidencias pertinentes obtenidas de los resultados del plan de

acción y establecer los aspectos débiles. Es así como las tres herramientas aplicadas, cuestionario, diario de campo y entrevista focal, permitieron hacer la triangulación y darles solidez a los resultados obtenidos mediante los aspectos relevantes hallados y darle solución a la problemática.

Resultados

En el presente apartado se encuentran los resultados del "Cuestionario sobre Convivencia Escolar: Factores Personales y Contextuales", utilizado como diagnóstico para evidenciar la problemática presentada en los estudiantes del grado Séptimo del colegio Gimnasio Santander de Tunja, se expone el análisis de los datos del estudio para lo cual se hace uso de la estadística descriptiva y básicamente de los porcentajes para definir la distribución de las respuestas de los estudiantes, es necesario aclarar que esto se llevó a cabo luego de la sistematización de las respuestas de los estudiantes.

En primer lugar, se encuentra la información socio-demográfica de los estudiantes, seguido de las dimensiones de la convivencia escolar de acuerdo con la Escala de Convivencia Escolar (Del Rey, Casas y Ortega,), encontrando así en el respectivo orden los resultados de la Gestión Interpersonal Positiva seguido de la Victimización, la Disruptividad, la Red social de Iguales, la Agresión, el Ajuste normativo, la Indisciplina y finalmente encontramos la Desidia Docente.

Tabla 2. Percepción sobre la gestión interpersonal positiva

PREGUNTA	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	N	%	N	%	n	%	n	%	N	%
Los profesores se llevan bien entre ellos	0	0%		0%		0%	3	10%	28	90%
Hay buenas relaciones entre profesores y alumnos	0	0%	0	0%	2	6%	7	19%	22	75%
Los padres se llevan bien con los profesores	0	0%	1	3%	1	3%	8	26%	21	68%
Las familias de los estudiantes se implican en las actividades.	1	3%	1	3%	4	13%	9	29%	16	52%
Los profesores son respetados	0	0%	0	0%	3	10%	10	32%	18	58%
Los profesores son ejemplo de buena relación	0	0%	0	0%	1	3%	8	26%	22	71%
Los profesores evitan que nos burlemos de otros	2	6%	1	3%	1	3%	7	23%	20	65%
Los profesores nos ayudan a resolver nuestros problemas	5	16%	1	3%	4	13%	3	10%	18	58%
Mis padres se llevan bien con los profesores	3	10%	1	3%	2	6%	11	36%	14	45%
Los profesores valoran mi trabajo y me animan a mejorar.	1	3%	1	3%	3	10%	10	32%	16	52%

Fuente: Elaboración propia.

En cuanto al análisis de los ítems que componen la escala de convivencia escolar se pudo identificar que en relación con la gestión interpersonal positiva los estudiantes consideran en un 90% que los profesores tiene buenas relaciones entre iguales, por otro lado el 75% de la población piensa que los profesores y alumnos tiene buenas relaciones interpersonales; el 68% de la población encuestada piensa que los padres de familia se llevan bien con los profesores, aun cuando existe un 3% que piensa que no hay buena relación entre estos actores educativos, además en cuanto a la pregunta que nos indica si la familia interfiere activamente en actividades escolares podemos concluir que un poco más de la mitad más exactamente un 52% piensa que si mientras que la implican en las actividades escolares parte se ve muy renuente diciendo que en algunas ocasiones y otros que nunca lo hacen en cuanto a si los profesores participan activamente en la solución de problemas podemos evidenciar que un poco más de la mitad más exactamente el 58% de la población estudio dice que si mientras que un 16% dice que nunca lo hacen y un 13% nos dice que de vez en cuando ayudan a la solución de problemas.

En la aperccepción de si los profesores valoran el trabajo de los estudiantes solamente un 52% afirma que siempre, demostrando falencias y convirtiéndose en un eje fundamental de motivación escolar.

Tabla 3. Percepción sobre la gestión interpersonal positiva

PREGUNTA	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	N	%	n	%	N	%	n	%	N	%
Aprendo	1	3%	0	0%	3	10%	6	19%	21	68%
Dejo trabajar a los demás sin molestar	2	7%	1	3%	5	16%	10	32%	13	42%
Pido la palabra y espero el turno para hablar	2	6%	2	6%	7	21%	9	27%	11	40%
Cumplo las normas	5	16%	0	0%	5	16%	11	36%	10	32%
Respeto la opinión de los demás aunque no la comparto.	4	13%	2	7%	10	32%	9	29%	6	19%

Fuente: Elaboración propia.

