



ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE SALUD PÚBLICA
CARRERA DE PROMOCIÓN Y CUIDADOS PARA LA SALUD

**“CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS SOBRE HABILIDADES PARA
LA VIDA EN ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA
SULTANA DE LOS ANDES”. 2019**

TRABAJO DE TITULACIÓN:
TIPO: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Presentado para optar al cado académico de:
LICENCIADA EN PROMOCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD

AUTORA: DERLY SOLANGE ARIAS ARIAS
DIRECTORA: MSc. MARIA DE LOURDES MUQUINCHE USCA

Riobamba- Ecuador

2020

©2020, Derly Solange Arias Arias

Se autoriza la reproducción total o parcial, con fines académicos, por cualquier medio o procedimiento, incluyendo la cita bibliográfica del documento, siempre y cuando se reconozca el Derecho de Autor.

Yo Derly Solange Arias Arias declaro que el presente trabajo de titulación es de mi autoría y los resultados del mismo son auténticos.

Como autora asumo la responsabilidad legal y académica de las ideas, doctrinas y resultados expuestos en esta Tesis y el patrimonio intelectual de la Tesis de Grado pertenece a la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo.

Riobamba, 14 de Enero de 2020

Derly Solange Arias Arias

C.C: 060387990-9

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE SALUD PÚBLICA
CARRERA DE PROMOCIÓN Y CUIDADOS PARA LA SALUD

El tribunal del trabajo de titulación certifica que: El trabajo de investigación descriptivo: **“CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS SOBRE HABILIDADES PARA LA VIDA EN ESTUDIANTES DE SÉPTIMO AÑO DE LA UNIDAD EDUCATIVA “SULTANA DE LOS ANDES”. 2019**, de responsabilidad de la señorita DERLY SOANGE ARIAS ARIAS, ha sido minuciosamente revisado por los Miembros del Tribunal del Trabajo de Titulación, quedando autorizada su presentación.

FIRMA

FECHA

Dra. Silvia Patricia Veloz Miño
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL



10/01/2020

MSc. Maria de Lourdes Muquinche Usca,
DIRECTOR/A DEL TRABAJO DE TITULACION



10/01/2020

Lic. Glenis Florangel López Proaño
MIEMBRO DE TRIBUNAL



10/01/2020

DEDICATORIA

Este trabajo está dedicado en primer lugar a Dios, por brindarme esta oportunidad en la vida para poder ayudar a la gente que lo necesita.

A mi familia por darme todo su amor y el apoyo incondicional, la cual es mi inspiración de superación personal y profesional ya que me han enseñado que hay que trabajar duro para seguir adelante y ser alguien en la vida.

Derly Solange Arias Arias

AGRADECIMIENTO

Deseo expresar mi más sincero agradecimiento a la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo y la Escuela de Educación Para la Salud, por la colaboración y asesoría personal en la elaboración de mi Tesis a la Dra. María Muquinche y a la Lic. Glenis López para poder culminar esta meta tan importante en esta Institución.

A los docentes que han compartido sus experiencias y conocimientos, formándonos con un espíritu humanístico y con una verdadera y buena ética, para surgir como grandes profesionales.

Derly Solange Arias Arias

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
ÍNDICE GENERAL	vii
ÍNDICE DE TABLAS.....	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xi
ÍNDICE DE ANEXOS	xiii
RESUMEN.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
INTRODUCCIÓN	1
OBJETIVOS.....	3
CAPÍTULO I	
1. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL.....	4
1.1 Bases teóricas	4
1.2.1 <i>Habilidades de la vida</i>	4
1.2.2 <i>Empatía</i>	4
1.2.3 <i>Conocerte a ti Mismo</i>	5
1.2.4 <i>Relaciones Interpersonales</i>	5
1.2.5 <i>Comunicación Asertiva Y/O Toma de Decisiones</i>	5
1.2.6 <i>Pensamiento Crítico</i>	5
1.2.7 <i>Manejo de Sentimientos y Emociones</i>	5
1.2.8 <i>Implementación del programa de habilidades para la Vida.</i>	6
1.2.9 <i>Violencia</i>	6
1.1.9.1 <i>Tipos de Violencia</i>	6
1.1.9.2 <i>Violencia de Género</i>	7
1.2.10 <i>Bullying</i>	7
1.2.11 <i>Efectos del alcohol, tabaco, y del uso de drogas</i>	8
1.2.12 <i>Salud sexual</i>	8
1.2.13 <i>Derechos Sexuales y Reproductivos</i>	8
CAPÍTULO II	
2. MARCO METODOLÓGICO	10
2.1 Metodología.....	10
2.1.1 <i>Localización y temporalización</i>	10
2.2 Variables.....	10
2.2.1 <i>Identificación</i>	10

2.2.2	<i>Definición</i>	10
2.3	Tipo de la investigación	11
2.3.1	<i>Operacionalización de Variables</i>	11
2.4	Universo y Muestra	15
2.4.1	<i>Universo</i>	15
2.4.2	<i>Selección del tamaño muestral</i>	15
2.4.3	<i>Selección de la muestra</i>	16
2.5	Técnica de recolección de datos	16
2.5.1	<i>Recolección de Datos</i>	16
2.5.2	<i>Diseño de la Propuesta Educativa</i>	16

CAPÍTULO III

3.	MARCO DE RESULTADOS	18
3.1	Características socio-demográficas	18

CAPÍTULO IV

4.	PROPUESTA	37
4.1	Datos informativos	37
4.2	Justificación	37
4.3	Objetivos	38
4.3.1	<i>General</i>	38
4.3.2	<i>Específicos</i>	38
4.4	RECURSOS	39
	CONCLUSIONES	50
	RECOMENDACIONES	51

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1-3: Programa de habilidades para la vida	6
Tabla 2-3: Operacionalización de variables	11
Tabla 3-3: Distribución por sexo de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	18
Tabla 4-3: Distribución por edad de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	19
Tabla 5-3: Distribución por etnia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	20
Tabla 6-3: Distribución por zona de procedencia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	21
Tabla 7-3: Distribución por tipo de convivencia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	22
Tabla 8-3: Conocimientos sobre habilidades para la vida de los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	23
Tabla 9-3: Estudiantes que hacen amigos con facilidad de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	24
Tabla 10-3: Estudiantes que identifican cuando se sienten alegres, tristes, con miedo o con iras de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	25
Tabla 11-3: Percepción sobre las consecuencias que pueden tener si acceden a pelear de los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	26
Tabla 12-3: Estudiantes que ante un problema buscan una solución de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	27
Tabla 13-3: Estudiantes que escuchan con atención a las demás personas de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	28
Tabla 14-3: Estudiantes que practican un deporte para calmarse cuando están molestos de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	29
Tabla 15-3: Deportes que usualmente practican los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	30
Tabla 16-3: Estudiantes que acceden a la presión de sus amigos de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	31
Tabla 17-3: Acciones a la que ceden los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	32
Tabla 18-3: Estudiantes que usan gestos groseros cuando no están de acuerdo con alguien de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	33

Tabla 19-3: Estudiantes que escuchan las razones de la otra persona que no está de acuerdo con él o ella de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	34
Tabla 20-3: Estudiantes que acostumbran ofrecer disculpas cuando les hacen notar que se han equivocado de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	35
Tabla 21-4: Recursos	39
Tabla 22-4: Plan de acción.....	40
Tabla 23-4: Plan de clase N° 1	42
Tabla 24-4: Plan de clase n° 2.....	43
Tabla 25-4: Plan de clase n° 3.....	44
Tabla 26-4: Plan de clase n° 4.....	45
Tabla 27-4: Plan de clase n° 5.....	46
Tabla 28-4: Plan de clase n° 6.....	47

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1-3: Distribución por Sexo de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	18
Gráfico 2-3: Distribución por Edad de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	19
Gráfico 3-3: Distribución por Etnia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	20
Gráfico 4-3: Distribución por zona de procedencia de los estudiantes de séptimo años de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes” 2019.....	21
Gráfico 5-3: Distribución por tipo de convivencia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019.....	22
Gráfico 6-3: Conocimientos sobre habilidades para la vida pregunta 7 a la 14 de los estudiantes de los estudiantes de la Unidad Educativa Sultana de los Andes. 2019.....	23
Gráfico 7-3: Estudiantes que hacen amigos con facilidad de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”. 2019	24
Gráfico 8-3: Estudiantes que identifican cuando se sienten alegres, tristes, con miedo o con iras de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”. 2019	25
Gráfico 9-3: Percepción sobre las consecuencias que puedes tener si acceden a pelear de los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	26
Gráfico 10-3: Estudiantes que ante un problema buscan una solución de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	27
Gráfico 11-3: Estudiantes que escuchan con atención a las demás personas de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	28
Gráfico 12-3: Estudiantes que practican un deporte para calmarse cuando están molestos de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019.....	29
Gráfico 13-3: Deportes que usualmente practican los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	30
Gráfico 14-3: Estudiantes que acceden a la presión de sus amigos de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	31
Gráfico 15-3: Acciones a la que ceden los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019.....	32
Gráfico 16-3: Estudiantes que usan gestos groseros cuando no están de acuerdo con alguien de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019	33
Gráfico 17-3: Estudiantes que escuchan las razones de la otra persona que no está de acuerdo con él o ella de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019.....	34

Gráfico 18 -3: Estudiantes que acostumbran ofrecer disculpas cuando les hacen notar que se han equivocado de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019 35

ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO A: ENCUESTA

ANEXO B: GUÍA DE VALIDACIÓN

RESUMEN

El presente trabajo de titulación tuvo como objetivo diagnosticar los conocimientos y prácticas sobre habilidades para la vida en los alumnos del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes” del Cantón Cumandá, perteneciente a la provincia de Chimborazo. El tamaño de muestra fue de 78 estudiantes; la presente investigación fue de tipo descriptivo de corte transversal. Mediante la aplicación de una encuesta se pudo medir varias características: sociodemográficas, conocimientos y prácticas sobre habilidades para la vida; para de esta manera poder diseñar una propuesta educativa sobre habilidades para la vida para los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”. A través de la encuesta que se aplicó a los estudiantes de séptimo año, se determinó que los estudiantes se encuentran en una edad entre 11 a 13 años de edad, el 67 % de los estudiantes pertenecieron a la zona urbana y el 33% al rural, sabemos también que 50 estudiantes viven con sus padres, 23 solamente con su madre, 2 solamente con su padre. Cabe recalcar que el 67% de los estudiantes poseen conocimientos básicos de habilidades para la vida como: significados básicos sobre que es empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales. En cuanto a las prácticas se detectó que un 55% de 78 estudiantes hacen amigos con facilidad, un 69% se dan cuenta cuando se sienten enojados, tristes, felices, un 65% busca soluciones ante un problema, 63% de los estudiantes ceden a la presión de sus amigos como por ejemplo a ser solidarios con sus pares, realizar tareas a tiempo. Se concluye que se debe fortalecer y mantener los conocimientos y prácticas que poseen los estudiantes de la Unidad Educativa con el único fin de que a futuro puedan mejorar su estilo de vida.

Palabras clave: <HABILIDADES PARA LA VIDA>, <EMPATÍA>, <PRÁCTICAS CONDUCTUAL>, <PRE-ADOLESCENTES>, <PROPUESTA EDUCATIVA>, <CHIMBORAZO (PROVINCIA)>



ABSTRACT

This degree work present aimed to diagnose knowledge and practices on Life Skills in the seventh year students of the Educational Unit “Sultana de los Andes” of Cumanda Canton, belonging to the Chimborazo Province. The sample size was 78 students; the present investigation was descriptive of cross-sectional type. By the application of a survey, several characteristics could be measured: sociodemographic, knowledge and practices on life skills; for this way to be able to design an educational proposal about life skills for the students of the Educational Unit “Sultana de los Andes”. Through the survey that was applied to seventh year students, it was determined that the students were between 11 and 13 years old, 67% of the students belonging to the urban area and 33% to the rural, we also know that 50 students live with their parents, 23 only with their mother, 2 only with their father. It should be emphasized that 67% of students have basic knowledge of life skills such as: basic meanings about empathy, assertive communication, and interpersonal relationships. As for the practices it was detected that 55% of 78 students make friends easily, a 69 realize when they feel angry, sad, happy, 65% seek solutions before a problema, 63% of students give in to the pressure of their friends as for example to be solidarity with their peers, perform tasks on time. It is concluded that the knowledge and practices of the students of the Educational Unit must be strengthened and maintained with the sole purpose of improving their lifestyle.

