

## Percepción de los padres y apoderados sobre las clases virtuales de Educación Física y Salud

Perception of parents and tutors on the virtual classes of Physical Education and Health

Franklin Castillo-Retamal<sup>1</sup>, Bastián González-Mendoza<sup>2</sup>, Nataly Aguilar-Guajardo<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Doctor de Educación Física. Académico del Departamento de Ciencias de la Actividad Física, Universidad Católica del Maule, Talca-Chile. Grupo de Estudios en Educación, Actividad Física y Salud GEEAFyS. [fcastillo@ucm.cl](mailto:fcastillo@ucm.cl)

<sup>2</sup> Licenciados en Educación. Profesores de Educación Física. Universidad Católica del Maule. [bastian\\_03@hotmail.com](mailto:bastian_03@hotmail.com) [natalyaguilarg.98@gmail.com](mailto:natalyaguilarg.98@gmail.com)

### Resumen

**Objetivo:** conocer la percepción de los padres y apoderados sobre el impacto de las clases virtuales de Educación Física y Salud en tiempos de pandemia. **Método:** estudio con enfoque cuantitativo, con muestra no probabilística por conveniencia compuesta por 108 padres y apoderados, correspondientes al 76% del total de la población de un colegio particular subvencionado de la comuna de Talca-Chile. **Resultados:** el 97.2% de apoderados considera que esta asignatura trae beneficios a su pupilo. **Conclusión:** las clases virtuales de Educación Física y Salud producen un efecto positivo en los estudiantes, de acuerdo con las percepciones de los apoderados, en el contexto analizado.

**Palabras clave:** educación física, actividad física, educación virtual, calidad de la educación, pandemia, Covid-19, tecnologías de la información y la comunicación, TIC.

### Abstract

**Objective:** to know the perception of parents and tutors on the impact of virtual classes of Physical Education and Health in times of pandemic. **Method:** study with a quantitative approach, with a non-probabilistic convenience sample composed of 108 parents and guardians, corresponding to 76% of the total population of a private school in the commune of Talca-Chile. **Results:** 97.2% of parents consider that this subject brings benefits to their ward. **Conclusion:** the virtual classes of Physical Education and Health produce a positive effect on the students, according to the perceptions of the parents, in the analyzed context.

**Keywords:** physical education, physical activity, virtual education, quality of education, pandemic, Covid-19, information and communication technologies, ICT.

## Introducción

Hoy, nos encontramos en una situación en la que los procesos educativos en Chile se ven afectados por la alerta sanitaria provocada por la pandemia a raíz del COVID-19. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020b) señala que es una enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto recientemente. Tanto este nuevo virus, como la enfermedad que provoca, eran desconocidos antes de que estallara el brote en Wuhan (China) en diciembre de 2019. Actualmente, el COVID-19 es una pandemia que afecta a todos los países en el mundo (Flores-Ferro et al., 2021). Este hecho nos ha llevado a tomar medidas, como país, para enfrentar la crisis que ha ocasionado, dentro de las que destacan las anunciadas por el Ministerio de Salud de Chile (MSAL, 2020), indicando extremar el cuidado higiénico, procurar el aislamiento social y el distanciamiento físico –mantener una distancia de al menos un metro entre personas, evitando el contacto–, recomendaciones también extensibles al ámbito laboral y espacios de uso público o masivo.

La educación chilena, frente a la situación de pandemia, ha tenido que tomar medidas respecto a la continuidad de las clases. El Ministerio de Educación (ME, 2020), ha optado por suspender la realización de clases presenciales en las escuelas, jardines infantiles y liceos del país, para hacer frente a la emergencia, utilizando la estrategia de continuar las clases de modo online, a la espera de un *pronto* retorno a la *normalidad*.

El uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) en la educación, ha tomado una gran fuerza para la realización de las clases a distancia mediante la utilización de plataformas virtuales. Esto afecta la manera en que deben enfrentar los profesores, alumnos y comunidad educativa, en general, el desarrollo de sus actividades, por lo cual, la forma de realizar una actividad no será como se realizaba habitualmente. El uso generalizado de estas herramientas ha traído cambios radicales en la forma en que nos comunicamos y relacionamos con otros (ACE, 2017).