A su vez, en la percepción sobre la gestión interpersonal positiva los estudiantes valoraron de manera positiva aspectos como el aprender, con un siempre del 68%, esto logró indicar que siempre se deja trabajar a los demás sin molestar, con el 42% se pueden evidenciar un déficit comportamental implicando una mala convivencia escolar, muestra un 40% pide la palabra al momento de presentar una inquietud mostrando un 21% que dice que a veces. Un 32% menciona que cumplen las normas y un 16% alude que a veces, dando lugar que, a un déficit de autoridad. Es así, que un 19% indique que respeta la opinión de los demás y solamente un

13% dice nunca respetarla. Los anteriores aspectos son primordiales para una sana convivencia, bajo la premisa de que todos los seres humanos somos diferentes y por eso podemos pensar y expresar opiniones diversas importantes por el simple hecho de ser seres humanos

Tabla 4. Percepción sobre disruptividad

PREGUNTA	NUNCA		CASI NUNCA		A VECES		MUCHAS VECES		SIEMPRE	
	n	%	N	%	n	%	n	%	N	%
Dentro del curso hay problemas de vandalismo	21	68%	7	22%	3	10%	0	0%	0	0%
Hay agresiones físicas entre los estudiantes	15	48%	11	36%	5	16%	0	0%	0	0%
Hay estudiantes que no dejan dictar clase	18	58%	4	13%	5	16%	3	10%	1	3%
Hay estudiantes que no respetan las normas.	7	23%	7	23%	15	48%	0	0%	2	6%
Hay estudiantes que siempre están metidos en peleas	10	32%	10	32%	6	20%	1	3%	4	13%
Algunos estudiantes destrozan el material e instalaciones	16	52%	9	29%	4	13%	0	0%	2	6%

Fuente: Elaboración propia.

Por otro lado, en la percepción sobre disruptividad, se evidenció que el 68% de los estudiantes, valoraron que en su curso nunca hay vandalismo, en contraste el 48% consideró que nunca hay agresiones físicas entre ellos, además un 58% mencionaron que no existen estudiantes que no dejan realizar las actividades de clase, así como 23% mencionaron que no existen estudiantes que no respetan las normas, en tanto el 32% estipularon que los estudiantes nunca están metidos en peleas, y por último un 52% aludieron que nunca los estudiantes destrozan el material e instalaciones. Esto logro evidenciar que la violencia física no es la principal causa de una convivencia escolar mala en el colegio Gimnasio Santander de Tunja.

Tabla 5. Percepción sobre desidia docente

PREGUNTA	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	N	%	n	%	N	%	n	%	N	%
Los profesores solo explican para los inteligentes de la clase	20	65%	1	3%	2	6%	3	10%	5	16%

Las normas de los profesores son injustas	22	71%	5	16%	2	7%	1	3%	1	3%
Hay profesores que castigan siempre a los mismos.	20	65%	2	6%	4	13%	4	13%	1	3%
Los profesores hacen actividades aburridas	18	55%	10	35%	2	7%	1	3%	0	0%
Hay estudiantes a los que los profesores les tienen fastidio	18	58%	4	13%	5	16%	3	10%	1	3%

Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo con la tabla 5, en relación con la percepción sobre desidia docente, los estudiantes consideraron en este aspecto que los docentes llevan buenas relaciones con los estudiantes y la tendencia indica que casi nunca y nunca se presenta esta situación entre docentes. En primer lugar, los estudiantes indican en un 55% que los profesores nunca hacen actividades aburridas, el 58% apreciaron, además que los docentes no les tienen fastidio a los estudiantes y el 65% indican que nunca se explica solo a los inteligentes del salón. Es necesario tener en cuenta que un 71% indica que nunca las normas de los profesores son injustas y un 65% indica que los docentes nunca castigan a los mismos estudiantes, lo cual influye en la convivencia escolar en la delimitación de focos de indisciplina que en un futuro puedan resultar en problemas de convivencia escolar.

Tabla 6. Percepción sobre indisciplina

PREGUNTA	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	N	%	n	%	N	%	N	%	N	%
Sólo cumplo las normas que me convienen.	15	49%	1	3%	6	19%	5	16%	4	13%
He sido castigado desde que empezó el curso.	12	39%	0	0%	7	22%	8	26%	4	13%
Interrumpo la clase porque me aburro	20	64%	4	13%	7	23%	0	0%	0	0%
Me aburro	9	29%	3	10%	11	35%	1	3%	7	23%

Fuente: Elaboración propia.