KEYWORDS: <SKILLS FOR LIFE>, <EMPATHY>, <BEHAVIORAL PRACTICES>, <PRE-ADOLESCENTES>, <EDUCATIONAL PROPOSAL>, <CHIMBORAZO (PROVINCE)>



INTRODUCCIÓN

América latina y el Caribe poseen la segunda tasa más alta de embarazos en adolescentes en el mundo, por lo cual es importante analizar y conocer los factores que afectan a la población para que este problema social se desarrolle en gran impacto; otra problemática que enfrenta es el alcoholismo ya que según la Organización Mundial de Salud -OMS la ingesta de alcohol en américa latina actualmente es de 8 litros pero en el 2025 será de 8.4 litros. (OMS/INEC/ Ministerio de Salud, 2018)

En el Ecuador en los últimos 10 años hemos registrado partos en adolescentes entre 10 y 14 años, lo que lo ha convertido en el tercer país con la tasa más alta de embarazados de adolescentes en la región. (Instituto Nacional de Estadística y Censo , 2010) Según un estudio realizado en el 2018 por el Plan Nacional de Salud Sexual y Reproductiva del Ecuador el 7% de los pre-adolescentes inician su actividad sexual antes de los 15 años según la Ministra de Inclusión Económica Social Berenice Cordero (Pública FM, 2017) lo cual desemboca en embarazos prematuros, teniendo como consecuencias, abortos, traumas emocionales y psicológicos, conductas inadecuadas en el entorno, con respecto al alcoholismo el Ecuador está en noveno puesto en América latina, teniendo presente que la edad con mayor incidencia en consumo de alcohol es de 19 a 25 años, haciendo referencia que empiezan a ingerir alcohol ya desde los 12 años. (Diario el Telegrafo , 2019).

Con respecto al consumo de alcohol los efectos más comunes son relacionados con violencia sean riñas callejeras, familiares, muertes en las vías es una de las principales causas de mortalidad en el ecuador bajo los efectos del alcohol. (Braganza, 2017)

Dentro del ámbito estudiantil estas acciones pueden desencadenar actitudes negativas, haciendo que sus pares normalicen estas actitudes. Es por ello la importancia de la ejecución de programas dirigidos a fortalecer las habilidades para la vida desde la infancia ya que esta aplicada correctamente los niños desarrollaran tres habilidades fundamentales que los ayudaran a tener control sobre sus propias vidas de manera responsable, evitando la toma de malas decisiones que pueden afectar a su salud física, mental y emocional teniendo así una adolescencia plena. (Cordero, 2018).

El presente trabajo investigativo pretende recolectar información sobre que conocimientos poseen los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”, grupo seleccionado para determinar sus conocimientos y prácticas en habilidades para la vida y así poder trabajar en sus debilidades y fortalecer sus habilidades logrando así en los estudiantes

busquen generar conciencia social a fin de que puedan tener un total empoderamiento de su salud mental, física y emocional, mediante la toma de decisiones adecuadas que mejoren su calidad y esperanza de vida, logrando también un ambiente armonioso, donde se respeten los derechos de todos.

El Capítulo I se referencia la teoría necesaria para realizar la presente investigación, varios conceptos sobre Habilidades para la Vida, en el Capítulo II y III, se describe la metodología utilizada para la investigación mediante una encuesta, los resultados de la misma que no serán utilizados para otros fines que no sean de la investigación, en el Capítulo IV, tenemos el diseño de la propuesta educativa sobre habilidades para la vida, conclusiones y recomendaciones.

OBJETIVOS

Objetivo General

Determinar los conocimientos y prácticas sobre habilidades para la vida que poseen los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes” del año lectivo 2019-2020.

Objetivos Específicos

- Identificar las características sociodemográficas de los estudiantes.
- Determinar el nivel de conocimiento sobre habilidades para la vida que tienen los estudiantes.
- Establecer las prácticas sobre habilidades para la vida que tienen de los estudiantes.
- Diseñar una propuesta educativa sobre habilidades para la vida orientada al grupo de investigación de la Unidad Educativa Sultana de los Andes.

CAPÍTULO I

1. MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

1.1 Bases teóricas

1.2.1 *Habilidades de la vida*

Las habilidades para la vida son las destrezas que los seres humanos desarrollamos para poder afrontar de manera competente a cualquier adversidad que se pueda presentar a lo largo de la vida; teniendo así un control de sus acciones.

Según la Organización Mundial de Salud – OMS divide a las habilidades para la vida en tres componentes que son:

- 1.- Habilidades Sociales e Interpersonales donde se trata la comunicación asertiva, el manejo adecuado al sentimiento del rechazo, la negociación, la cooperación, la empatía, y tener relaciones interpersonales sanas.
- 2.- Habilidades Cognitivas tenemos el pensamiento crítico, la toma de decisiones, buscar soluciones a los problemas, autoevaluación y clarificación de valores.
- 3.- Habilidades para manejar emociones como control del estrés, auto concepto, control de sus propias emociones.

1.2.2 *Empatía*

Es la capacidad que tiene el ser humano para entender las emociones de los demás tratando de ponerse en el lugar del otro generando así preocupación, y la capacidad de querer ayudar al otro. (M. A., 1980).

1.2.3 *Conocerte a ti Mismo*

Es la habilidad que tienes tu para conocer tus fortalezas, debilidades; a partir de esto podrás saber en que debes mejorar para perfeccionarnos a nosotros mismos. (Coelho, 2010), (Escobar, 2017)

1.2.4 *Relaciones Interpersonales*

Tener relaciones interpersonales sanas nos referimos a la facilidad que tenemos de relacionarnos con otras personas sin tener que cambiar nuestra esencia y respetando las ideas y gustos de los demás en cada uno d los entornos en los que nos encontremos ya sea con familia, amigos, vecinos, etc. (company, 2006).

1.2.5 *Comunicación Asertiva Y/O Toma de Decisiones*

Esta habilidad consiste en tener la destreza de decir lo que sentimos, pensamos y deseamos con delicadeza, respetando nuestros derechos y la de los demás. (Coehlo, 2019).

1.2.6 *Pensamiento Crítico*

El pensamiento crítico es ver de una manera objetiva toda la información que nos llegue ya sea de charlas, ferias, noticia, conversaciones dentro de nuestro ámbito familiar o amigos. (Raffino, 2019).

1.2.7 *Manejo de Sentimientos y Emociones*

Manejar nuestras emociones es saber que situaciones nos afectan y si logramos proceder de una manera tranquila o con reacciones nocivas para nosotros o para nuestro entorno. (Mestre, 2008).

1.2.8 Implementación del programa de habilidades para la Vida.

Tabla 1-3: Programa de habilidades para la vida

Áreas específicas de contenido	Prevención de la violencia/ resolución de problemas	
		- Violencia, tipos de violencia. - Bullying.
	Alcohol, tabaco y uso de otras sustancias	-Efectos del alcohol, tabaco, y del uso de drogas. - Situaciones potenciales para recibir una oferta de drogas.
	Relaciones Interpersonales	-Amistad -Noviazgo -Relaciones con los padres
	Salud Sexual y Reproductiva	-Derechos sexuales y reproductivos. -Información acerca de ITS -Métodos de control de natalidad -Localización de servicios de salud.
	Estado Físico/Nutrición	-Ejercicio -Desórdenes alimenticios - Imagen corporal.

Fuentes: MANGRULKAR, Leana; WHITMAN, Cheryl Vince; POSNER, Marc. *Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes*. Washington: OPS, 2001.

1.2.9 Violencia

Según la OMS nos dice que violencia es el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte. (Salud), 2012)

1.1.9.1 Tipos de Violencia

La violencia no solo significa dañar a una persona a nivel física, con golpes sino también existen varias formas de herir sin utilizar solo la fuerza física. La persona afectada puede ser por medio de la violencia individual, violencia grupal o la violencia de la sociedad. (Salud), 2012)

Según la forma tenemos:

Violencia Física: Es cuando una persona causa daños de manera no accidental a otra persona dejándole lesiones en su cuerpo visibles ya sea esto provocado con jalones, empujones o con algún objeto contundente. (Miguel S, 1973).

Violencia Verbal: Esta agresión es bastante común, es ocasionada cuando el agresor comienza a ofender con insultos denigrantes hacia la víctima teniendo como consecuencia una baja de autoestima, siendo esta una violación a su integridad como persona; a diferencia de la violencia física esta ocurre a puertas cerradas y es bastante difícil de detectar. (Villa, 2018).

Violencia sexual: La violencia sexual ocurre cuando una persona manipula u obliga a la víctima a mantener relaciones sexuales sin su consentimiento, teniendo como consecuencia daño psicológico, físico y emocional en la víctima. (Maston, 2005).

1.1.9.2 *Violencia de Género*

Según la definición de la ONU en el año 1995 nos dice << Todo acto de violencia sexista que tiene como resultado posible o real daño físico, sexual o psíquico, incluidas las amenazas, la coerción o la privación arbitraria de libertad, ya sea que ocurra en la vida pública o privada. >> (Yina, 2014), (Espocito, 1995)

1.2.10 *Bullying*

El Bullying que en español se traduce como “Acoso escolar” o “Intimidación”, es un comportamiento agresivo realizado por los niños y pre-adolescentes en época escolar donde agreden de manera física, verbal a sus víctimas generando inseguridad, baja autoestima, entorpecimiento en su rendimiento escolar y suicidio en casos extremos.

Por lo general inicia con agresión verbal, realizando burlas hasta desembocar en un acoso constante provocando a la víctima daños psicológicos y emocionales bastante fuertes. (Rodríguez R. , 2019).

Las características más frecuentes del bullying son:

- Se realiza ya sea por una o un grupo de personas.
- El atacante tiene complejo de superioridad, provocando la sumisión de su víctima.
- Se presenta el bullying con agresiones, amenazas, apodosos.

Las consecuencias de este comportamiento son: (García, 2015)

- Las víctimas empiezan a tener ansiedad, depresión.
- No descansan bien
- Bajo rendimiento escolar
- Se aíslan
- No desean ir a sus escuelas o colegio
- Miedo a estar solo
- Amenazas o intentos de suicidio

1.2.11 Efectos del alcohol, tabaco, y del uso de drogas

El alcoholismo es una enfermedad crónica y progresiva que ocasiona daños físicos y sociales principalmente a la persona que lo consume, esta enfermedad está relacionada con muertes violentas, accidentes de tránsito, violencia, etc.

Las consecuencias que tiene su consumo son: problemas a nivel del sistema digestivos es gastritis, hepatitis alcohólica, cirrosis hepática; también se puede producir calambres, en el sistema genitourinario puede existir atrofia testicular, además de causar cáncer al colon, recto, laringe, faringe, hígado. (Astoviza, 2019)

El tabaco es un considerado uno de los productos más nocivos para la salud, y es consumido mayormente por niños y pre-adolescentes ocasionando muertes prematuras, las consecuencias del consumo de esta es similar al del alcoholismo ya que tiene componentes bastantes cancerígenos ocasionando lesiones severas en el tracto respiratorio principalmente. (Súarez, 2015).

1.2.12 Salud sexual

La salud sexual es tener un bienestar físico, psicológico que se ve reflejado en vivir nuestra sexualidad a plenitud teniendo así una armonía personal y social, tomando en cuenta que salud sexual no solo es la ausencia de una enfermedad . (Zapata, 2016)

1.2.13 Derechos Sexuales y Reproductivos

Los derechos sexuales y reproductivos es el derecho a tener un disfrute de su sexualidad sin violencia ni discriminación, además de ser libre de decidir de manera autónoma si desea casarse, tener hijos o no. (Travaini, 2017).