Frente a la crisis, tenemos como gran desafío velar por el aprendizaje de los estudiantes por medio de las clases virtuales. Al respecto, Ducci (2020) señala que la tecnología ha sido una respuesta clave y hoy, las plataformas educativas online, son una realidad que llegó para quedarse. El impacto de la tecnología sobre la transformación didáctica de la Educación Física y la disponibilidad de equipamiento tecnológico es cada vez más alto. El uso de las TIC en la Educación Física está influyendo cada día más en cómo la percibimos, en la manera en que la utilizamos y cómo es de importante para la educación el uso de estas herramientas (Cabrera, 2020). Los estudiantes se ven enfrentados a este cambio de modalidad de estudio, provocando la limitación de uso de los espacios, sobre todo para las clases de Educación Física. La cuarentena y el distanciamiento físico conducen a la inactividad física, lo que contribuye a cambios adversos en la salud, como envejecimiento prematuro, obesidad, vulnerabilidad cardiovascular, atrofia muscular, pérdida ósea y disminución de la capacidad aeróbica (Castillo & Inostroza, 2020; Maugeri et al., 2020), de allí la importancia de mantener o incentivar al estudiante a estar activo.

Como la educación hoy está limitada al uso de las TIC, no se puede tener con certeza una evidencia visual sobre lo que los estudiantes están realmente haciendo, puesto que los docentes no pueden acompañarlos en su proceso en forma presencial, por lo que es muy importante el rol del apoderado del niño/a, quien es el más próximo al estudiante y puede opinar sobre lo que, a su juicio, está aprendiendo o si percibe algún cambio. Ponce (2016) resalta la responsabilidad paterna como condición para que los menores se desarrollen con eficacia y seguridad, apoyados en las TIC.

#### *Educación Física en la virtualidad y su relación con las TIC*

La relación entre TIC y Educación Física a lo largo de la historia ha ido evolucionando, incorporándose de a poco las tecnologías a través del tiempo. Los Decretos 40 de 1996 y 220 de 1998, indican que el sistema educativo chileno, a partir de la década de 1990, ha realizado un importante esfuerzo por incorporar las TIC en los procesos educativos, promoviendo el uso de herramientas informáticas por parte de docentes y alumnos, tanto de nivel básico como medio. En 1992, el Ministerio de Educación levanta el programa *Enlaces*<sup>1</sup>; luego, en 1998, como parte de la reforma educacional se incorpora la informática a los programas de Educación Media, para asegurar que los estudiantes desarrollen capacidades de manejo de software, búsqueda y selección de información a través de las redes de comunicación, transformándose entonces en hitos importantes para la educación del país.

Es importante que profesores y alumnos tengan o adquieran los conocimientos necesarios sobre el uso de las TIC, ya que estas son herramientas relevantes para el proceso de retroalimentación que puedan tener los estudiantes. El Comité de Ministros para el Desarrollo Digital, en 2007, indica que los profesores y los alumnos deben contar con competencias digitales necesarias para un aprendizaje de calidad y que el sistema educativo cuente con contenidos y modelos de uso que incorporen las TIC (Ferrada et al., 2021). El Ministerio de Educación dispone guías para el trabajo con los estudiantes, como es el caso del documento *Orientación al sistema escolar en contexto de COVID-19* o recursos remotos gratuitos como *Aprendo en línea* (DEG, 2020), que proporciona directrices con respecto al sistema educativo que se imparte hoy, incentivando a los docentes para mejorar su relación con el uso de las TIC y cómo asumir la virtualidad. En esta situación se debe generar una relación muy estrecha entre las clases de Educación Física y las tecnologías. En este sentido, se plantea como objetivo de investigación *conocer la percepción de los padres y apoderados sobre el impacto que producen las clases virtuales de Educación Física y Salud*, donde se requiere que los estudiantes tengan una actividad conforme a la situación de confinamiento en la que nos encontramos actualmente, sin importar la distancia o el espacio, intentando recalcar la importancia de los padres, sobre todo para los estudiantes más pequeños, que son un pilar fundamental para su apoyo y progreso.

---

<sup>1</sup> Se basa en la capacitación de profesores, recursos didácticos (software y Web) y usos de la tecnología en aula, con el objetivo de constituir una red nacional de las escuelas y liceos subvencionados del país e incorporar las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación en la educación.

