

## ACADÉMICA DEL DEFDER PARTICIPA EN EQUIPO EJECUTOR DEL SIMCE DE EDUCACIÓN FÍSICA

La Dra. Cecilia Bahamonde, docente de nuestro departamento, forma parte del equipo que diseñó y aplicó esta prueba junto con los especialistas Simón Michelow del Instituto Nacional de Deportes (IND); Paulina Correa IND; Sergio Urzúa MINEDUC; Prof. Rodrigo Vargas U. Católica del Maule y CANEF y Jorge Cancino, CAR.

Este año unos 29 mil estudiantes de octavo básico de 667 establecimientos de todo el país, realizaron el Simce de Educación Física.

El test, que se aplica por segunda vez, este año es rendido por 13 mil alumnos más

que en 2010 y, además, incluye dos nuevas pruebas: perímetro de la cintura y flexo-extensión de codos.

El subsecretario de Educación, Fernando Rojas, explicó que “los estudiantes y establecimientos que rinden el Simce este año corresponden a una muestra representativa del país e incluye a todas las regiones. Con estas dos nuevas pruebas podremos medir de manera más integral el estado de actividad física y estado físico de los jóvenes”, dijo el personero, quien supervisó la rendición de las pruebas en el Colegio Instituto Pre-

sidente Errázuriz, de la comuna de Las Condes.

Rojas añadió que “esta medición es muy relevante porque nos permite tener resultados de cómo vamos evolucionando como país y tomar conciencia de cómo están nuestros jóvenes. Como Ministerio de Educación estamos conscientes y preocupados de que crear hábitos de alimentación saludable, actividad

física y evitar el sedentarismo, debe comenzar en la primera infancia y en eso los colegios tienen un rol fundamental”, manifestó.

En total, el Simce de Educación Física contempla una serie de

ocho pruebas que deben rendir los estudiantes y que miden diferentes aspectos: índice de masa corporal, a través del peso y altura; perímetro de la cintura, que permite estimar la acumulación de grasa; abdominales cortos, para evaluar la fuerza de la musculatura del tronco (alumnos deben realizar 25 abdominales en un minuto al ritmo de un estímulo sonoro); salto largo a pies juntos, evalúa la fuerza de las extremidades inferiores.

También, la flexo-extensión de codos, para evaluar la fuerza de la musculatura de los codos, (deben hacer la ma-



yor cantidad en 30 segundos); flexión de tronco adelante, para medir elongación y extensión de la columna; test de Cafrá, permite determinar riesgos cardiovasculares en los estudiantes y así eximirlos del Test Navette si es necesario (deben caminar durante 3 minutos y dependiendo de su frecuencia cardíaca se define si puede o no hacer el test Navette); Test Navette, mide la resistencia aeróbica máxima del alumno (deben desplazarse

durante 15 minutos aumentando la velocidad al ritmo de un pulso sonoro).

Algunos resultados obtenidos en el año 2010 indicaron que solamente 1 de cada 10 estudiantes cuenta con una condición física adecuada y que el 40% de los alumnos está excedido de peso.

Los resultados de la aplicación del Simce 2011 se darán a conocer durante el primer semestre del 2012.