Derechos sexuales y reproductivos:

1. Derecho a que respeten nuestro cuerpo en su totalidad
2. Derecho a educarnos en temas de sexualidad.
3. Derecho a explorar nuestro cuerpo y nuestra sexualidad sin tabúes.
4. Derecho a decidir si deseo o no tener hijos y cuando tenerlos.
5. Derecho a la vida; a no morir por causa de parto o del embarazo.
6. Derecho a decidir si deseo o no casarme o de formar una familia.
7. Derecho a la atención de salud
8. Derecho a decidir si quiero tener relaciones sexuales, con qué persona y con qué frecuencia
9. Derecho a vivir sin violencia, sea física, psicológica o sexual.
10. Derecho a recibir toda la información de salud sexual
11. Derecho a expresar mi sexualidad.
12. Derecho a tener mi intimidad en privacidad.

CAPÍTULO II

2. MARCO METODOLÓGICO

2.1 Metodología

2.1.1 *Localización y temporalización*

Localización: El presente estudio se realizó con los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes” del Distrito de Educación 06D03 Pallatanga- Cumandá, utilizando sus espacios de infraestructura, que se encuentra ubicado en las calles: Primera Constituyente Simón Bolívar y 9 De Octubre de la ciudad de Cumandá, Provincia de Chimborazo.

Temporalización: El tiempo de ejecución de la presente investigación comprende un período de 6 meses contemplado desde el mes de Julio 2019- Diciembre 2019.

2.2 Variables

2.2.1 *Identificación*

Características sociodemográficas

Conocimiento sobre habilidades para la vida

Identificar prácticas sobre habilidades para la vida

2.2.2 *Definición*

Características sociodemográficas: Aquí podemos recolectar la información básica de los que van a formar parte el grupo de estudio, los elementos que van a constar son los siguientes: la edad, sexo, estado civil, etnia, tipo de convivencia.

Conocimientos de Habilidades para la vida: Son los aspectos cognitivos e información que tienen los investigados sobre aspectos relacionados al asertividad con sus pares, para que los adolescentes logren las destrezas necesarias para el desarrollo humano y para enfrentar en forma

efectiva los retos de la vida diaria. Se refleja en promover a mejorar hábitos saludables en incentivar las prácticas saludables que contribuyan a una cultura amplia de conocimientos de esta forma se fortalecerá estas acciones saludables en sus actividades cotidianas buscando cambios positivos en su salud mental emocional y física pudiendo así el joven replicar sus conocimientos adquiridos a sus pares.

Prácticas en habilidades para la vida: Identificar las prácticas que asumen los pre-adolescentes al momento de compartir tiempo con sus pares es de gran utilidad en la fase de diagnóstico para nosotros poder partir desde ahí con la propuesta para fortalecer sus capacidades ya que se pretende promover el enfoque de la utilización de habilidades para la vida.

2.3 Tipo de la investigación

El presente estudio fue de carácter descriptivo de corte transversal.

2.3.1 Operacionalización de Variables

Tabla 2-3: Operacionalización de variables

VARIABLE	CATEGORIA/ESCALA	INDICADOR
Características Socio-Demográficas.	Paralelo	% de niños según su paralelo.
	- Séptimo A	
	- Séptimo B - Séptimo C	
	Edad	% de niños según su edad.
	- 10 - 13	
	Sexo	% de niños según su sexo.
	- Hombre - Mujer	
	Etnia	% de niños según su lugar de procedencia.
	- Blanco	
- Mestizo		
- Indígena - Otro		
Zona de Procedencia	% de niños según su zona	

	<ul style="list-style-type: none"> - Urbano - Rural 	de procedencia.
	Tipo de Convivencia.	% de niños según su Tipo de convivencia.
	<ul style="list-style-type: none"> - Vive con sus padres. - Vive solo con su madre - Vive solo con su padre. - Vive con sus abuelos maternos - Vive con sus abuelos paternos - Vive con otro familiar (hermanos, tíos, primos). - Otros 	
Conocimientos	¿Conoces que son habilidades para la vida?	% de estudiantes que conocen la definición de habilidades para la vida.
	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce • No conoce 	
	¿Conoce alguna habilidad para la vida?	% de estudiantes que conocen alguna habilidad para la vida.
	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce • No conoce 	
	¿Cuál de estas opciones son las habilidades para la vida?	% de estudiantes que conocen algún tipo de habilidad para la vida.
	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce • No conoce 	
	¿Qué es el pensamiento crítico?	% de estudiantes que conocen el pensamiento crítico.
	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce • No conoce 	
	¿Sabes que es la empatía?	% de estudiantes que saben que es la empatía
	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce • No conoce 	
	¿Qué crees tú que es la empatía?	% de estudiantes que conocen que es la empatía
	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce • No conoce 	
	¿Qué son las relaciones interpersonales?	% de estudiantes que conoce que son las relaciones interpersonales.
<ul style="list-style-type: none"> • Conoce • No conoce 		
¿Qué es la comunicación asertiva?	% de estudiantes que	

	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce • No conoce 	conocen que es la comunicación asertiva.
Prácticas	¿Haces amigos con facilidad?	% de estudiantes que hacen amigos con facilidad
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No • A veces 	
	¿Te das cuenta cuando te sientes alegre, triste, con miedo o con iras?	% de estudiantes que se dan cuenta cuando se sienten tristes, alegres, con miedo o con iras.
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No • A veces 	
	¿Si te buscan pelea, piensas en las consecuencias que puedes tener si accedes a pelear?	% de estudiantes piensan en las consecuencias si acceden a pelear.
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No • A veces 	
	¿Ante un problema buscas una solución?	% de estudiantes que ante un problema buscan una solución
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No • A veces 	
	¿Escuchas con atención a las demás personas?	% de estudiantes que escuchan con atención a las demás personas.
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 	
	¿Practicas algún deporte para poder calmarte cuando estás molesto?	% de estudiantes que practican ejercicio para poder calmarse cuando están molestos.
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 	
	Si tu repuesta es Sí, menciona que deporte practicas:	Porcentaje
	<ul style="list-style-type: none"> • Futbol • Básquet 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Natación • Atletismo • Danza • Otros y cuál. 	
	¿Accedes con facilidad a la presión de tus amigos?	% de estudiantes que ceden a la presión de sus amigos
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No • A veces 	
	Si tu respuesta es Sí , menciona a cuál de estas acciones acceder:	Porcentaje
	<ul style="list-style-type: none"> • Ingerir alcohol u otras drogas. • Agredir a un compañero. • Hacer los deberes a tiempo. • A fugarse de la clase. • A ser solidario con alguien que lo necesite. • Otros y cuál 	
	¿Usas gestos groseros cuando no estás de acuerdo con alguien?	% de los estudiantes que usan gestos groseros cuando no está de acuerdo con alguien.
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No • A veces 	
	¿Si alguien no está de acuerdo contigo crees tú que es importante escuchar sus razones?	% de los estudiantes que piensa que si alguien no está de acuerdo con él o ella es importante escuchar sus razones.
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 	
	Acostumbras ofrecer disculpas cuando te hacen notar que te has equivocado.	% de los estudiantes que acostumbran ofrecer disculpas cuando les hacen notar que se han equivocado.
	<ul style="list-style-type: none"> • Si • No 	

Realizado por: Arias Derly, 2019

2.4 Universo y Muestra

2.4.1 Universo

El universo estuvo constituido por 99 estudiantes de séptimo la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”- Cumandá del periodo lectivo Abril 2019- Abril 2020, legalmente matriculados.

Estudiantes de séptimo grado. Abril 2019- Abril 2020

GRADO	HOMBRES	MUJERES	TOTAL
Séptimo A	19	15	34
Séptimo B	11	22	33
Séptimo C	14	18	32
TOTAL	44	55	99

Fuente: Secretaria Estudiantil. Abril 2019 – Abril 2020

Realizado por: Arias Derly, 2019

2.4.2 Selección del tamaño muestral

El cálculo del tamaño de la muestra en quienes se aplicó la encuesta se realizó mediante la siguiente formula:

N=Universo

p= Probabilidad a favor (0.5)

q= Probabilidad en contra (0.5)

E=Error (10%) 0.05

K= Nivel de confianza (1.96)

$$n = \frac{N(p \times q)}{(N - 1) \frac{E^2}{K^2} + (p \times q)}$$

$$n = \frac{99(0.50 \times 0.50)}{(99 - 1)0.0006507 + (0.50 \times 0.50)}$$

$$n = \frac{24.75}{(0.0637686) + (0.25)}$$

$$n = 78$$

2.4.3 Selección de la muestra

Luego de obtener el tamaño de la muestra, el procedimiento para elegir a los estudiantes se realizó utilizando un muestreo probabilístico estratificado. Cada grado de la Unidad Educativa Sultana de los Andes – Cumandá un estrato, del cual se tomaron los datos de una parte representativa de cada uno de los grados de Nivel Básico, al multiplicar cada Nivel por el factor n / N , de esta manera se obtuvo el tamaño de cada estrato-

$$n / N = 78 / 99 = 0,7878$$

Estudiantes según Muestreo Estratificado por Paralelos. U.E.S.A. 2019

Paralelo Estratificado	N° de estudiantes	Factor (n / n)	Tamaño del estrato
SEPTIMO A	34	0.7878	27
SEPTIMO B	33	0.7878	26
SEPTIMO C	32	0.7878	25
TOTAL	99		78

Fuente: Secretaría Estudiantil. Abril 2019 – Abril 2020.

Realizado por: Arias Derly, 2019

2.5 Técnica de recolección de datos

2.5.1 Recolección de Datos

Previo a la aplicación del instrumento se solicitó la respectiva autorización al señor Director del Distrito 06D03 Pallatanga- Cumandá y al señor Rector de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”, para la recolección de los datos necesarios de la investigación; se realizó una encuesta la cual contó con preguntas para determinar datos socio-demográficos, el nivel de conocimientos sobre habilidades para la vida y las conductas de riesgo a través de las prácticas que tienen los pre-adolescentes para la toma de decisiones. La muestra aplicada para el estudio fue de 78 estudiantes pertenecientes a la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.

2.5.2 Diseño de la Propuesta Educativa

Para el diseño de la estrategia se utilizó el esquema propuesto por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) el mismo que consta de:

- Título

- Objetivo
- Metas
- Plan de acción
- Metodología
- Sistema de evaluación.

CAPÍTULO III

3. MARCO DE RESULTADOS

En el presente capítulo se presenta los resultados de la tabulación de los distintos datos obtenidos de las 78 encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.

3.1 Características socio-demográficas

1. Sexo al que pertenecen los estudiantes.

Tabla 3-3: Distribución por sexo de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

SEXO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Masculino	45	58%
Femenino	33	42%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

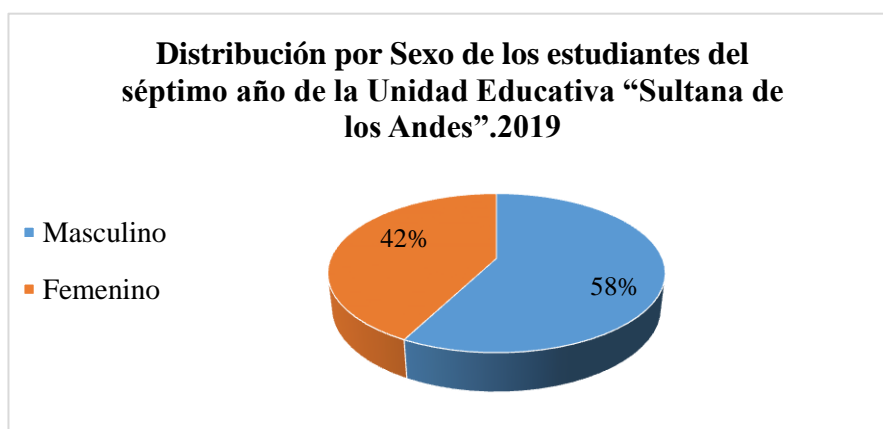


Gráfico 1-3: Distribución por Sexo de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 3-3.

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis:

Se aprecia que los estudiantes que participan en la investigación en su mayoría son de sexo masculino, con una diferencia del 16% con respecto al femenino, esta cifra no es un referente estadístico sobre la matriculación de estudiantes en el sistema educativo puesto que, es un grupo escogido al azar.