Así mismo, la Percepción sobre indisciplina, indicaron los problemas de estudiantes en cuanto al cumplimiento de normas, aspecto primordial en la convivencia en sociedad, el 49% indica que nunca cumple las normas que le convienen, el 39% señala que no ha sido castigado desde que el curso inició, dichos aspectos deben ser trabajados a través de una estrategia propia relacionada con la actividad física para enseñar a cumplir normas las cuales conlleven aun convivencia escolar sana.

Tabla 7. Percepción sobre indisciplina

PREGUNTA	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	N	%	n	%	N	%	N	%	N	%
He tenido miedo de venir al colegio	13	42%	2	7%	6	19%	5	16%	5	16%
Algún compañero me ha golpeado	10	32%	3	10%	7	23%	5	16%	6	19%
Algún compañero me ha insultado.	11	35%	5	16%	8	26%	4	13%	3	10%
Me he sentido amenazado.	14	45%	3	10%	7	22%	4	13%	3	10%
Me han robado	12	39%	2	6%	11	36%	4	13%	2	6%
Me he sentido excluido, aislado o rechazado.	15	48%	3	10%	7	23%	4	13%	2	6%

Fuente: Elaboración propia.

A su vez el siguiente parámetro del cuestionario de convivencia escolar percepción sobre victimización (tabla 7), indica la prevalencia de agresiones físicas y violencia dentro de los estudiantes de grado séptimo del colegio gimnasio Santander de Tunja, lo cual evidentemente afecta la convivencia escolar. Se observa que las respuestas están divididas mientras que un 19% expresaron que algún compañero lo ha golpeado un 32% manifestaron de que nunca lo han golpeado y un 23% opinaron que a veces lo cual evidencia que se puede estar viviendo caso de matoneo donde solamente algunos es a los que se les golpea, el 10% solamente indica que ha sido insultado por algún compañero, el 45% que nunca han sido amenazados, el 36% indica que alguna vez ha sido robado lo cual presenta una problemática grave para la institución educativa nunca ha sido robado muchas veces.

Tabla 8. Percepción sobre agresión.

PREGUNTA	Nunca		Casi nunca		A veces		Muchas veces		Siempre	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
He golpeado a algún compañero	15	48%	1	3%	9	29%	3	10%	3	10%
He excluido o rechazado a algún compañero	17	55%	3	10%	5	16%	4	13%	2	6%
He amenazado o metido miedo a otra persona	13	42%	4	13%	8	26%	4	13%	2	6%
He insultado a algún compañero	16	52%	0	0%	9	29%	4	13%	2	6%

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 8 se puede evidenciar la Percepción sobre agresión, el cual puede verse reflejado en el cuestionario de convivencia escolar la institución educativa presenta un grado de violencia física y verbal bajo según el cuestionario dado que solamente un 10% dice que siempre ha golpeado a un compañero, pero el 29% dice que a veces lo ha hecho en cuanto a la violencia verbal podemos ver que igualmente un 29% expresa tratar mal a los compañeros a veces y un 52% expresa que nunca lo ha hecho.

Todo lo anteriormente analizado, conlleva a la elaboración de la siguiente matriz de triangulación de instrumentos utilizados para la recolección de la información:

Tabla 9. Matriz de triangulación

Categorías	Instrumentos			Síntesis
	Cuestionario	Diarios De Campo	Entrevista	
Actividad Física	La actividad física debe verse como una estrategia de resolución de conflictos puesto que ya se comprobó que mejora notablemente la convivencia escolar.	Se debe incentivar el trabajo en equipo este es un ayudante importante para la mejora de la convivencia escolar y la resolución de conflictos.	Implementar más programas así que ayuden a la resolución de conflictos y así se mejore en un 100% la convivencia escolar tanto como entre iguales como con docentes y directivos	La actividad física a medida que se iba implementando el programa iban viéndose resultados positivos es por esto que debe continuar programas de la misma índole para poder mejorar todos los conflictos
Convivencia Escolar	-cierto porcentaje de estudiantes estaba recibiendo malos tratos no se sentían bien con el curso pero fue mejorando este grado a tal punto que ya no se evidenciaba ningún tipo de burla ni agresión verbal	-la actividad física disminuyo notablemente los conflictos entre iguales mejoro el trabajo en equipo	Mejoro en gran medida la convivencia escolar	Con respecto al programa los ejes fundamentales del programa se cumplieron a tal punto que se disminuyó la agresión verbal y la agresión física y se mejoró trabajo en equipo fuente determinante de una buena convivencia escolar

Fuente: Elaboración propia.