## Metodología

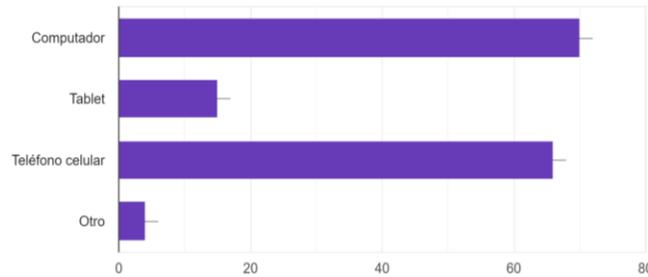
Investigación con diseño no experimental, de tipo descriptivo y cohorte transversal. Se realizó con en un colegio particular subvencionado de la región del Maule (Chile) y participaron apoderados o padres de escolares. La muestra, calculada mediante las elecciones no probabilísticas por cuotas, fue de 143 sujetos: 91 hombres (63,6%) y 52 mujeres (36,4%). Se excluyeron 35 personas porque respondieron de manera errónea o no terminaron la encuesta. Por tal razón quedó un total de 108 personas encuestadas. En todos los casos se obtuvo el consentimiento de los participantes, así como el permiso respectivo de la dirección de la institución educativa, siguiendo los lineamientos éticos establecidos por el tratado de Helsinki.

Se recopiló información doméstica (curso, acceso tecnológico, calidad señal de red), solicitando el nivel que cursa el estudiante, los aparatos tecnológicos disponibles en el hogar y la calidad de señal del internet. Para obtener la información sobre la percepción de los participantes se elaboró una encuesta cerrada, validada por juicio de experto, que consta de cinco ítems: 1) Datos sociodemográficos, 2) Efectos de las clases de Educación Física, 3) Responsabilidad parental, 4) Uso de TIC y 5) Uso de los espacios. La encuesta se elaboró en la plataforma Google Forms, se envió a los profesores de Educación Física, ellos a los profesores jefes de los cursos seleccionados y estos a los apoderados de los alumnos por WhatsApp. Para el análisis de los datos se usó el programa estadístico Excel, registrando los datos en una planilla diseñada para ello, se realizó por medio de estadística descriptiva de frecuencias y porcentajes, y se contrastó con la literatura sobre el tema seleccionada para este estudio.

## Resultados y discusión

### *Datos domésticos*

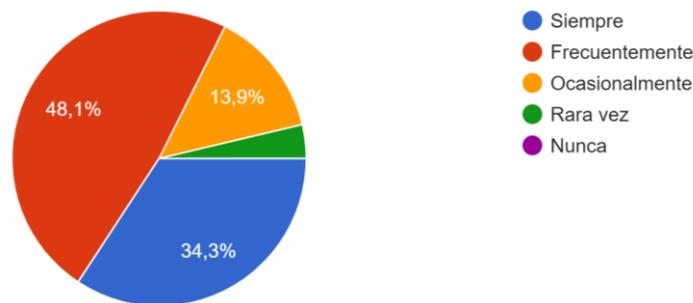
Para este estudio es necesario conocer la accesibilidad del estudiante a las TIC puesto que, debido a la situación actual, dependemos en su totalidad de estos, ya que permiten la comunicación a distancia. Para asistir a clase, los estudiantes deberían hacerlo a través de un computador, tablet, o algún aparato tecnológico que le permita leer y/o ver de manera fluida documentos y también conectarse a videollamadas para interactuar con el profesor y sus compañeros, aunque hay quienes pueden realizar estas actividades perfectamente desde sus teléfonos móviles (Mora, 2020). En la gráfica 1 se observa a qué aparatos tecnológicos tienen acceso los estudiantes para las clases virtuales, indicando que, en su mayoría (64,8%), tienen acceso a los computadores y teléfonos celulares (61,1%).



**Gráfica 1.** Acceso de aparatos tecnológicos.

En Chile, casi el 90% de los hogares tiene algún tipo de acceso a internet; sin embargo, a pesar de cifras tan altas, muchas veces el acceso es inestable y de mala calidad. La mitad de los hogares, sólo cuentan con conexión a internet a través del celular o deben turnarse el único computador que poseen, generando una brecha en las posibilidades de formación a distancia (Carrizo, 2020).

En la gráfica 2 se aprecia que el 82,4% de los estudiantes presentan siempre y frecuentemente buena conectividad a internet, lo cual es un factor positivo en esta modalidad de clases, ya que contar con un buen servicio de internet es fundamental para garantizar un entorno estable de aprendizaje.



