

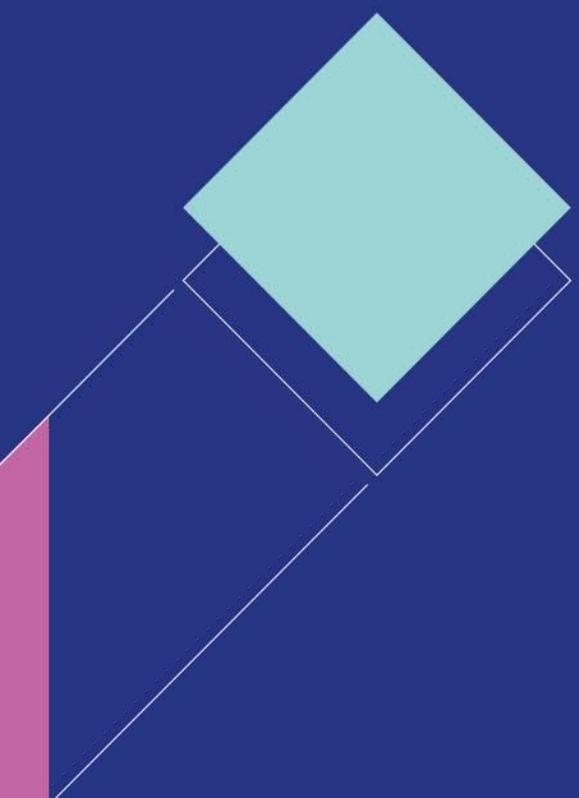
Agencia de
Calidad de la
Educación

Estudio Nacional Educación Física 2015

8º básico



Contenidos

- 
- I. Importancia de la condición física para mejorar la calidad de vida.
 - II. Evaluación de la condición física: contribución de la Agencia.
 - III. Resultados nacionales.
 - IV. Factores asociados a resultados.
 - V. Orientaciones para el sistema educativo.

I. Importancia de la condición física para mejorar la calidad de vida

- Los hábitos de vida activa y saludable contribuyen al bienestar emocional, físico y social de los estudiantes y favorecen una mejor calidad de vida en la edad adulta.
- Las escuelas y los padres y apoderados son importantes para que los estudiantes transformen la actividad física en un hábito.
- Es importante diseñar e implementar diversas iniciativas para el fomento de la salud y la actividad física que favorezcan la vida activa.



II. Evaluación de la condición física: contribución de la Agencia

A partir de los resultados del Estudio, aportamos con evidencia para el diseño de la política pública.

Entregamos lineamientos para que las escuelas realicen su diagnóstico de la condición física de sus estudiantes.



Ponemos a disposición de la comunidad escolar un taller para analizar los resultados del diagnóstico.



Estrategias para desarrollar hábitos de vida activa en nuestros estudiantes.



III. Resultados nacionales

Antecedentes del Estudio

Estudio Nacional de Educación Física 2015

Fecha de aplicación	Entre el 02 y el 20 de noviembre de 2015
Estudiantes evaluados de 8° básico	9.568 estudiantes
Establecimientos evaluados	309 establecimientos

El objetivo del Estudio Nacional de Educación Física es medir la condición física de los estudiantes de 8° básico.

Nota: el Estudio Nacional de Educación Física consideró una muestra representativa a nivel nacional y por género. Se aplicó en todas las regiones del país.

Principales conclusiones

Las mujeres tienen resultados más bajos que los hombres.

Los resultados son preocupantes en todos los grupos socioeconómicos.

Los resultados fueron más bajos que el año anterior.

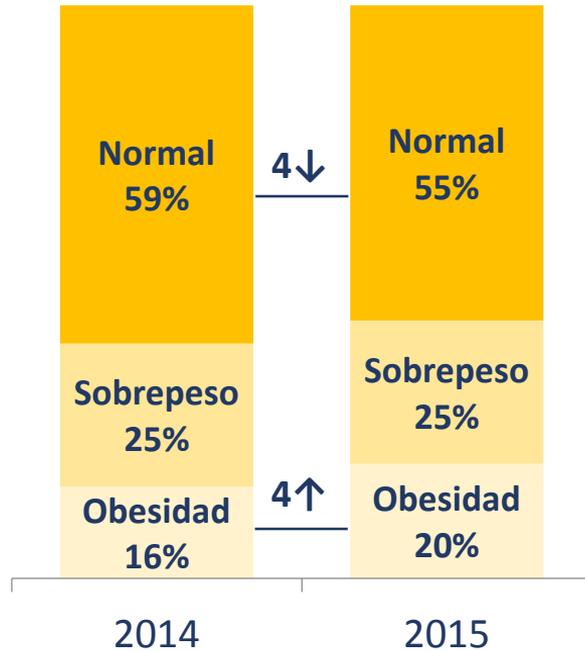
Las escuelas pueden hacer la diferencia para mejorar la condición física de sus estudiantes.

Mediciones y pruebas

Componente físico evaluado	Mediciones y pruebas aplicadas
Antropometría	Estimación del Índice Masa Corporal (IMC) Perímetro de cintura
Rendimiento muscular	Abdominales cortos (resistencia muscular) Salto largo a pies juntos (fuerza muscular) Flexo-extensión de codos (fuerza muscular)
Flexibilidad	Flexión de tronco adelante (Test de Wells-Dillon adaptado)
Resistencia aeróbica y rendimiento cardiovascular	Test de Cafrá
Potencia aeróbica máxima	Test de Navette

1. Antropometría: Índice de Masa Corporal

Resultados



$$\text{IMC} = \frac{\text{Masa (kg)}}{\text{Estatura}^2 \text{ (cm)}}$$

45% de los estudiantes presenta exceso de peso.