Tabla 4-3: Distribución por edad de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

EDAD	FRECUENCIA	PORCENTAJE
10	0	0%
11	36	46%
12	40	51%
OTROS	2	3%
TOTAL	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

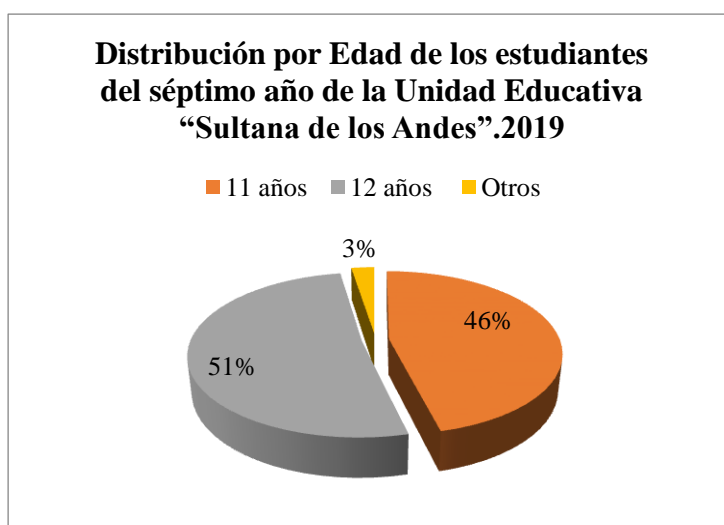


Gráfico 2-3: Distribución por Edad de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 4-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el 46% tienen la edad de 11 años, el 51% tiene una edad de 12 años y el 3% son mayores a doce años.

Tenemos que considerar que dentro de la zona rural existe mayor deserción educativa que en la zona urbana, lo que se ve reflejado en la presencia de pre-adolescentes mayores a 13 años en el grupo de investigación en séptimo año, siendo lo habitual la presencia de niños de hasta 12 años (Pizzo, 2016).

En esta etapa de desarrollo el individuo atraviesa por cambios mentales, físicos, sociales y emocionales, los que pueden afectar positiva o negativamente en el temperamento de la persona en la etapa de transición de niño a adolescente.

Tabla 5-3: Distribución por etnia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

ETNIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Blanco	13	17%
Mestizo	50	64%
Indígena	3	4%
Otros	12	15%
TOTAL	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

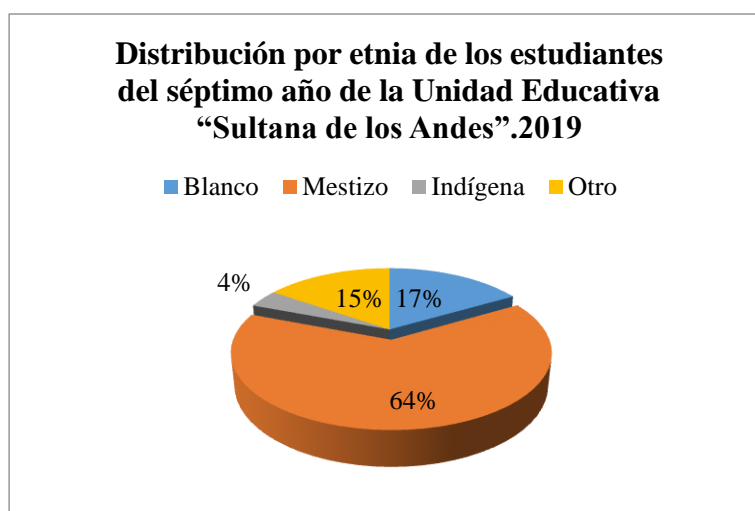


Gráfico 3-3: Distribución por Etnia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 5-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: Se observa que los resultados obtenidos sobre la distribución por etnia el 64% de los estudiantes encuestados son mestizos, el 17% se consideran blancos, el 4% indígenas y el 15% se identifican con otra etnias.

Bajo esa perspectiva, de acuerdo a los resultados oficiales del Censo de Población y Vivienda en el año 2010 en el cantón Cumandá el 86.30% de la población se auto identificaron como mestizos, el 4.03 % como blancos, el 7.44 % como indígenas, y 2.24 % de la población como de una etnia distinta (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2010) . Existiendo una relación con los datos de la encuesta.

Tabla 6-3: Distribución por zona de procedencia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

ZONA DE PROCEDENCIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Urbano	52	67%
Rural	26	33%
TOTAL	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

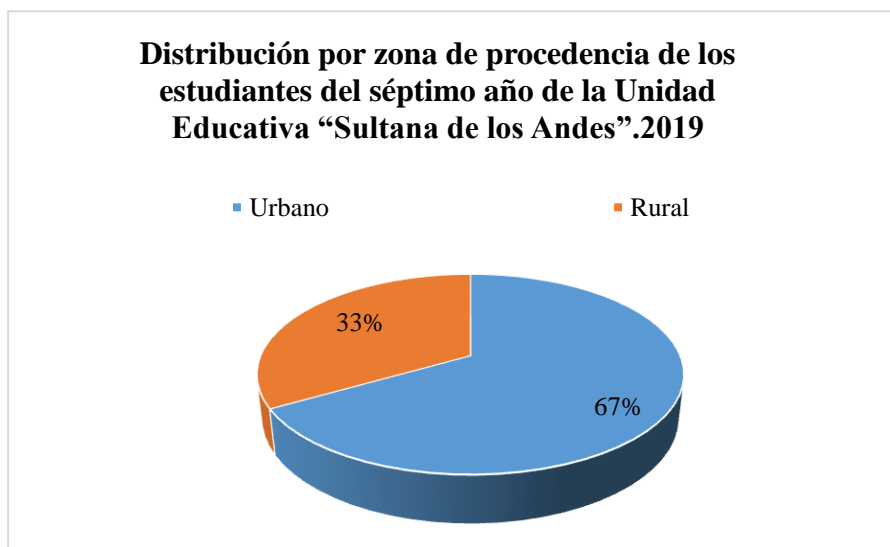


Gráfico 4-3: Distribución por zona de procedencia de los estudiantes de séptimo años de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes” 2019.

Fuente: Tabla 6-3.

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el 67% de los alumnos son de procedencia urbana y el 33% rural.

De acuerdo al (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2010) las personas del cantón Cumandá que cursaron un nivel de escolaridad y son profesionales son en su gran mayoría de la zona urbana con un 68% y el 32% pertenecen a la zona rural. Esta tendencia de ingreso al sistema educativo de los habitantes de la zona aún se mantiene al comparar con los resultados obtenidos en esta encuesta.

Tabla 7-3: Distribución por tipo de convivencia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

TIPO DE CONVIVENCIA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Vive con sus padres.	50	64%
Vive solo con su madre	23	30%
Vive solo con su padre	2	3%
Vive con sus abuelos maternos	1	1%
Vive con sus abuelos Paternos	1	1%
Vive con otros familiares	1	1%
Otros	0	0%
TOTAL	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

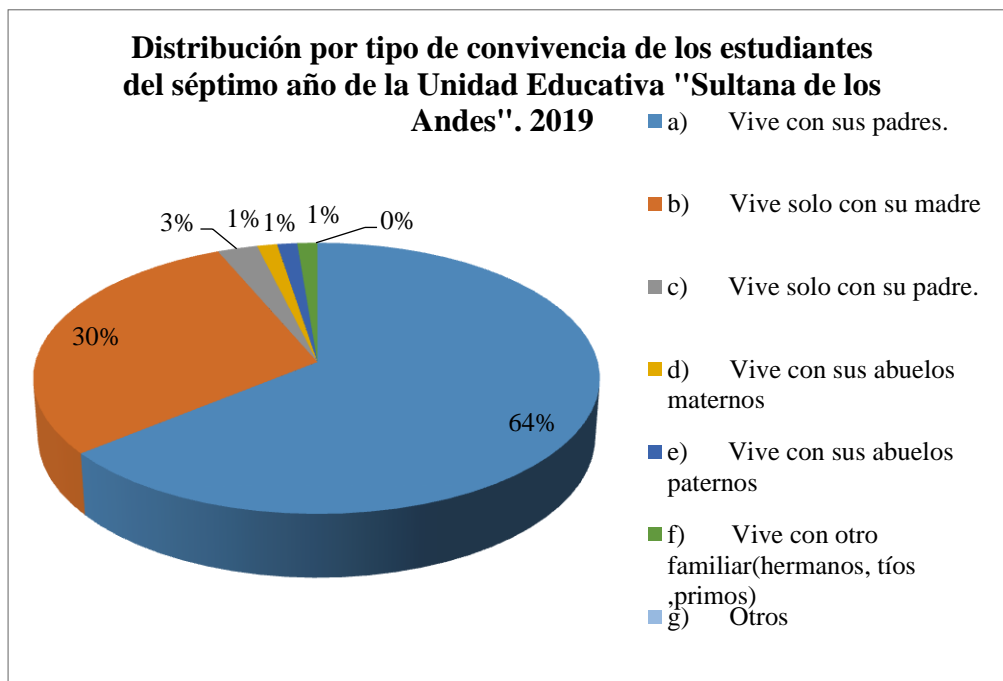


Gráfico 5-3: Distribución por tipo de convivencia de los estudiantes del séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Referencia: Tabla 7-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el 64% viven con sus padres, el 30% viven solo con su madre, el 3% viven solo con su padre, el 1% vive con sus abuelos maternos, el 1% viven con sus abuelos paternos y el 1% viven con otro.

La gran mayoría de los niños y niñas viven con sus padres, alrededor de la cuarta parte viven con su madre y otros alumnos viven con familiares. El círculo familiar de convivencia del pre-adolescente es de gran importancia porque es el primer contexto afectivo en todos los seres humanos. El papel que desempeña el padre y la madre influirá directamente en las relaciones sociales y el desempeño académico del hijo (Santiago, 2017), los padres tienen el deber de dedicar tiempo en la educación y ser un modelo de valor para los pre-adolescentes.

Tabla 8-3: Conocimientos sobre habilidades para la vida de los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Conocimientos sobre Habilidades Para la Vida	No de Estudiantes	PORCENTAJE
Si Conoce	52	67%
No Conoce	26	33%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

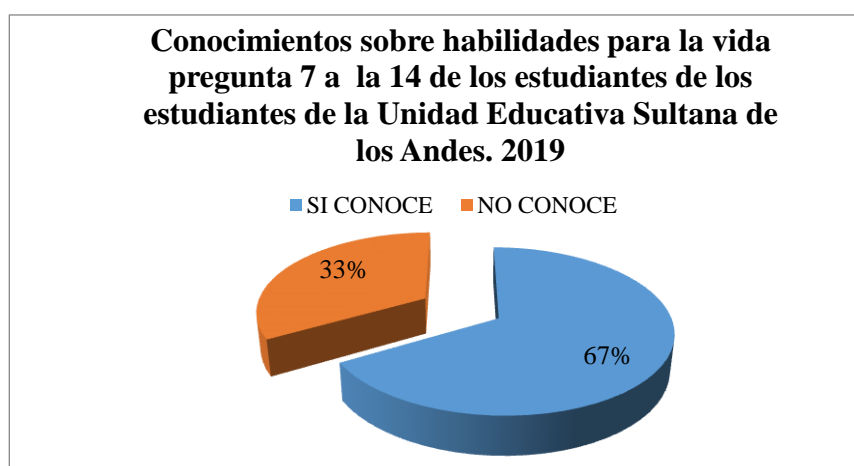


Gráfico 6-3: Conocimientos sobre habilidades para la vida pregunta 7 a la 14 de los estudiantes de los estudiantes de la Unidad Educativa Sultana de los Andes. 2019

Fuente: Tabla 8-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el 67% tienen conocimientos sobre las habilidades para la vida y el 33% no conocen.

La gran mayoría de los alumnos si conocen sobre las habilidades para la vida son iniciativas y estrategias impulsadas por la OMS y las unidades educativas que tiene como propósito prevenir enfermedades, aplicar el desarrollo vital y biológico del ser humano. Según (Martínez, 2015) mencionan que los distintos planes y aportes políticos de conocimiento de habilidades de vida son estrategias eficaces para la comunicación personal.