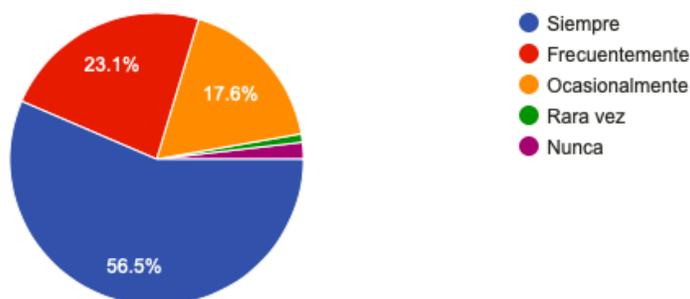
**Gráfica 2.** Conectividad a internet.

El desarrollo de un entorno de aprendizaje para los estudiantes incluye la integración de aprendizajes formales e informales, el uso de redes sociales que pueden cruzar las fronteras institucionales y la utilización de protocolos de red para conectar una serie de recursos y sistemas dentro de un espacio gestionado personalmente (Adell, 2011). Algo necesario para tener un entorno estable de aprendizaje frente a la situación actual del país y del mundo es la necesidad de la conectividad a internet, siendo esta utilizada para generar el espacio de aprendizaje.

### *Efecto de las clases de Educación Física y Salud*

Es importante saber si el trabajo que los estudiantes realizan durante la clase de Educación Física y Salud tiene efecto en ellos, si lo realizado en clase realmente está dando resultados positivos, ya sea algún cambio de actitud, una visión distinta, cambios fisiológicos, cambios mecánicos o sociales. Es aquí cuando entra la tarea de los padres y apoderados que están presentes durante el desarrollo del niño y pueden señalar si, a su juicio, las clases de Educación Física están afectando de algún modo al estudiante.

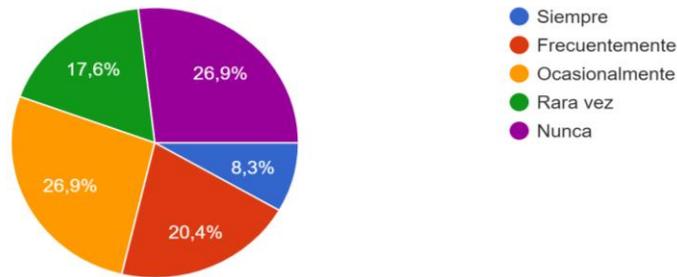
La gráfica 3 tiene relación con la percepción de los apoderados sobre la asignatura de Educación Física y Salud durante las clases impartidas a través de la plataforma virtual Zoom. El 56,5% de ellos manifiesta que las clases impactan siempre de forma positiva en sus pupilos, el 23,1% responde que frecuentemente y un 17,6% responde que ocasionalmente, por lo que el 97,2% de los apoderados consideran que la asignatura trae beneficios a su pupilo.



**Gráfica 3.** Impacto de las clases de Educación Física y Salud en los estudiantes.

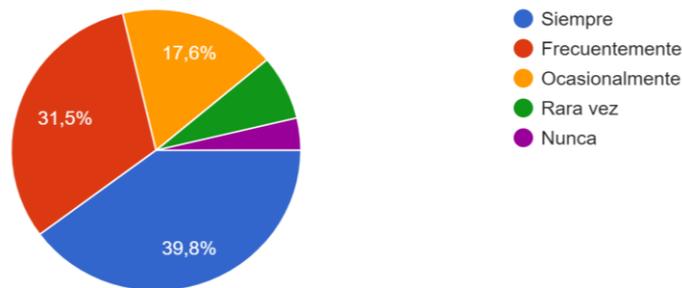
Las clases de Educación Física son relevantes para el desarrollo del estudiante, sobre todo en estos tiempos de pandemia en que los estudiantes tienen bastantes limitantes para realizar actividades al aire libre debido al confinamiento en el hogar como medida preventiva para evitar el contagio. Es por ello que estar en constante movimiento se vuelve hoy más importante, buscando beneficios en la salud física y mental para la persona que *se mueve*. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020a) señala como efectos benéficos de la práctica de actividad física en jóvenes: ayuda al desarrollo del aparato locomotor sano, a desarrollar el sistema vascular sano, a aprender a utilizar el sistema neuromuscular y a mantener un peso corporal saludable.