1. Antropometría: Perímetro de cintura-estatura



Resultados



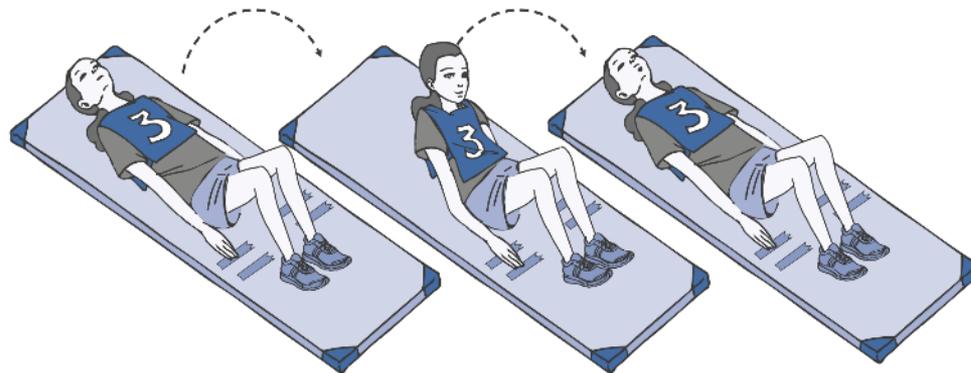
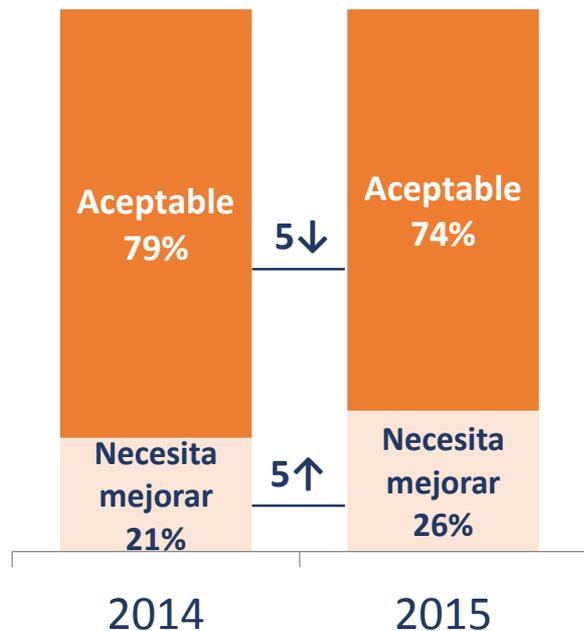
$$\text{RCE} = \frac{\text{Perímetro de cintura (cm)}}{\text{Estatura (cm)}}$$

25% de los estudiantes presenta riesgo cardiovascular y metabólico.



2. Rendimiento muscular: abdominales cortos (resistencia muscular)

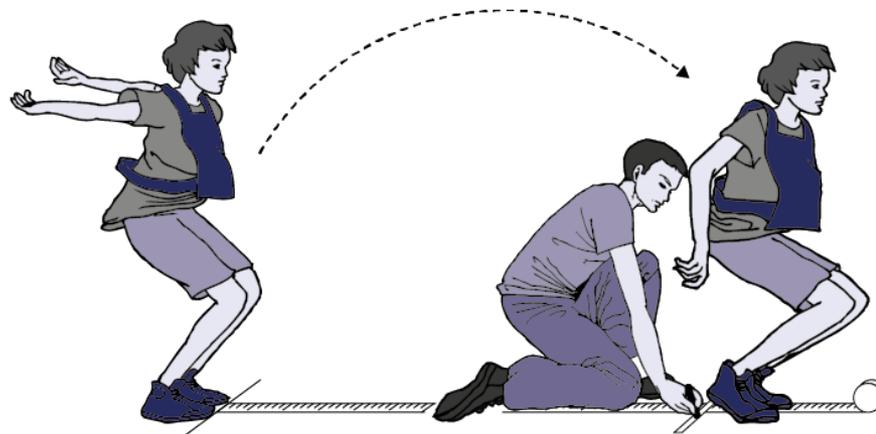
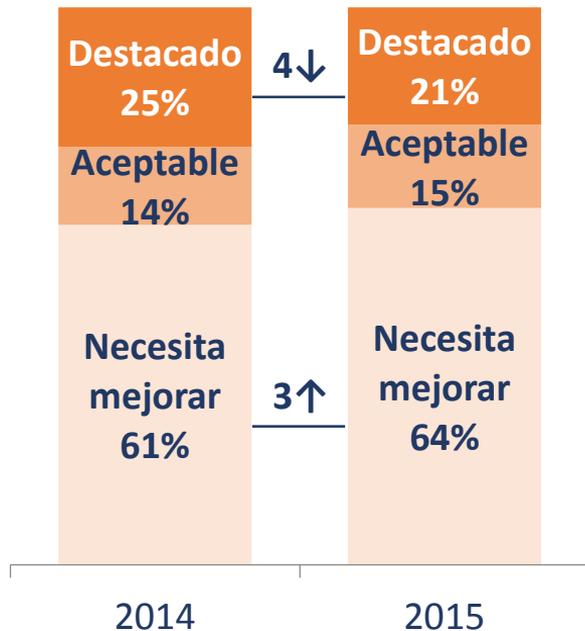
Resultados



26% de los estudiantes necesita mejorar su resistencia muscular.