Tabla 9-3: Estudiantes que hacen amigos con facilidad de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

VARIABLES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	43	55%
No	8	20%
A veces	27	35%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

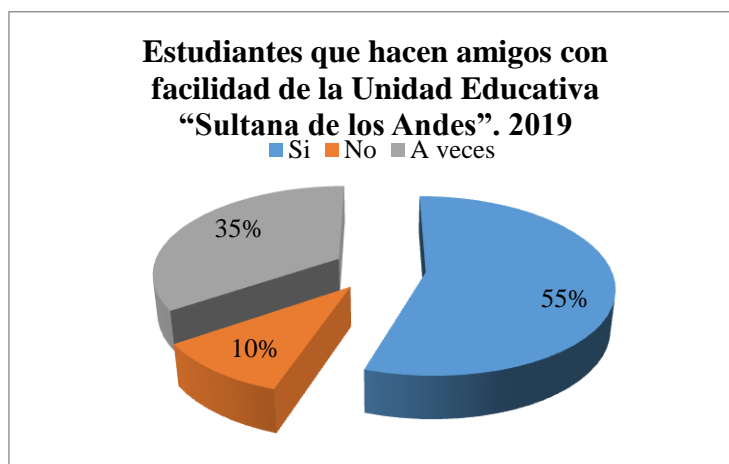


Gráfico 7-3: Estudiantes que hacen amigos con facilidad de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”. 2019

Fuente: Tabla 9-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el 55% hacen amigos con facilidad, el 35% a veces y el 10 no hacen amigos fácilmente.

Más de la mitad de los encuestados piensan que es primordial las amistades porque tener amigos es importante para alcanzar metas personales, profesionales, para la motivación personal y la reducción del estrés. Según (Martínez, 2015) dice que el ser humano es social por naturaleza. Sin embargo, en los resultados menos de la mitad de los encuestados no hacen amigos fácilmente, ya sea por su carácter introvertido o temor a ser rechazados o porque la persona se excluye voluntariamente.

Tabla 10-3: Estudiantes que identifican cuando se sienten alegres, tristes, con miedo o con iras de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	54	69%
No	10	13%
A veces	14	18%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

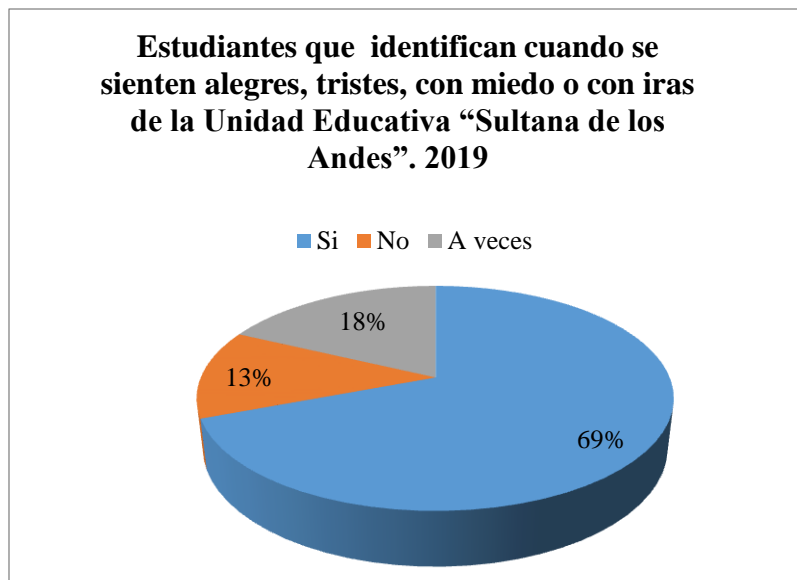


Gráfico 8-3: Estudiantes que identifican cuando se sienten alegres, tristes, con miedo o con iras de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”. 2019

Fuente: Tabla 10-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el 69% es consiente cuando se siente alegre, triste, con miedo o iras, el 13% no es consiente y el 18% a veces.

Se ha tenido como resultado relevante que más de la mitad de los encuestados están conscientes de sus distintos cambios y estado de ánimo, esto es importante porque estas emociones inciden en el índole psicológico y fisiológico los cuales son relacionados directamente con el desarrollo académico y la respuesta inmediata del estudiante a diversas situaciones Simone (El estudio psicosocial de las emociones, 2010) .

Tabla 11-3: Percepción sobre las consecuencias que pueden tener si acceden a pelear de los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

PERCEPCIÓN	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	34	72%
No	6	13%
A veces	7	15%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

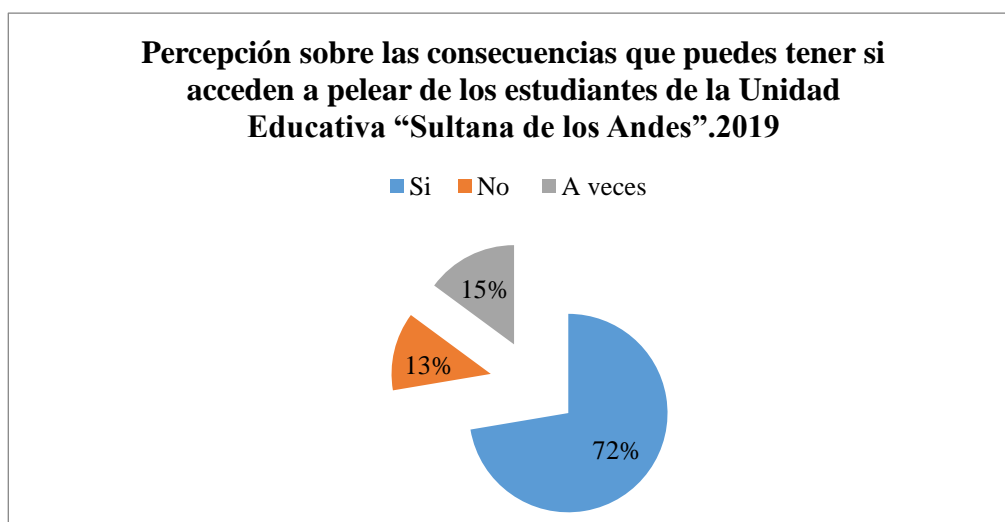


Gráfico 9-3: Percepción sobre las consecuencias que puedes tener si acceden a pelear de los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 11-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” el 72% responden que si reflexionan sobre las consecuencias que pueden tener si acceden a pelear, mientras que el 15% responde que es esporádico y el 13% se ven abocado por la violencia sin reflexiones futuras.

Por tanto, (Rodríguez R. , 2019) menciona que los conflictos que dan lugar a peleas son cuando el ser humano convive en el sitio escolar, en los hogares y a veces en espacios sociales agresivos. Bajo esta perspectiva, es muy importante que se fomente un adecuado comportamiento desde el seno de la familia, para así evitar comportamientos extremos en la adolescencia o cuando ya sea adulto.

Tabla 12-3: Estudiantes que ante un problema buscan una solución de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	51	65%
No	5	28%
A veces	22	7%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

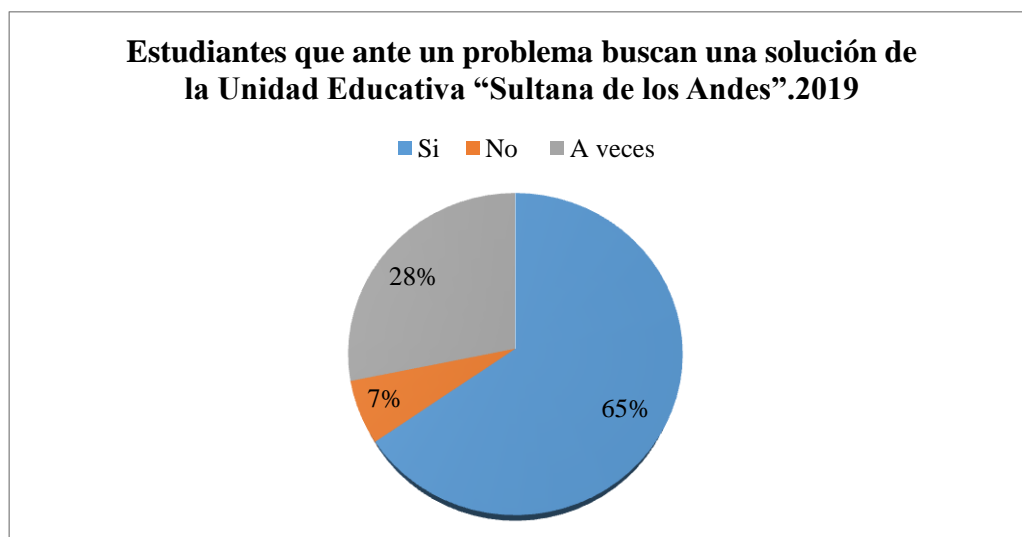


Gráfico 10-3: Estudiantes que ante un problema buscan una solución de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 12-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el 65% de los estudiantes ante un problema buscan una solución, un 28% a veces y un 7% dicen que no.

Se evidencia que más de la mitad de los encuestados buscan soluciones para resolver conflictos por ellos mismo, esta habilidad de ser empático según Álvarez (2015) se manifiesta cuando los padres inician a negociar con el niño y niña y así desarrollar esta capacidad de comprender sentimientos de los demás, concientizar de las consecuencias y generar alternativas.

Tabla 13-3: Estudiantes que escuchan con atención a las demás personas de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	63	81%
No	15	19%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

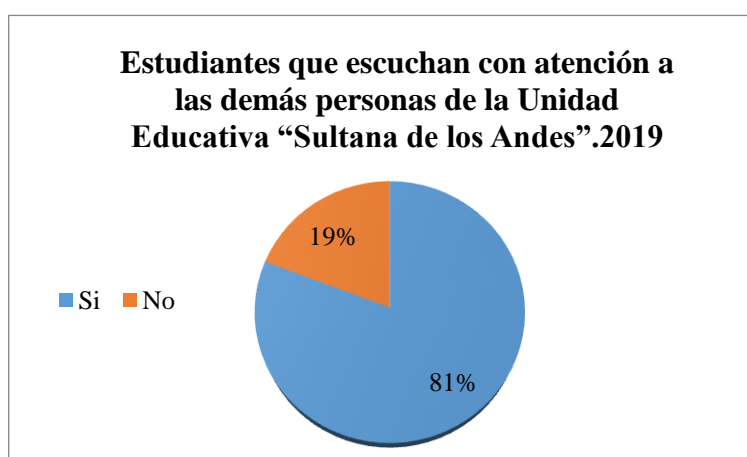


Gráfico 11-3: Estudiantes que escuchan con atención a las demás personas de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 13-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiados se aprecia que el 81% de los alumnos escuchan con atención a las demás personas y un 19% no.

Robles (2017) manifiesta que más allá de una habilidad que puede ser desarrollada desde la niñez, saber escuchar es una actitud, porque existen personas que mientras hablan los demás están pensando en otra cosa sin escuchar realmente, evitando tener una comunicación efectiva.

Tabla 14-3: Estudiantes que practican un deporte para calmarse cuando están molestos de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	63	81%
No	15	19%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019



Gráfico 12-3: Estudiantes que practican un deporte para calmarse cuando están molestos de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 14-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” mencionaron que el 81% practican un deporte para calmarse cuando están molestos y un 19% no practican ningún deporte.

Bajo esa perspectiva, según la OMS (Actividad física , 2015) destaca la importancia de realizar una actividad física como un elemento fundamental para mejorar la calidad de vida, pues el hábito del deporte tiene como objetivo disminuir el impacto de las enfermedades crónicas y evita la ansiedad.