En la gráfica 4 se evidencia una consecuencia de lo anterior, donde un 55,6% ha presenciado siempre, frecuentemente y ocasionalmente algún cambio fisiológico en los estudiantes a raíz de las clases. Por otra parte, un 44,5% nunca o rara vez han presenciado algún cambio fisiológico debido a las clases, tal vez por tratarse de cambios internos no observables a simple vista.



**Gráfica 4.** Cambio fisiológico presenciado por los padres y apoderados del estudiante.

Es por ello que se realiza una pregunta relacionada con el cambio anímico de los estudiantes, observable por el padre y apoderado, con lo que se puede corroborar si efectivamente el estudiante presenta algún efecto en consecuencia de lo realizado en clases. En la gráfica 5 se observa en una cantidad importante que señalan que las clases influyen en la mejora del estado anímico, indicando que siempre, frecuentemente y ocasionalmente en un 88,9%, siendo esta una consecuencia de la actividad física realizada en clases, por otra parte los que nunca y rara vez presentan un 11,1% siendo un cantidad bastante mínima.



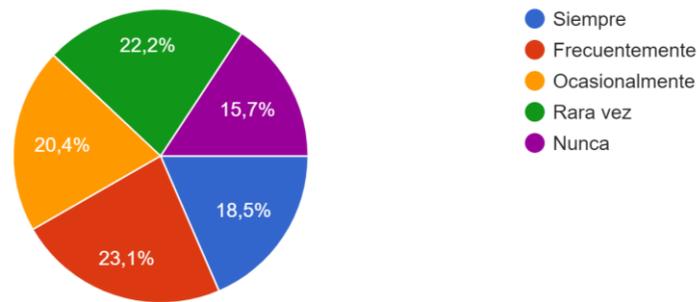
**Gráfica 5.** Mejora del estado anímico a consecuencia de las clases.

Realizar actividad física ayuda a mejorar la salud física y emocional. Personas que presentan depresión tienen una notoria mejoría (Campos & Mondaca, 2012), por lo que es importante realizar actividad para mejorar el estado emocional, especialmente debido a la situación en la que nos encontramos. Como se mencionó, hoy es más complejo realizar las clases de Educación Física, lo que se puede hacer es limitado y esto afecta las mejoras en el estudiante. Arroyo (2020) señala que la Educación Física es una asignatura netamente práctica, que aporta a disminuir el estrés que genera el encierro, especialmente en niños y jóvenes. Se comprende que las clases presenciales son irremplazables y que la enseñanza a distancia no es lo mismo, pero existe el propósito de hacer lo mejor posible para lograr un buen aprendizaje y una mejor salud física y emocional.

*Responsabilidad parental*

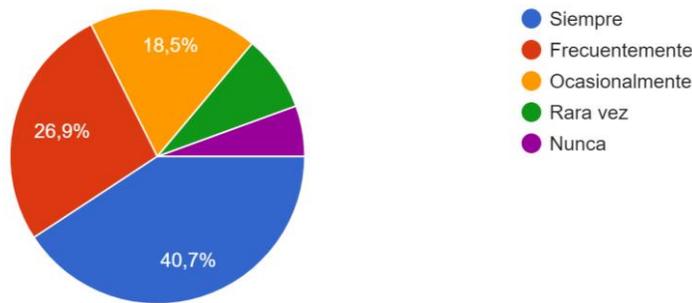
Desde el mismo momento en que se tiene un hijo, los padres adquieren una responsabilidad parental. En ellos recaen derechos y deberes sobre sus hijos, uno de los cuales es garantizar su bienestar, desarrollo, crianza y educación (Acuña, 2013), lo que implica interesarse por el desarrollo de sus actividades académicas y compartir ámbitos exclusivos del hijo (Acuña, 2013), algo que se ha tornado ineludible actualmente.

De acuerdo con lo señalado por los apoderados, durante las actividades virtuales de su pupilo, en la gráfica 6 se observa que un 84,3% acompaña a los estudiantes durante el horario de clase, estando presentes durante el proceso de aprendizaje del niño, corroborando que estén realmente asistiendo a las actividades académicas y realizando lo señalado para la asignatura de Educación Física.



**Gráfica 6.** Acompaña a su pupilo en horario de clases.

En la gráfica 7 se aprecia que el 94,4% de los apoderados señala que brindan apoyo a sus pupilos al menos alguna vez durante su proceso de aprendizaje, creando un ambiente apto para las actividades académicas en el modo virtual, algo muy positivo ya que, según datos de la plataforma online Portal Educación, el estudiante que tiene apoyo y/o involucración de sus padres o apoderados en su proceso educativo, aumenta su rendimiento entre 40% y 60% (Portal Educación, 2020).