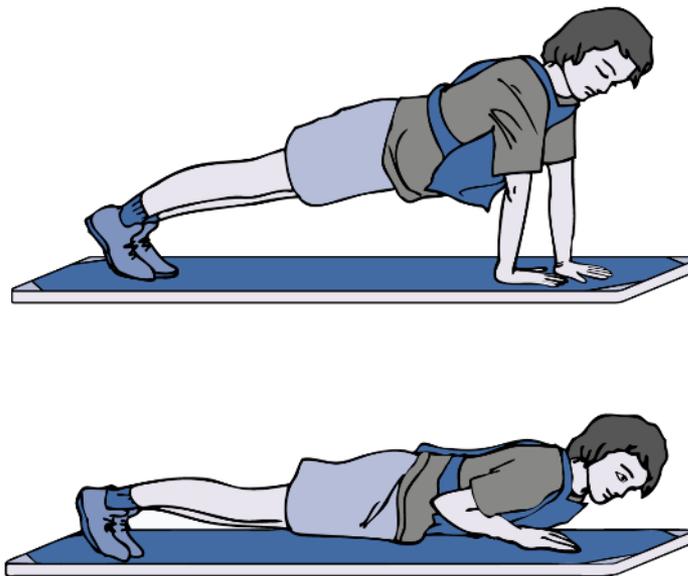
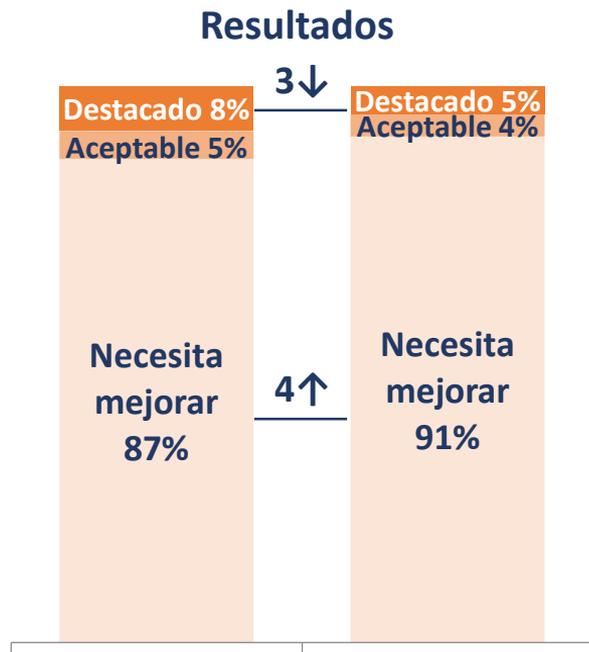
2. Rendimiento muscular: salto largo a pies juntos (fuerza muscular)

Resultados



64% de los estudiantes necesita mejorar su fuerza de piernas.

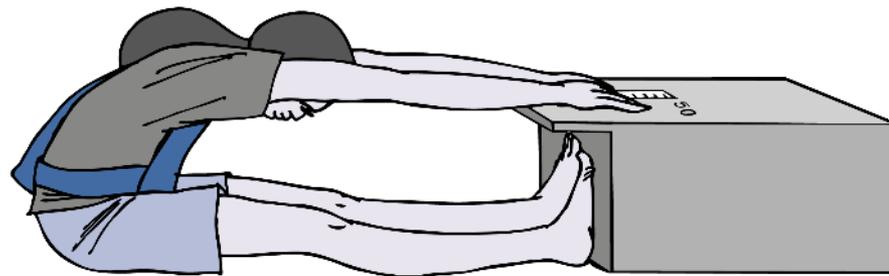
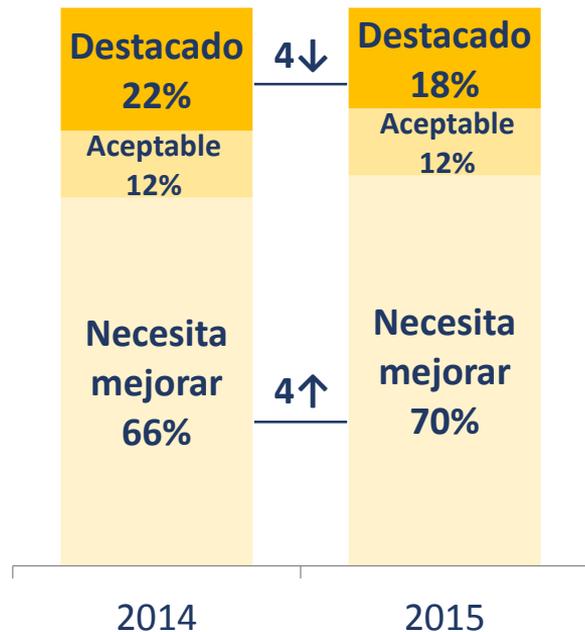
2. Rendimiento muscular: flexo-extensión de codos (fuerza muscular)



91% de los estudiantes necesita mejorar su fuerza de brazos.