Tabla 15-3: Deportes que usualmente practican los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

DEPORTE	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Futbol	46	73%
Básquet	4	6%
Natación	6	10%
Atletismo	1	1%
Danza	6	10%
Otros	0	0%
Total	63	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

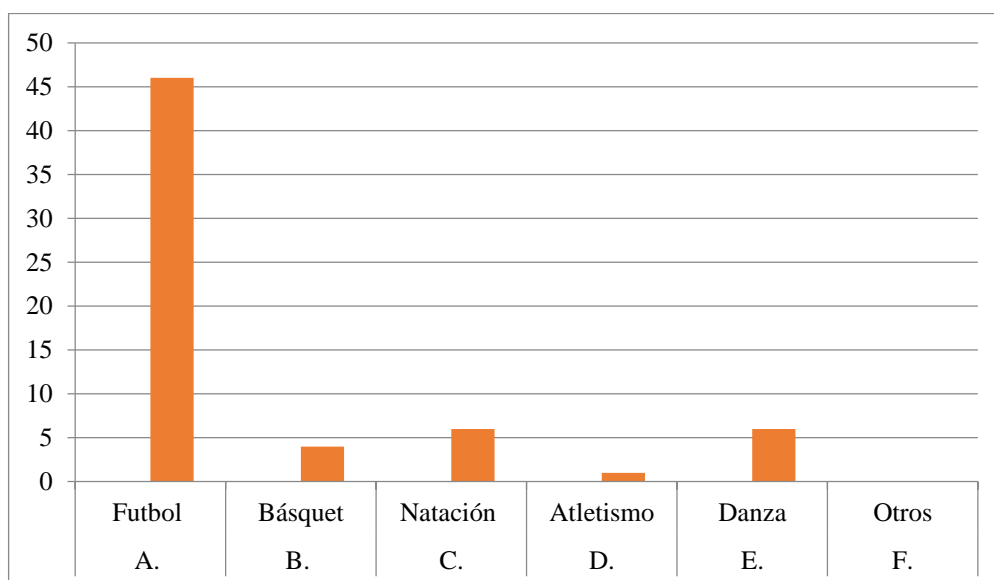


Gráfico 13-3: Deportes que usualmente practican los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 15-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el más del 45 estudiantes practican el deporte de categoría A el fútbol, 10 alumnos el deporte de categoría C la natación, 12 alumnos practican el deporte de categoría E la danza, 5 estudiantes practican la categoría B el básquet.

Se tuvo como principal resultado que el deporte más practicado por los estudiantes encuestados es el fútbol. Este deporte conocido como el rey de los deportes es el más popular y practicado a

nivel mundial es un deporte de pasatiempo y de actividad social, además se lo puede practicar sin la necesidad de realizar un gasto económico alto.

Tabla 16-3: Estudiantes que acceden a la presión de sus amigos de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	49	63%
No	18	23%
A veces	11	14%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

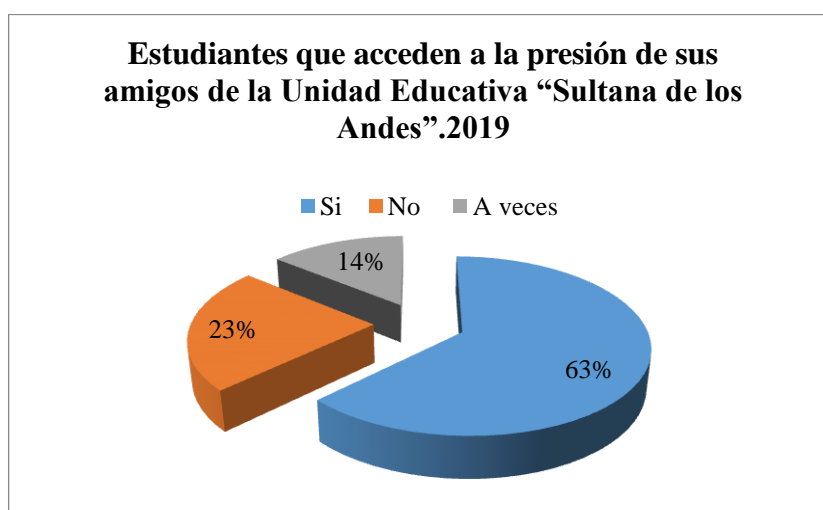


Gráfico 14-3: Estudiantes que acceden a la presión de sus amigos de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 16-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se aprecia que el 63% de los estudiantes acceden a la presión de sus amigos, el 23% no y el 14% a veces.

Tabla 17-3: Acciones a la que ceden los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

ACCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Ingerir alcohol u otras drogas	1	2%
Agredes a un compañero	2	4%
Hacer los deberes a tiempo	25	51%
A fugarse de las clases	1	2%
A ser solidario con alguien que lo necesita.	17	35%
Otros	3	6%
Total	49	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

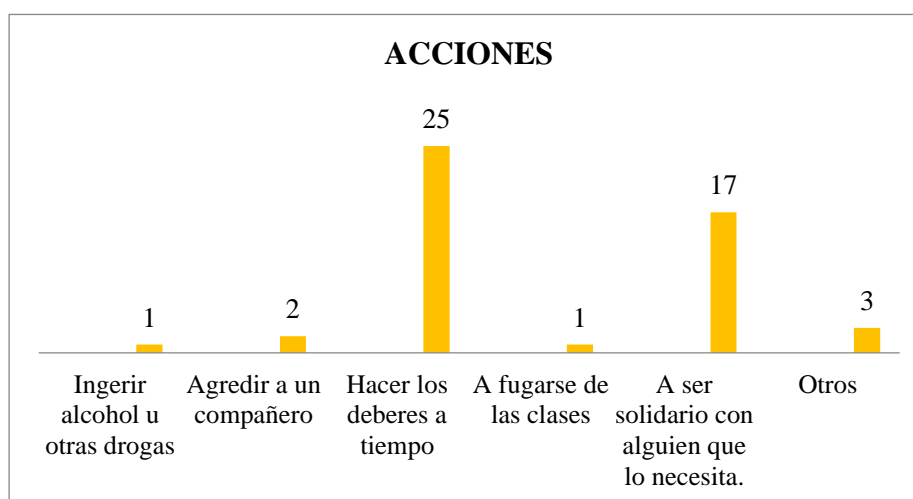


Gráfico 15-3: Acciones a la que ceden los estudiantes de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 17-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” las acciones en las que ceden los estudiantes por presión de sus amigos se aprecia que 25 alumnos realizan los deberes a tiempo, 17 son solidarios con personas que lo necesitan, 3 estudiantes hacen otras acciones, 2 alumnos realizan acciones de agredir algún compañero, 1 alumno ingiere alcohol u otras drogas y 1 a fugarse de clases.

Según la tabla 16.3 más de la mitad de los encuestados si acceden a la presión de sus amigos. Evidenciándose que existen estudiantes que influyen en el accionar de los otros; bajo esa perspectiva, si los alumnos acceden a dicha presión, sin dejar de lado sus ideales, puede favorecer a un sentimiento de alto autoestima, motivación y un sentido de pertenencia en el

grupo. Mientras que según Rodríguez y Perozo (Resistencia de la presión del grupo, 2014) si los estudiantes se resisten a acceder a la presión del grupo tienen la oportunidad de aceptar comentarios de los demás sin sentirse incomodos, dar a conocer sus intereses y gustos de manera espontánea y responder fácilmente con un no si no están de acuerdo ante una situación.

Un gran número de alumnos realizan sus tareas a tiempo, lo que es muy positivo para formar personas que tengan los valores de responsabilidad, puntualidad y la capacidad de tomar decisiones para resolver problemas profesionales, académicos y sociales (Rosli & Carlino, 2015). Mientras que una cantidad menor de los estudiantes prefieren realizar acciones que se las puede catalogar como negativas y como efecto el alumno no estaría aprendiendo cosas nuevas y no serían autónomos académicamente y a lo largo profesionalmente.

Tabla 18-3: Estudiantes que usan gestos groseros cuando no están de acuerdo con alguien de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

RESPUESTA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	14	18%
No	41	53%
A veces	23	29%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

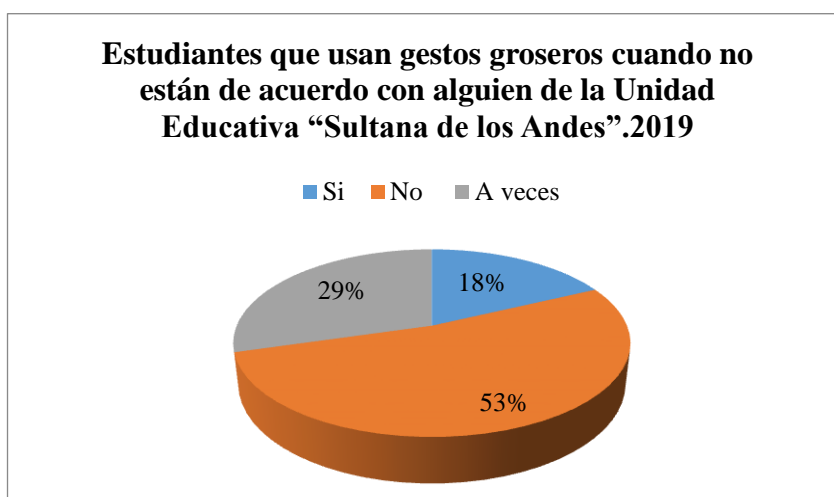


Gráfico 16-3: Estudiantes que usan gestos groseros cuando no están de acuerdo con alguien de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 18-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa “Sultana de Los Andes” se tuvo como resultados que el 53% de los estudiantes usan gestos groseros cuando no están de acuerdo con alguien, un 29% a veces y un 18% sí.

Como resultado tenemos que más de la mitad de los encuestados tienen gestos groseros sino comparten los ideales de los demás estudiantes. Por tanto, la agresividad es una conducta que causa daño psicológico y físico, a su vez, puede ser destructiva para los alumnos que son agredidos. A ello hace alusión según (Gallego, 2011) que manifiesta que la agresividad es un impulso vital de la persona que busca hacer daño a los demás, mediante la manifestación de comportamientos agresivos en distintas situaciones y momentos de la vida.

Tabla 19-3: Estudiantes que escuchan las razones de la otra persona que no está de acuerdo con él o ella de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

RESPUESTAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	57	73%
No	21	27%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019

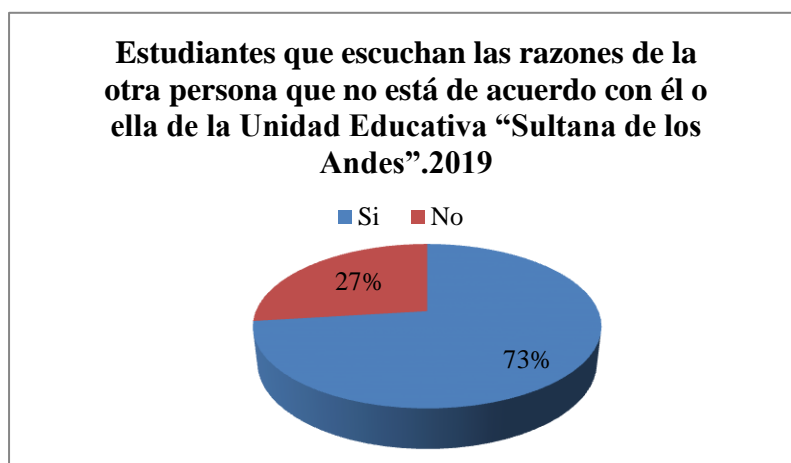


Gráfico 17-3: Estudiantes que escuchan las razones de la otra persona que no está de acuerdo con él o ella de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 19-3

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: En esta pregunta se aprecia que el 73% de los estudiantes escuchan las razones de la otra persona que no está de acuerdo con él o ella, un 27% no escuchan.

Como resultados tenemos que más de la mitad de los alumnos están dispuestos a escuchar las razones de quienes no están de acuerdo con sus ideales. Bajo esa perspectiva, es importante que desde la niñez es importante tener el hábito de escuchar a los demás, con la finalidad de evitar comunicar de manera elocuente cosas erradas que pueden afectar o interpretar mal las demás personas (Robles, 2017). Mientras que los estudiantes que no escuchan a los demás, son aquellos estudiantes que no están dispuestos a ajustarse a ese determinado campo semántico, es decir, agrupan o excluyen en función a su criterio.

Tabla 20-3: Estudiantes que acostumbran ofrecer disculpas cuando les hacen notar que se han equivocado de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

VARIABLES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	57	86%
No	21	14%
Total	78	100%

Fuente: Encuesta aplicada estudiantes Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Realizado por: Arias Derly, 2019



Gráfico 18 -3: Estudiantes que acostumbran ofrecer disculpas cuando les hacen notar que se han equivocado de la Unidad Educativa “Sultana de los Andes”.2019

Fuente: Tabla 20-3.

Realizado por: Arias Derly, 2019

Análisis: De las encuestas aplicadas tenemos que el 86% de los estudiantes ofrecen disculpas cuando ellos cometieron un error y un 14% no las ofrecen.

