

UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA



**EVALUACIÓN POST INTERVENCIÓN
METODOLÓGICA DE EDUCACIÓN FÍSICA EN 3º, 4º
Y 5º AÑO BÁSICO: VARIABLES IMC, VO₂ MÁX.,
PATRONES DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y
ACTIVIDAD FÍSICA**

SEMINARIO PARA OPTAR AL GRADO DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN

Profesor Guía: Prof. Mag. Carlos Salas Bravo
Nicole Esparza Luengo
Seminaristas: Evelyne Lizama Schmeisser
Teresa Muñoz Salgado
Patricia Navarrete Ragga

CONCEPCION – CHILE

2010

RESUMEN

La transición nutricional en Chile de los últimos años es evidente y se encuentra asociada a las políticas de salud pública, las cuales en la actualidad trabajan para prevenir y combatir la mal nutrición, y el desarrollo económico alcanzado; por ello la desnutrición ha disminuido y el estado nutricional óptimo ha mejorado. La investigación, de tipo descriptiva, busca identificar y analizar, si las aplicaciones de una innovación metodológica en las horas de Educación Física durante dos años perduran a través del tiempo; las clases implementadas fueron diseñadas de acuerdo a los planes y programas entregados por el Ministerio de Educación. Para la realización de esta investigación fue necesario identificar a los niños del proyecto y verificar en que cursos actualmente se encontraban. Así se logro trabajar en seis cursos del Colegio Marina de Chile, en los niveles 3º, 4º y 5º año básico, en cada nivel uno de los cursos corresponde al grupo experimental, al cual se le había aplicado la nueva metodología, y el otro curso corresponde al grupo control, quién continuó con la metodología tradicional. Para esta investigación, se utilizaron los datos obtenidos de un pre test realizado en Junio y un post test aplicado en Octubre, ambos en el año 2010. Los test fueron aplicados a los seis cursos, evaluando IMC, VO_2 máx., patrones de alimentación saludable y actividad física. Al finalizar el estudio se observa una variación en el IMC y por ende en el estado nutricional, esto puede deberse a factores de crecimiento, ya que las demás variables se modificaron de manera negativa. De tal forma, al producirse un aumento en la cantidad de estudiantes del grupo experimental, este disminuyó su VO_2 máx. y aumentó el consumo de comida no saludable. Entonces, mientras no haya una intervención metodológica, con el paso del tiempo el proyecto disminuye el logro de sus objetivos.

PALABRAS CLAVES

Obesidad, sedentarismo, actividad física, alimentación saludable, Educación Física, estado nutricional, IMC y VO_2 máx.