3. Flexibilidad: flexión de tronco adelante

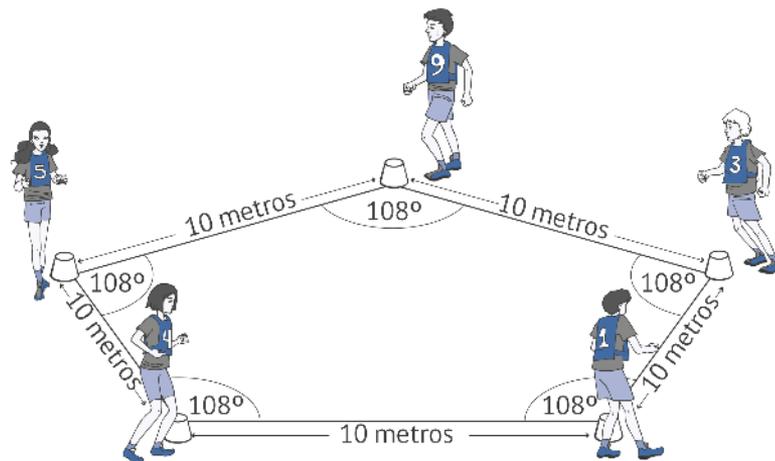
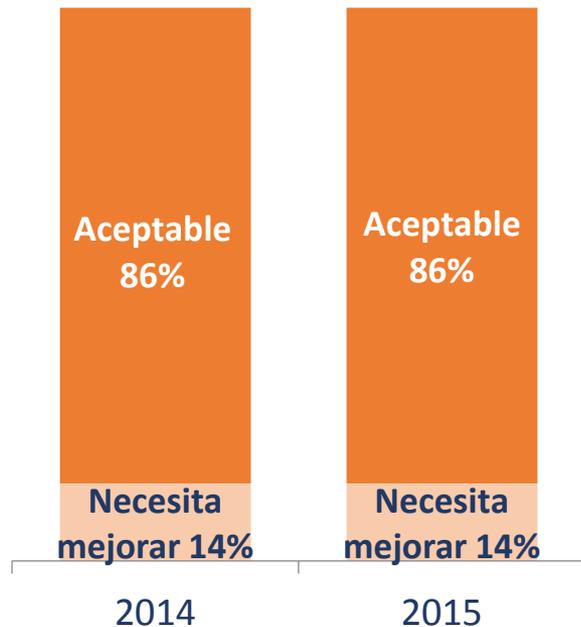
Resultados



70% de los estudiantes necesita mejorar su flexibilidad.

4. Resistencia aeróbica y rendimiento cardiovascular: test de Cafra

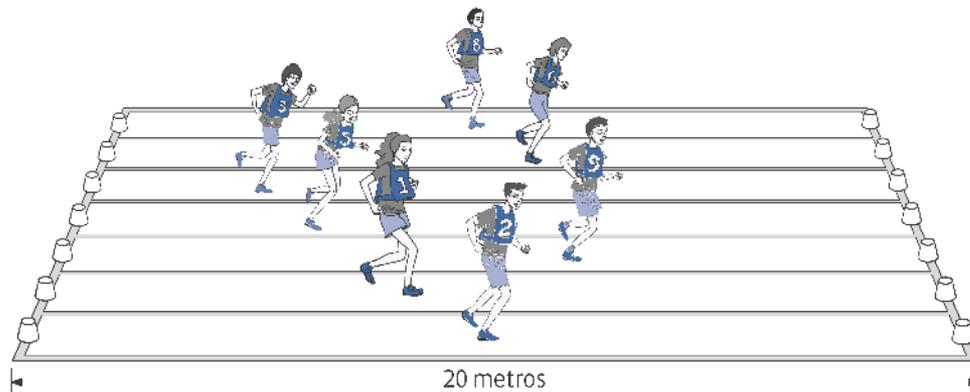
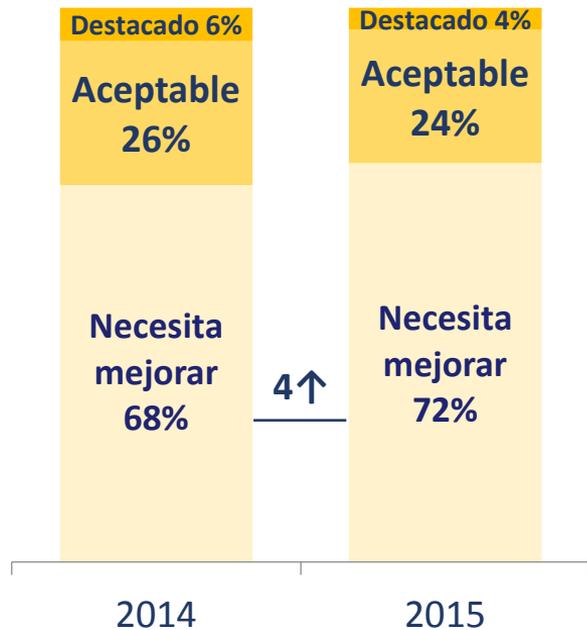
Resultados



**A partir de estos resultados,
14% de los estudiantes no rindió test de Navette.**

5. Potencia aeróbica máxima: test de Navette

Resultados



72% de los estudiantes necesita mejorar su potencia aeróbica.

Principales resultados

45% de los estudiantes presenta exceso de peso.

Más de un 90% de los estudiantes necesita mejorar su fuerza de brazos.

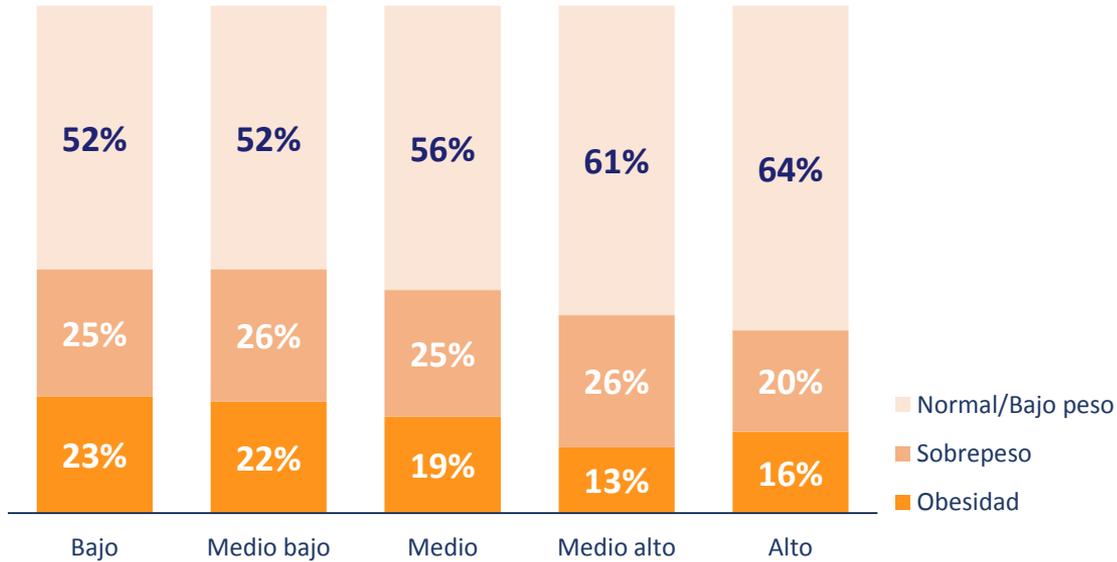
Más de un 70% de los estudiantes necesita mejorar su potencia aeróbica.