Conclusiones

En consecuencia, a las categorías inductivas de estudio y las preguntas que orientan cada una de ellas, se presentan las siguientes conclusiones. Es así como, para la categoría inductiva de estudio convivencia escolar, se propone la siguiente pregunta ¿Qué problemáticas convivenciales se presentan en los estudiantes del grado séptimo del Colegio Gimnasio Santander De Tunja?, es así que para dar respuesta a este interrogante y de acuerdo a las actividades desarrolladas se puede

evidenciar que la violencia verbal se presentan en alto grado, como las burlas y la violencia física se presenta en menos porcentaje, de este modo con la implementación del programa se vio reflejada la reducción de la agresividad verbal y física puesto que la actividad física es fundamental en el desarrollo del ser humano siendo aplicada con frecuencia y motivación para que adquieran buenos hábitos para su salud.

Por otro lado la categoría inductiva de estudio actividad física, se propuso una pregunta orientadora, la cual hace énfasis en ¿Cómo un programa de actividad física, ayuda a la sana convivencia de los estudiantes del grado séptimo Colegio Gimnasio Santander De Tunja?, dando así que la implementación de un programa de actividad física para darle solución a la problemática de convivencia escolar en los estudiantes del grado séptimo del Colegio Gimnasio Santander De Tunja, ayude con la disminución significativas de las manifestaciones agresivas y aumento en la práctica y participación en las actividades planificadas en el programa, ya que como se puede probar en instrumentos tales como: los diarios de campo, entrevistas focales y cuestionario, en el inicio del programa de actividad física los estudiantes mostraban burlas, malos tratos a hacia sus iguales, pero durante el transcurso y finalización del programa se logró disminuir de manera notoria la convivencia escolar, dado así que el trabajo en equipo mejoró para lo cual se puede evidenciar que el programa realmente funciona con esta población.

Teniendo en cuenta los resultados de esta investigación se pudo deducir que es fundamental implementar toda clase de actividad física ya sea de baja intensidad o de alta intensidad, ya que son muy pocos los estudiantes que realizan actividad física dentro o fuera de la institución. Es de total efectividad un programa que contribuye a la plena salud y calidad de vida aumentando su capacidad de estudio, siendo una medida preventiva de muchos indicadores de la vida social.

Referencias

- Esteban L., Fernández J, Díaz A, y Contreras O. (2012). Las conductas que alteran la convivencia en las clases de educación física. Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad física y deporte. 12 (47). 459-472.
- Monzonís N., y Capllonch M. (2014). La educación física en la consecución de la competencia social y ciudadana. Retos. Nuevas tendencias en educación física. deporte y recreación. (25). 180-185
- Tirado R, Conde S (2015) Relaciones entre algunas acciones preventivas sobre la convivencia escolar en centros de buenas prácticas. Estudios sobre educación. (29). 29-59)
- Orrego J, Painob M y Fonseca-Pedreroc E., (2015). Programa educativo «Trampolín» para adolescentes con problemas graves del comportamiento: perfil de sus participantes y efecto de la intervención. Instituto de Ciencias de la Educación de la Universidad de Oviedo. Publicado por Elsevier España, S.L.U
- Oros, L. (2008). Promoviendo la serenidad infantil en el contexto escolar. Experiencias preliminares en una zona de riesgo ambiental. Centro interamericano de investigaciones psicológicas y ciencias afines. (25) (002). 1812-195.
- Hernández S, R. (2015). Metodología de la Investigación. Bogotá: Mc GrawHill.

Jaimes J, G. et al. (2018). Cómo investigar desde la Educación Física.

Carr, W, Kemmis (1988). Teoría crítica de la enseñanza. La investigación acción en la formación del profesor. Martínez roca, Barcelona

Ortega, Del Rey (2010). construir la convivencia. Barcelona PORLÁN, R.

Martín, J. (1991) "El Diario del Profesor". Sevilla: Ed. Diada.

Esteban L, Fernández J, Díaz A, Contreras O (sf). Las conductas que alteran la convivencia en las clases de educación física. Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad física y deporte. Volumen 12, número 47-