Más de la mitad de los encuestados ofrecen disculpas cuando están equivocados. Según (Chapan, 2013) menciona que es importante ofrecer disculpas cuando no se está en lo correcto debido a que se convive con personas y un mundo imperfecto. El sentido de moral puede hacer que los individuos actúen de manera correcta e incorrecta. La ciencia lo caracteriza como conciencia. Por tanto, una gran parte de los estudiantes están conscientes de que pueden cometer errores y al hacerlo pueden expresar sus disculpas a sus semejantes.

CAPÍTULO IV

4. PROPUESTA

4.1 Datos informativos

TITULO DEL PROGRAMA: Propuesta educativa sobre habilidades para la vida en estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa Sultana de los Andes.

PARTICIPANTES: Estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa Sultana de los Andes.

RESPONSABLE DEL DISEÑO: Derly Solange Arias Arias.

RESPONSABLE DE LA EJECUCIÓN: Tutores encargados.

PERÍODO: Octubre 2020 - Marzo 2021.

4.2 Justificación

Las habilidades para la vida son capacidades que nos ayudan a tener un manejo positivo de nuestras decisiones cotidianas que conllevan a mejorar los estilos y la esperanza de vida de las personas ; en el Ecuador actualmente el Ministerio de Educación ha realizado una reforma en el acuerdo ministerial No.MINEDUC-ME-2016-00020-A de 17 de febrero de 2016, referente al plan de Estudios para la educación básica, la nueva reforma incluye en el plan de estudio la materia de Desarrollo Humano Integral; La misma que se la incluye con el objetivo de prevenir la violencia dentro de la comunidad educativa y fortalecer la formación integral de los estudiantes, materia que se impartirá de manera obligatoria en todas las instituciones sean privadas, públicas o fisco misionales un hora pedagógica semanal; las personas responsables de dar esta materia serán los tutores de cada grado o paralelo. (Benítez, 2018).

Teniendo estos antecedentes se realizó un estudio a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa Sultana de los Andes teniendo como resultado que el grupo de estudio posee un conocimiento básico sobre habilidades para la vida al igual que sus conductas a través de la práctica son positivas.

La educación y la promoción de la salud es vital para mejorar y controlar los diversos problemas sociales que desembocan cuando las personas no desarrollan algunas de estas habilidades por lo que este programa busca generar conciencia social entre los adolescentes a

fin de que puedan tener un total empoderamiento de su salud mental, física y emocional, mediante la toma de decisiones adecuadas que mejoren su calidad y esperanza de vida.

Por ello es importante la aplicación de un programa de educación para fortalecer y mantener los conocimientos y prácticas en los estudiantes sobre habilidades para la vida, por medio de charlas educativas, talleres etc.

4.3 Objetivos

4.3.1 General

Diseñar una propuesta educativa sobre habilidades para la vida para los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa Sultana de los Andes Cantón Cumandá.

4.3.2 Específicos

- Elaborar intervenciones educativas sobre habilidades para la vida.
- Diseñar material educativo sobre habilidades para la vida.
- Establecer el sistema de evaluación de la propuesta educativa.

Meta

A Marzo del 2021, en la Unidad Educativa Sultana de los Andes del cantón Cumandá de la provincia de Chimborazo; se mejoran las prácticas sobre habilidades para la vida, en los estudiantes de séptimo año en un 30%.

4.4 RECURSOS

Tabla 21-4: Recursos

TIPOS DE RECURSOS	CONSIDERACIONES PARA PLANEAR Y EVALUAR UN PROGRAMA
1. Presupuesto: recursos financieros (disponibilidad de fondos)	\$ 100
2. Recursos Humanos (RRHH)	Tutores, Psicóloga de la Institución
3. Infraestructura (espacio físico para llevar a cabo las actividades)	Aula de la Unidad Educativa Sultana de los Andes
4. Materiales (ayuda audiovisual e impresos para apoyar el proceso de aprendizaje)	Computadora, proyector, impresora, parlantes, marcadores, papelotes.
5. Equipos (electrónicos, mecánicos)	Sillas Mesas.
6. Tiempo (horas, días, semanas, meses de los cursantes y la comunidad)	6 meses de programa educativo con un tiempo de 45 min en cada intervención

Realizado por: Arias Derly, 2019

1. DESARROLLO DEL PLAN DE CLASE

Tabla 22-4: Plan de acción

PLAN DE ACCION				
ACTIVIDAD	FECHA	RECURSOS	RESPONSABLE	CRITERIOS DE RESULTADO
Planificación de las intervenciones educativas.	02-10-2020 09-10-2020	Humanos y materiales	Docente o tutor asignado.	75% de planificaciones educativas diseñadas.
Diseño de material educativo.	16-10-2020 21-10-2020	Humanos y materiales	Docente o tutor asignado.	80% del material educativo realizado.
Realizar Intervenciones Educativas (Capacitaciones-Talleres).	26-10-2020 26-03-2021	Humanos, materiales y tecnológicos	Docente o tutor asignado.	80% de las intervenciones educativas aplicadas
Realizar consejería.	28-10-2020 25-03-2021	Humanos, materiales y tecnológicos.	Docente o tutor asignado.	80% de la consejería aplicada.
Realizar informes post-eventos.	29-03-2021 31-06-2021	Humanos, materiales y tecnológicos.	Docente o tutor asignado.	75% de los informes realizados.
Aplicación de la encuesta CAP de evaluación.	26-03-2021	Humanos, materiales y tecnológicos.	Docente o tutor asignado.	Mejorar conocimientos y prácticas en un 70% a los participantes del grupo.

Realizado por: Arias Derly, 2019

5. METODOLOGÍA

Localización y Duración: La propuesta educativa se aplicará a los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa Sultana de los Andes, en las instalaciones de la institución con una duración aproximadamente de 6 meses.

Población beneficiaria directa: Todos los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa Sultana de los Andes.

Población beneficiaria indirecta: Padres de familiares de los estudiantes.

Métodos: Activo, participativo.

Técnicas: charlas, video-foro, animación, post test, lluvia de ideas, talleres.

Recursos didácticos:

Los principales recursos didácticos que se utilizarán son los siguientes: material audiovisual, videos, fotos, audios, diapositivas y material educativa.

Estrategia metodológica:

Nivel Grupal: En este nivel se pretende llegar a todos, mediante las múltiples capacitaciones que se realizaran , en las cuales vamos a tratar temas de vital importancia, estas capacitaciones se las realizará un día a la semana y en aproximadamente 45 minutos cada charla, se utilizarán varias técnicas como: video-foros, dinámicas lúdicas, mapas mentales, audios, conversatorios, también se realizarán talleres de manera activa, en este caso los pre-adolescentes , realizarán prácticas como dramatizaciones , juegos, exposiciones, entre otros, lo que ayudará a demostrar los conocimientos que se van adquiriendo a través del aprendizaje de cada capacitación, todas estas actividades con la ayuda de los facilitadores.

Nivel Individual: Dentro de este nivel se desea lograr que los estudiantes puedan comprender de mejor manera todos los temas impartidos, por medio de consejería ya sea con la psicóloga o con sus tutores, y tener un mejor desarrollo en sus actividades diarias.

Tabla 23-4: Plan de clase N° 1

Tema: Introducción- Habilidades para la Vida

Objetivo: Enlistar los conceptos teóricos de habilidades para la vida.

Fecha: 27-11-2020

Lugar: Aulas de la Unidad

Duración: 45 min

Responsables: Docente o tutor asignado.

ACTIVIDAD	TIEMPO	TÉCNICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Saludo y bienvenida	5 minutos	La telaraña	Humanos: Estudiantes – Facilitador Materiales: Madeja de lana	El 70% de los pre-adolescentes logra enlistar e identificar el concepto de habilidades para la vida
Desarrollo de contenidos: <ul style="list-style-type: none"> Introducción de habilidades para la vida clasificación y definición. 	25 minutos	Charla Mapa Mental Lista de Cotejo Crucigrama	Humanos: Facilitador, estudiantes. Materiales: Papelotes con ideas principales, gráficos referentes a los temas a tratar, reglas, colores.	
Evaluación	10 minutos	Post-test	Humanos	
Cierre y compromisos	5 minutos	¿Quién soy?	Humanos: Estudiantes – Facilitador Materiales: Hojas, esferos.	

Realizado por: Arias Derly, 2019

Tabla 24-4: Plan de clase n° 2

Tema: Relaciones Interpersonales (Empatía - Conocerte a ti mismo)

Objetivo: Aplicar las técnicas para conocerte a ti mismo.

Fecha: 27-11-2020

Lugar: Aulas de la Unidad

Duración: 45 min

Responsables: Docente o tutor asignado.

ACTIVIDAD	TIEMPO	TECNICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Saludo y bienvenida	5 minutos	Pintar mandalas	Humanos: Estudiantes - Facilitador Materiales: Colores	El 60% de los pre-adolescentes aplican correctamente las técnicas para conocerse así mismo
Desarrollo de contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Definición de empatía y ejemplos • Técnicas para conocerte a ti mismo (autoestima, autodominio, auto comprensión) • Relaciones Interpersonales 	25 minutos	Charla Dramatizaciones. Juego de roles Etiquetar y aplicar las técnicas para conocerte a ti mismo.	Humanos: Facilitador, estudiantes. Materiales: cartulinas, marcadores, papelotes, máscaras.	
Evaluación	10 minutos	Post-test	Humanos	
Cierre y compromisos	5 minutos	El fantasma no soy yo.	Humanos: Estudiantes – Facilitador Materiales: Hojas, esferos y cinta adhesiva	

Realizado por: Arias Derly, 2019

Tabla 25-4: Plan de clase n° 3

Tema: Comunicación asertiva y manejo de emociones.

Objetivo: Utilizar adecuadamente la comunicación asertiva para el manejo de las emociones.

Fecha: 18-12-2020

Lugar: Aulas de la Unidad

Duración: 45 min

Responsables: Docente o tutor asignado.

ACTIVIDAD	TIEMPO	TECNICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Saludo y bienvenida	5 minutos	Signos y caras	Humanos: Estudiantes- Facilitador Materiales: Imágenes de varias expresiones para proyectar	El 70% de los pre-adolescentes utilizan de manera adecuada la comunicación asertiva a través de lengua verbal y el lenguaje corporal para el manejo de las emociones.
Desarrollo de contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Lluvia de idea de cada una las habilidades a tratar • Concepto de comunicación asertiva y manejo de emociones • Dramatización de casos con libretos utilizando un lenguaje verbal y corporal apropiado con ayuda de diccionarios. 	25 minutos	Charla Lluvia de Ideas Dramatización	Humanos: Facilitador y estudiantes. Materiales: papelotes, marcadores, reglas, diccionario de sinónimos y antónimos, revistas, documentos y cómics.	
Evaluación	10 minutos	Post-test	Humanos	
Cierre y compromisos	5 minutos	Inflarse como globos	Humanos: Estudiantes- Facilitador	

Realizado por: Arias Derly, 2019

Tabla 26-4: Plan de clase n° 4

Tema: Pensamiento crítico y Pensamiento creativo

Objetivo Aplicar correctamente las técnicas de participación activa.

Fecha: 11-01-2021

Lugar: Aulas de la Unidad

Duración: 45 min

Responsables: Docente o tutor asignado.

ACTIVIDAD	TIEMPO	TECNICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Saludo y bienvenida	5 minutos	El sí y el no	Humanos: Estudiantes - Facilitador Materiales: Marcador y tarjetas de cartulina	El 70% de los pre-adolescentes lograron expresar sus opiniones críticas mediante el manejo de técnicas de participación
Desarrollo de contenidos: <ul style="list-style-type: none"> Lectura de una fábula corta (Los ratones desobedientes, otros) Concepto de pensamiento crítico y creativo. Video- foro con un tema de salud, medio ambiente, etc. que puedan debatir. Debate 	25 minutos	Lectura Lluvia de ideas Charla Video-foro Debate.	Humanos: Facilitador Materiales: lectura impresa, reproductor, audio, hojas de papel ministro.	
Evaluación	10 minutos	Post-test	Humanos	
Cierre y compromisos	5 minutos	El guiño asesino	Humanos: Estudiantes - Facilitador	

Realizado por: Arias Derly, 2019

Tabla 27-4: Plan de clase n° 5

Tema: Toma de decisiones y Resolución de problemas.