Los resultados son más bajos que el año anterior.



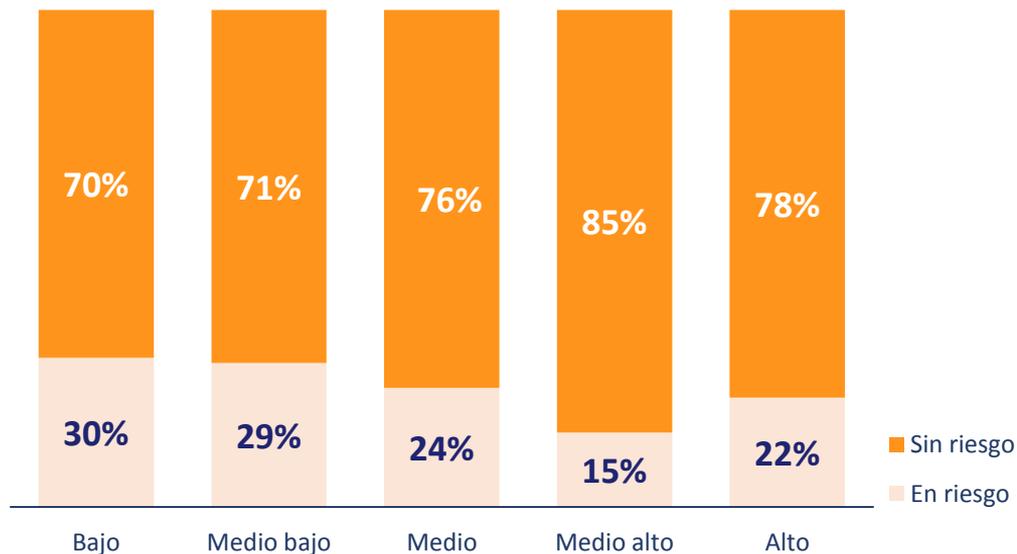
Resultados según grupo socioeconómico (GSE)

Antropometría: Índice de Masa Corporal



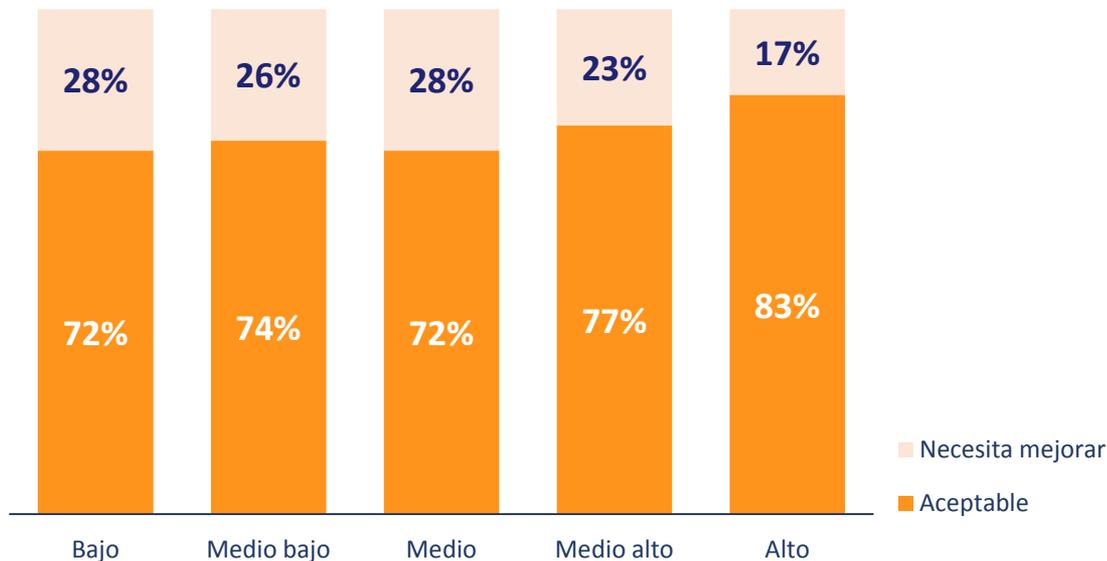
El sobrepeso y la obesidad están presentes en todos los grupos, más allá de las diferencias observadas.