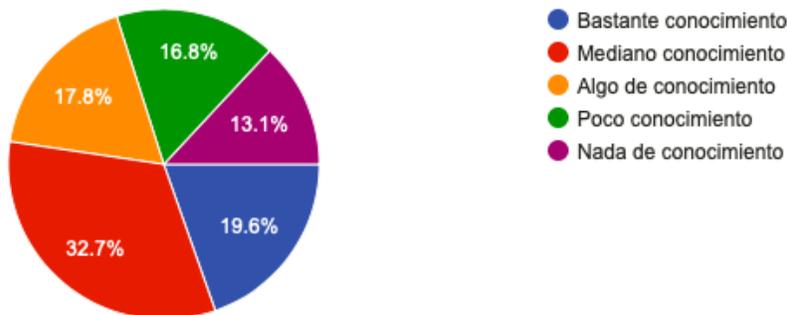
**Gráfica 7.** Apoya a su pupilo durante el horario de clases.

Con la enseñanza virtual, los padres deben asumir en ciertas ocasiones el rol de profesores, al convertirse en los mediadores del colegio en casa, para hacer el seguimiento correspondiente al cumplimiento de tareas y objetivos requeridos por el establecimiento. Respecto a acompañar y apoyar a su pupilo durante el horario de clases, en los gráficos 6 y 7 observamos que un 15,7% de los apoderados nunca acompañan a su pupilo y un 5,6% no los apoya durante su periodo de clases. La cantidad de adultos en casa no asegura la disponibilidad para el apoyo en el aprendizaje a distancia de los estudiantes; es importante considerar también la disponibilidad de tiempo de los apoderados (Eyzaguirre et al., 2020) ya que en muchos casos se encuentran imposibilitados para acompañar a sus hijos porque no cuentan con las posibilidades, competencias, tiempo o espacio para hacerlo.

### *Uso de TIC*

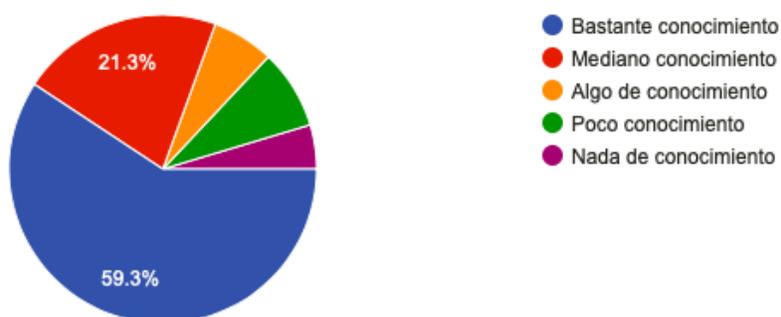
La suspensión de clases presenciales ha originado múltiples desafíos en las comunidades escolares de todo Chile, debiendo incorporar las TIC para llevar a cabo esta modalidad online. Cuando hablamos de TIC nos referimos a un conjunto de técnicas y dispositivos basados en las nuevas herramientas tecnológicas de canales de información y comunicación utilizados para almacenar, procesar, difundir o transmitir información de forma digital (Soler, 2008). El apoyo educativo en las TIC ha logrado mejorar la comunicación alumno-docente, ya que permite la comunicación a distancia, pudiendo acercarse bastante a una clase presencial el uso de las videoclases, permitiendo mostrar los recursos de aprendizaje para apoyar cada asignatura. Utilizar las TIC en la educación muestra un aumento en la motivación y el interés, tanto para los docentes como para el estudiantado, abriendo de esta forma una nueva perspectiva para la educación (EducarChile, 2020).

Respecto al conocimiento de los apoderados sobre el uso de las TIC, en la gráfica 8 se observa que el 19,3% manifiesta tener bastante conocimiento, un 32,7% mediano conocimiento, un 17,8% algo de conocimiento y un 29,9% señala tener entre poco y nada de conocimiento. Las TIC también cambian la posición del alumno, que debe enfrentarse, de la mano del profesor, a una nueva forma de aprender, al uso de nuevos métodos y técnicas (Pérez, 2010). Debido a esta nueva modalidad que aparece en el sistema educativo, los apoderados deben estar involucrados también en el proceso de aprendizaje de las TIC, estando actualmente en el proceso de aprendizaje de esta nueva modalidad.