Objetivo: Aplicar acciones para tomar decisiones y resolver conflictos

Fecha: 12-02-2021

Lugar: Aulas de la Unidad

Duración: 45 min

Responsables: Docente o tutor asignado.

ACTIVIDAD	TIEMPO	TECNICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Saludo y bienvenida	5 minutos	Aguantar el muro	Humanos: Estudiantes- Facilitador	El 70% de los pre-adolescentes aplican acciones para tomar decisiones y resolver conflictos
Desarrollo de contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Lectura de una fábula corta.(El burro y la sal, otros) • Importancia de tomar decisiones y resolver los problemas de manera correcta. • Estudio de casos por medio de dramatizaciones o juego de roles. 	25 minutos	Lectura Charla Dramatizaciones Juego de roles.	Humanos: Facilitador Materiales: Lectura impresa, diapositivas, papelotes, marcadores.	
Evaluación	10 minutos	Post-test	Humanos	
Cierre y compromisos	5 minutos	Toma de decisiones rápida	Humanos	

Realizado por: Arias Derly, 2019

Tabla 28-4: Plan de clase n° 6

Tema: Manejo de estrés.

Objetivo: Identificar las consecuencias del estrés en nuestro cuerpo y como combatirlo por medio de técnicas de relajación.

Fecha: 26-10-2020

Lugar: Aulas de la Unidad

Duración: 45 min

Responsables: Docente o tutor asignado.

ACTIVIDAD	TIEMPO	TECNICAS	RECURSOS	EVALUACIÓN
Saludo y bienvenida	5 minutos	La caja de las sorpresas	Humanos: Estudiante. Facilitador	El 75% de los investigados identifican las consecuencia del estrés en su cuerpo y cómo manejarlo por medio de técnicas de relajación.
Desarrollo de contenidos: <ul style="list-style-type: none"> • Determinar los conocimientos de manejo de estrés de los estudiantes mediante lluvia de ideas. • Concepto de estrés y sus consecuencias. • Desarrollo de técnicas de relajación. 	30 minutos	Lluvia de ideas Charla Musicoterapia. Relajación Profunda Visualización. Técnicas yoga para relajación. Auto masajes.	Humanos: Facilitador Materiales: Inciensos, mantas pequeñas, ropa cómoda.	
Evaluación	5 minutos	Post-test	Humanos	
Cierre y compromisos	5 minutos	Escritura con el cuerpo	Humanos: Estudiantes - Facilitador	

Realizado por: Arias Derly, 2019

6.- SISTEMA DE EVALUACIÓN.

a.- PROCESO: Esta evaluación se va realizar durante toda la ejecución del programa para garantizar el cumplimiento de las actividades establecidas en el plan de acción y se utilizará herramientas como:

- Informes post evento de la capacitación
- Reuniones mensuales con el equipo de trabajo
- Informes mensuales de actividades.

Criterios de evaluación:

ACTIVIDAD	RESULTADOS ESPERADO	RESULTADO ALCANZADO
Planificación de las intervenciones educativas.	75% de planificaciones educativas diseñadas.	
Diseño de material educativo.	80% del material educativo realizado.	
Realizar Intervenciones Educativas (Capacitaciones-Talleres).	80% de las intervenciones educativas aplicadas	
Realizar consejería.	80% de la consejería aplicada.	
Realizar informes post-eventos.	75% de los informes realizados.	
Aplicación de la encuesta CAP de evaluación.	Mejorar conocimientos y prácticas en un 70% a los participantes del grupo.	

b.- EVALUACIÓN SUMATIVA: En la determinación de los resultados obtenidos al final del proceso del programa se aplicará la encuesta CAP, de esta forma se evidenciará si hubo incremento de conocimientos y prácticas saludables en torno a las habilidades para la vida durante la ejecución del programa. Y se evaluará la meta

Criterios de evaluación:

Criterios	Antes del programa	Después del Programa
Conocimientos		
Prácticas		

CONCLUSIONES

- Se estableció las características sociodemográficas de los estudiantes de séptimo año de la Unidad Educativa Sultana de los Andes, tenemos que el 64% viven con su padre y madre, el 64% tienen ascendencia mestiza, el 67% pertenecen a la zona urbana del cantón y se encuentran entre los 11 y 12 años de edad.
- Se determinó que su nivel de conocimiento referente a habilidades para la vida, el 67% de los estudiantes conocen acerca de los temas importantes como, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales y pensamiento crítico.
- En cuanto a prácticas en los pre - adolescentes investigados, se estableció que frente a diversas situaciones sociales más del 50% de los estudiantes pueden expresar de manera clara, directa, honesta y con respeto sus pensamientos, sentimientos y valores.
- Se ha diseñado una propuesta educativa sobre habilidades para la vida para al grupo beneficiario de la Unidad Educativa Sultana de los Andes con base en los resultados obtenidos en esta investigación, en función de fortalecer los conocimientos, prácticas y conductas para mejorar sus habilidades positivas frente a la vida y su proyecto futuro.

RECOMENDACIONES

- La Carrera de Educación para la Salud de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, debería considerar la aplicación de las diversas propuestas educativas de habilidades para la vida elaboradas por los estudiantes de titulación en función de convenios o proyectos de vinculación con la sociedad.
- La Unidad Educativa Sultana de los Andes, debería realizar un programa de capacitación para actualizar los conocimientos de los docentes a través de actividades lúdicas, para obtener mejores resultados en el tema de habilidades para la vida y estas puedan ser replicados en sus estudiantes.
- Es necesario que los padres/representantes se vinculen en las actividades de sus hijos, solicitando a la unidad educativa se comparta información a través de conversatorios, cursos para padres sobre el fortalecimiento de las habilidades para la vida, con el objetivo de mejorar sus conocimientos y prácticas y así influenciar positivamente en el desarrollo social y afectivo de sus hijos.

BIBLIOGRAFÍA

- A., Travaini.** *L a Oportunidad de educar con inclusión: Propuesta para trabajar con jóvenes en educación sexual integral* . 2017.
- ASTOVIZA, BOLET.** La prevención del alcoholismo en los adolescentes. *Rev Cubana Med Gen Integr [online]*. 4, 2019, Vol. 16, 0864-2125.
- Braganza, Esteban.** Metro Ecuador. [En línea] 16 de Noviembre de 2017. [Citado el: 15 de Junio de 2019.] <https://www.metroecuador.com.ec/ec/estilo-vida/2017/11/16/alcohol-ecuador.html>.
- Coehlo, Fabian.** Significados. *Significado de comunicacion acertiva* . [En línea] 30 de Mayo de 2019. <https://www.significados.com/comunicacion-aserativa/>.
- Coelho, Fabián.** Cultura Genial. [En línea] 7Graus Lda, 2010. <https://www.culturagenial.com/es/conocete-a-ti-mismo/>.
- company, ABC.** Color ABC. *Las Relaciones Interpersonales*/. [En línea] Yegros745, 21 de Julio de 2006. www.abc.com.py/articulos/las-relaciones-interpersonales-918618.html.
- Cordero, Berenice.** s.l. : PúblicaFM, 2018.
- Diario el Telegrafo .** La "cultura" de ingesta de alcohol puso al país entre los más bebedores. 22 de julio de 2019.
- Escobar, Consuelo Torrez.** HABILIDADES PARA LA VIDA. [aut. libro] Esteban Martin Huallpara Ticona. *La Paz*. La Paz : Gobierno Autónomo Municipal de La Paz, 2017.
- Espocito, Francisca.** Violencia de Genero. [En línea] 1995. <https://www.investigacionyciencia/files/7283.pdf>. 84-7916-026-8.
- Folgado, Alba Caraballo.** Guia Infantil. [En línea] 2 de Junio de 2018. [Citado el: 25 de Julio de 2019.] <https://www.guiainfantil.com/articulos/embarazo/embarazo-adolescente-riesgos-y-consecuencias/>.
- INEC .** FASCÍCULO PROVINCIAL CHIMBORAZO/FASCÍCULO PROVINCIAL CHIMBORAZO. [En línea] 2010. [Citado el: 22 de JULIO de 2019.] <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/wp-content/descargas/Manualateral/Resultados-provinciales/chimborazo.pdf>.
- La Violencia de Genero Contra las Mujeres en el Ecuador.* **Yina Q., Jose R., Jose S., Jose P.** 2014. Quito- Ecuador : Telegrafo, 2014. 978-9942-07-761-5.
- La violencia verbal.* **Villa, Virginia Par.** Santo Domingo- republica dominicana : Hoy Digital, 2018.
- M. A., Howard, J. A., King, L. M. & Dino,** *Antecedents of Empathy*. s.l. : Retrospective Accounts of Early Socialization, 1980. 10.1177/014616728063004.
- Maria R., Raquel R., Carlos LL.** Acoso escolar. *Atencion Primaria*. España : El Sevier, 2019.
- Maston, C., & Claus, P.** Criminal Victimization. *Violencia* . United Kingdom : s.n., 2005.
- Mestre, V., Samper, P.** Emociones, estilos de afrontamiento y agresividad en la adolescencia. *Universitas. Universidades psicologicas* . 2008, 11(4), 1263-1275.
- Miguel S, Marienioff.** La violencia. 1973, Vol. II, 10.5354.
- OMS/INEC/ Ministerio de Salud.** *Informe de la OMS*. 2018.
- Psicologia y Educacion* . **García Montañez, Maritza Verónica y Martínez., Ascensio.** 0187-7690, Mexico : Intercontinental de Psicología y Educación, 2015, Vol. 17.
- PÚBLICAFM.** *Embarazo adolescente, un problema social en Ecuador*. 2017.
- Raffino, Maria Esthela.** concepto.de. *Penamiento Critico*. [En línea] Concepto.de, 22 de enero de 2019. <https://concepto.de/pensamiento-critico/>.
- Salud), OMG (La Organizacion Mundial de la salud.** [En línea]
- Salud), OMS (Organizacion Mundial de la salud.** Organizacion Mundial de la Salud. [En línea] 2012. <https://www.who.int/topics/violence/es/>.

SUAREZ, MARTIN. Comportamiento del tabaquismo en los adolescentes del Reparto Fructuoso Rodríguez. Rev.Med.Electrón, 2015, Vol. 37, 1684-1824.

Zapata, B. R. M., & Gutierrez. *Salus sexual y reproductiva* . 2016.

La "cultura" de ingesta de alcohol puso al país entre los más bebedores. Diario EL TELÉGRAFO Quito- Ecuador, 20 de Diciembre de 2018, : <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/sociedad/6/alcoholismo-omsmsp>

ROMERO von Buchwald, Melissa. Embarazo adolescente: identidades masculinas y ejercicio de la paternidad. Tesis (Magister en Salud Pública). Quito,Ecuador. Universidad San Francisco de Quito. Colegio de Posgrados. 2012. 95 p.

Fortalecimiento del ejercicio de los derechos de salud sexual y reproductiva de los adolescentes recurso Internet Habilidades para la vida. Bolivia. Gobierno Autónomo Municipal de La Paz Programa Constructores del Buen Trato de la Dirección de Defensorías Municipales [fecha de consulta 17 de Julio 2019]
Disponible en internet: <https://bolivia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/cartilla%204.pdf>.

MORALES RODRIGUEZ, Marisol; BENITEZ HERNANDEZ, Marisol y AGUSTIN SANTOS, Diana. Habilidades para la vida (cognitivas y sociales) en adolescentes de zona rural. REDIE [online]. 2013, vol.15, n.3 [citado 2019-07-22], pp.98-113. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412013000300007&lng=es&nrm=iso>. ISSN 1607-4041

Cardozo, Griselda, Dubini, Patricia, Fantino, Ivana, Ardiles, Romina, Habilidades para la vida en adolescentes: diferencias de género, correlaciones entre habilidades y variables predictoras de la empatía. Psicología desde el Caribe [en línea] 2011, (Julio-Diciembre): [Fecha de consulta: 22 de julio de 2019] Disponible en:<<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21320758006>> ISSN 0123-417X.