Antropometría: Perímetro de cintura - estatura



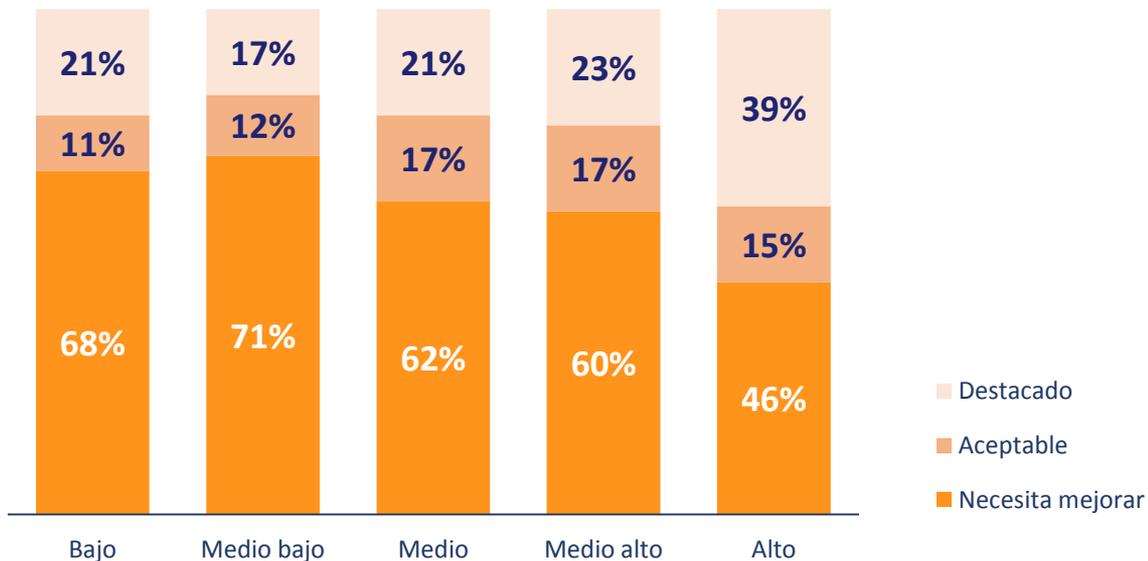
El riesgo cardiovascular y metabólico también está presente en todos los grupos socioeconómicos.

Rendimiento muscular: Abdominales cortos (resistencia muscular)



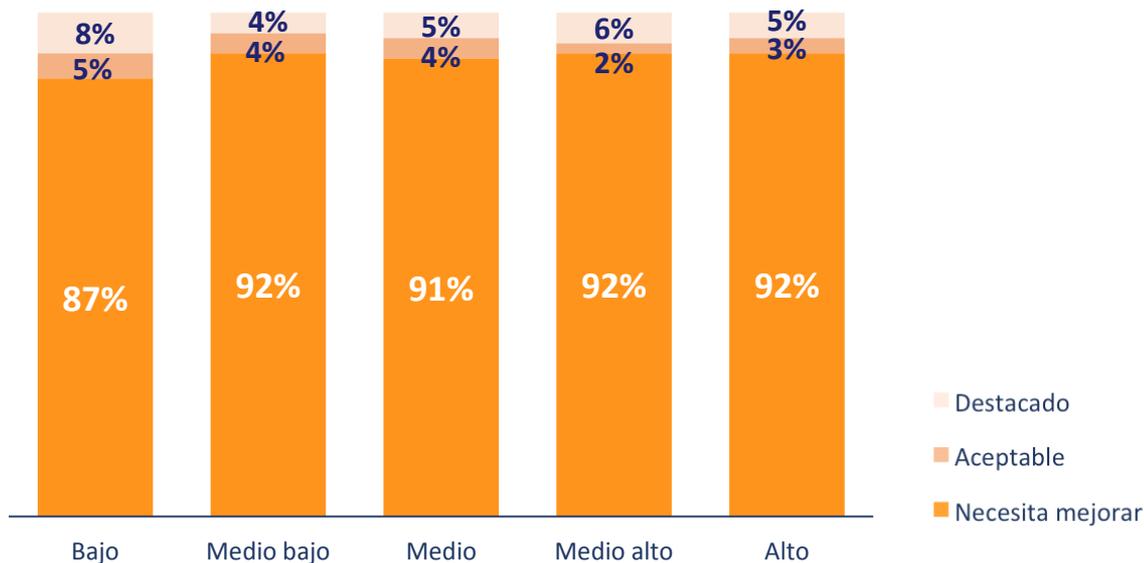
En todos los grupos socioeconómicos, los estudiantes necesitan mejorar su resistencia muscular.

Rendimiento muscular: Salto largo a pies juntos (fuerza muscular)



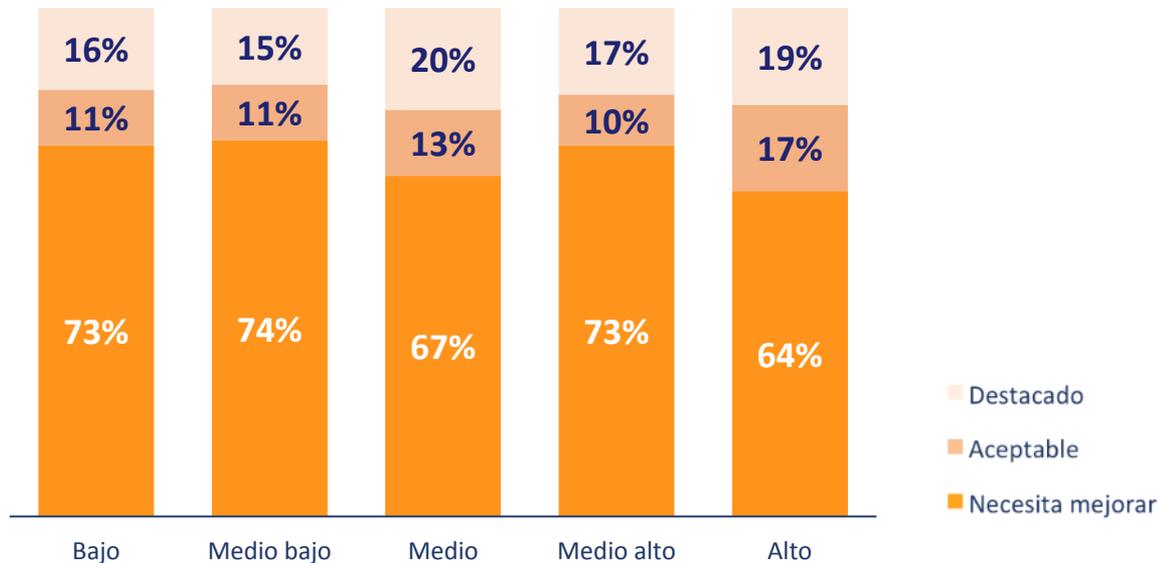
Existen diferencias marcadas en la fuerza de piernas entre los estudiantes de los grupos socioeconómicos bajo, medio bajo y alto.