**Gráfica 8.** Conocimientos respecto al uso de las TIC.

Al indagar sobre los conocimientos respecto al uso de las TIC (gráfica 9), se consideran conocimientos básicos ingresar a clases, desactivar micrófono, acceder al chat, levantar la mano, entre otras. Al respecto, el 59,3% de los apoderados responde tener bastante conocimiento respecto a la plataforma, mientras sólo un 12,9% manifiesta tener poco y nada de conocimiento. Se puede deducir que el alto porcentaje de apoderados que responden tener bastante conocimiento sobre la plataforma, se debe a que anteriormente ya habían realizado un semestre online con sus pupilos, lo cual les permitió adquirir estos conocimientos.



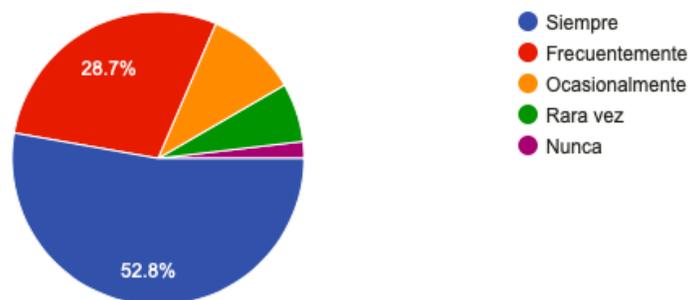
**Gráfica 9.** Conocimientos básicos sobre la plataforma determinada por el colegio.

Los padres poseen relativamente bajos niveles de alfabetismo computacional, indicando la existencia de una relación negativa entre la edad de los padres y sus competencias en el uso de los computadores (Dincer, 2012). A pesar de esto, los apoderados manifiestan tener un mayor conocimiento respecto a la plataforma que usa el colegio. En la mayoría de los países, los alumnos utilizan internet con mayor frecuencia que sus padres, pero este porcentaje de uso va en aumento (Livingstone, 2011), lo que les permite apoyar a sus hijos o pupilos en su proceso de aprendizaje, un hecho positivo para el uso de las TIC por parte del estudiante, aprovechando las herramientas para el desarrollo de sus habilidades en las tecnologías y para el aprendizaje (Lucklin, 2012).

### Uso de los espacios

En el ámbito escolar, la mayoría de los docentes se centra en el aula como espacio protagonista de los aprendizajes, sin darse cuenta de que cualquier espacio del centro educativo puede ser un magnífico recurso para el desarrollo y el aprendizaje de los alumnos. En el caso de la modalidad de clases online, el hogar se ha convertido en el nuevo lugar para el aprendizaje, para lo cual hay condiciones importantes que se deben considerar, como contar con un espacio para realizar las clases, además de un ambiente adecuado que cuente con lo necesario para recibir una clase online de la mejor manera (Rodríguez, 2020). También es necesario que el lugar sea silencioso, ya que está demostrado que la exposición a un nivel excesivo de ruido se relaciona directamente con complicaciones en el aprendizaje y la cognición. Contar con una buena iluminación es clave para aumentar la concentración y que idealmente este lugar tenga luz natural, que es un elemento fundamental para mejorar la productividad. Cuidar este aspecto potencia el bienestar, aumenta la creatividad y facilita el desarrollo de las tareas de forma más ágil y eficaz (Cores, 2020).

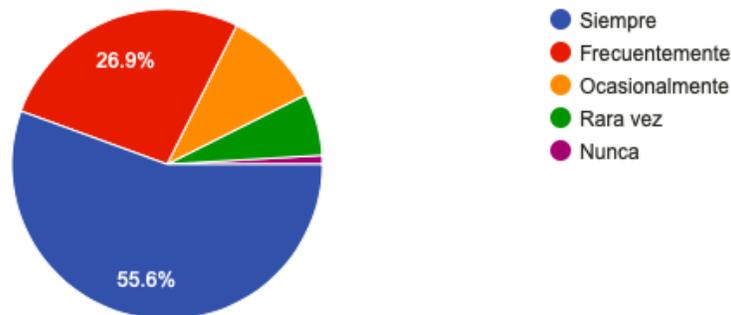
En la gráfica 10 se aprecia que el 52,8% de los alumnos cuentan siempre con un espacio asignado para realizar las clases, mientras que el 38,9% indican que frecuentemente y ocasionalmente, y un 8,4% rara vez y nunca, cifras bastantes relevantes. En esta asignatura es importante el espacio que dispone el estudiante en su hogar para llevar a cabo la clase, ya que necesita un lugar amplio que le permita realizar las actividades de la mejor manera. La suspensión de las clases presenciales les ha aislado de sus pares, forzándolos a permanecer en viviendas que no necesariamente tienen las condiciones más adecuadas para la habitabilidad de toda la familia de manera simultánea (Portal Educación, 2020). En el presente escenario, es una condición de gran relevancia contar con un ambiente de aprendizaje adecuado.