Rendimiento muscular: Flexo-extensión de codos (fuerza muscular)



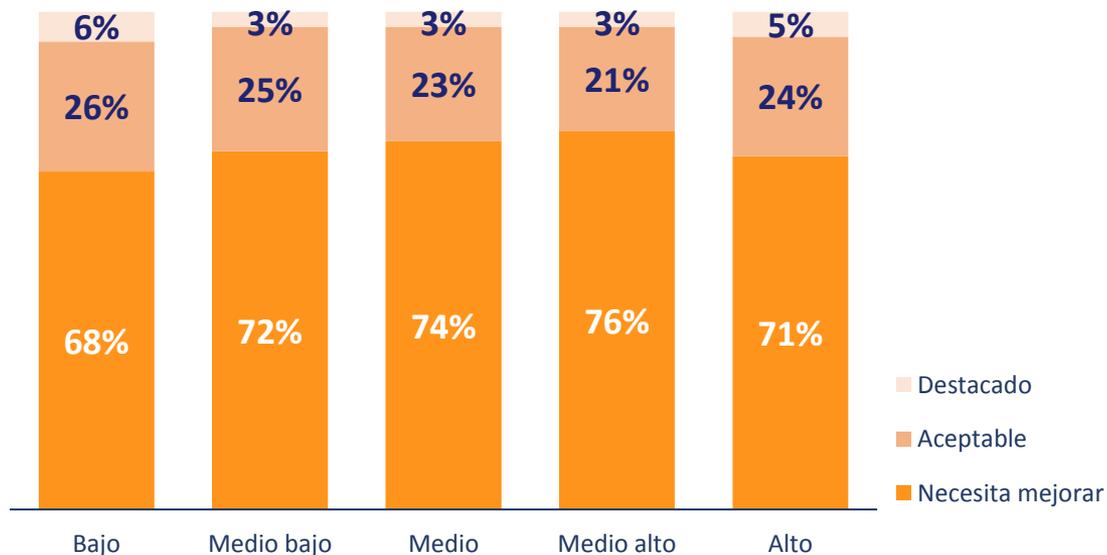
La mayoría de los estudiantes necesita mejorar su fuerza de brazos en los distintos grupos socioeconómicos.

Flexibilidad: Flexión de tronco adelante



Existen marcadas diferencias en flexibilidad en el rendimiento de los estudiantes del grupo alto en comparación con los otros grupos.

Potencia aeróbica máxima: Test de Navette



La mayoría de los estudiantes necesita mejorar su potencia aeróbica en los distintos grupos socioeconómicos.

Síntesis de resultados por GSE

- Los estudiantes de todos los grupos deben mejorar su condición física, sobre todo su fuerza de brazos y potencia aeróbica.
- Existen diferencias entre los resultados de los estudiantes de distintos grupos socioeconómicos, especialmente en flexibilidad y fuerza de piernas.





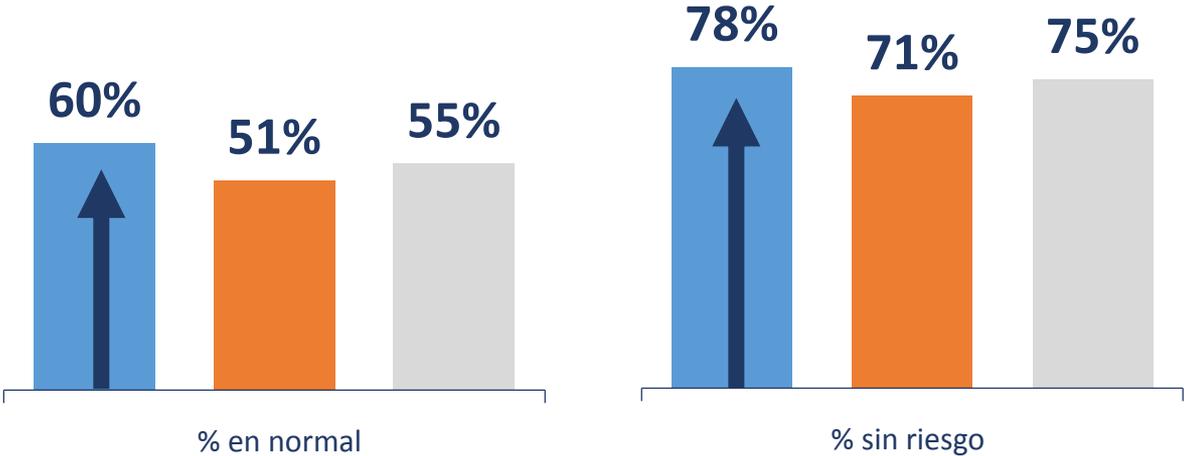
Resultados según Género

Porcentaje de estudiantes con resultados satisfactorios: Antropometría



Índice de masa corporal

Perímetro de cintura-estatura



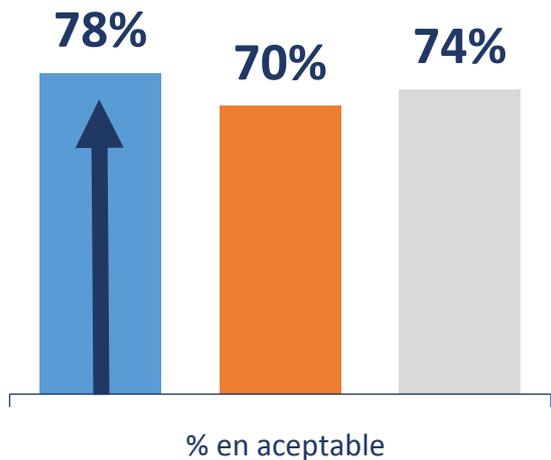
■ Hombre ■ Mujer ■ Total

↑ Género con mayor rendimiento

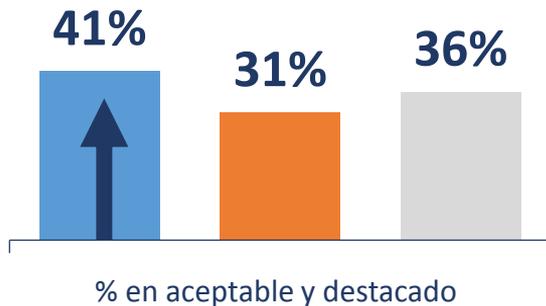


Porcentaje de estudiantes con resultados satisfactorios: Rendimiento muscular

Abdominales cortos



Salto largo a pies juntos



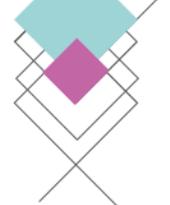
Flexo-extensión de codos



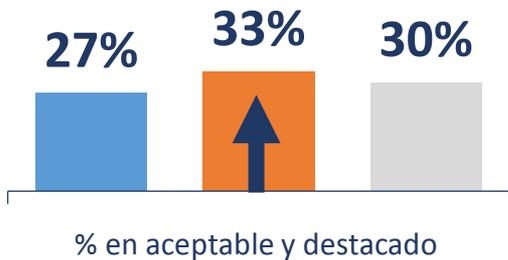
■ Hombre ■ Mujer ■ Total

↑ Género con mayor rendimiento

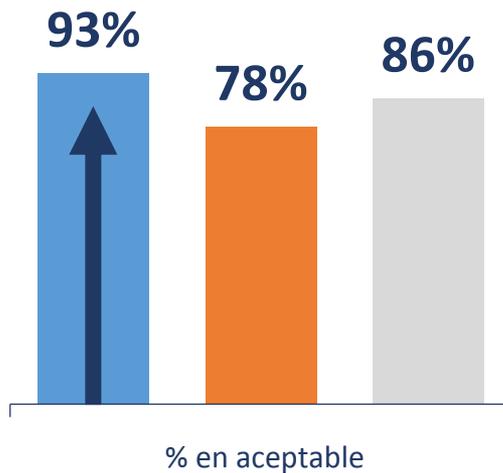
Porcentaje de estudiantes con resultados satisfactorios



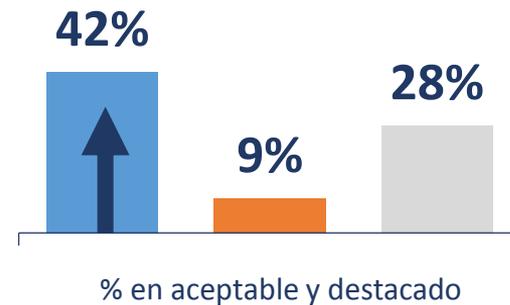
Flexión de tronco adelante



Test de Cafra



Test de Navette



■ Hombre ■ Mujer ■ Total

↑ Género con mayor rendimiento



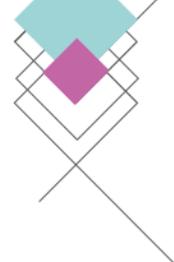
Síntesis de resultados por Género



- Los hombres tienen mejor rendimiento que las mujeres en todas las pruebas, excepto en la prueba de flexibilidad.
- Se mantuvo la misma tendencia que el año anterior, a favor de los hombres.
- Los resultados de las mujeres son más preocupantes que los de los hombres.



IV. Factores asociados a resultados



**Autovaloración
para la
actividad física**

**Actividad
física fuera
de la escuela**

**Hábitos de vida
activa y fomento
desde la escuela**

**Participación
en actividades
físicas ofrecidas
por la escuela**



La escuela con altos logros en estos 4 aspectos, presenta un **23% más de estudiantes** con resultados satisfactorios en las pruebas que miden la capacidad aeróbica.





V. Orientaciones para el sistema educativo

Orientaciones para el sistema educativo



Directores

Facilitar las condiciones para promover la vida activa en las escuelas.

Fomentar el uso y acceso adecuado de los espacios para la actividad física y el deporte.



Docentes

Implementar instancias que favorezcan la actividad física en todas las asignaturas y niveles educativos.

Fomentar hábitos de vida saludable y promover el autocuidado.



Familia y apoderados

Fomentar e instaurar una alimentación sana y equilibrada en sus hogares.

Fomentar la vida activa familiar utilizando los espacios públicos disponibles.



Política pública

Asegurar espacios e infraestructura inclusivos para el aumento de la actividad física y el deporte en escuelas y su entorno.

Proporcionar equipamiento para actividad física en barrios y comunas.



La invitación es seguir avanzando en el desarrollo integral de nuestras niñas, niños y jóvenes.



600 600 2626, opción 7
@agenciaeduca
facebook/Agenciaeducacion
contacto@agenciaeducacion.cl
www.agenciaeducacion.cl