**Gráfica 10.** Espacio asignado para realizar las clases de Educación Física y Salud.

En la gráfica 11 observamos que el 55,6% de los apoderados responde que sus pupilos tienen un ambiente propicio para el aprendizaje, sin ruidos e interrupciones que afecten su concentración y participación en clases, algo que guarda relación directa con ítem anterior, donde además de tener espacios adecuados, debe haber un ambiente óptimo para el desarrollo de sus clases. Por otro lado, el 37,1% responde que frecuentemente y ocasionalmente tienen un ambiente propicio para

el aprendizaje, y el 7,4% responde que rara vez o nunca, siendo un cantidad menor pero importante, ya que es necesario que todos cuenten con el ambiente adecuado para generar un buen proceso de enseñanza-aprendizaje.



**Gráfico 11.** Ambiente propicio para el aprendizaje.

Es importante velar por el proceso de aprendizaje de los estudiantes, por lo que se deben propiciar las condiciones para garantizar un buen desarrollo de la clase, aún en las condiciones actuales. Rodríguez (2020) indica que uno de los efectos de la crisis generada por el COVID-19 es la limitación de espacios y la restricción para hacer actividades al aire libre, afectando directamente la actividad física que hacen las personas y, por consiguiente, representa un problema para las actividades realizadas durante las clases de Educación Física, ya que al ser una clase práctica se necesitan espacios adecuados para su desarrollo.

En consecuencia, es importante que los estudiantes, a pesar de las limitaciones del espacio, efectúen las actividades señaladas por los docentes, para así obtener los beneficios que conlleva realizar actividad física. La Organización Mundial de la Salud indica que el sedentarismo y los bajos niveles de actividad física pueden tener efectos negativos en la salud, el bienestar y la calidad de vida de las personas, mientras que la actividad física puede ser valiosa para ayudar a mantener la calma y proteger la salud durante la cuarentena (OMS, 2020a), tomando gran relevancia realizar actividad física durante las clases de Educación Física, para que el alumno se beneficie de ella asistiendo a clase desde su hogar.

## Conclusiones

Los resultados de esta investigación indican que los apoderados consideran que la clase virtual de Educación Física y Salud trae beneficios o impacto positivo a sus pupilos, una mejora en la salud del estudiante teniendo una vida más activa, proporcionándole herramientas para mejorar su calidad de vida por medio de las clases a distancia.

En la muestra analizada en el estudio, los alumnos cuentan con un aparato tecnológico en su hogar para las clases virtuales, ya sea computador, teléfono, tablet u otro, y en su mayoría tienen buena conectividad a internet, esencial para asistir a las clases en modalidad virtual y contar así con un entorno estable de aprendizaje. No obstante, esto no basta, puesto que también es necesario comprender cómo utilizar las herramientas tecnológicas para que se realicen de la mejor manera. En su mayoría, los apoderados presentan un mediano conocimiento con respecto al uso de las TIC, siendo superior a la mitad quienes tienen un buen nivel de conocimiento. En su conjunto, las TIC son un excelente medio para facilitar el contacto entre profesores, alumnos y padres, permitiendo a los padres tener un mejor conocimiento y una mayor participación en el proceso y evolución académica de sus hijos.

Es necesario que los alumnos dispongan de un espacio adecuado en su hogar para cumplir con los requerimientos de las actividades de clase, debido a que es una asignatura mayormente práctica, buscando con ello que tengan oportunidades de aprendizaje similares; un espacio en el que no se afectan la concentración y la participación del estudiante. Además, es necesario un ambiente propicio, que facilite el aprendizaje. También es de gran importancia el apoyo de los padres y apoderados en la vida escolar de los alumnos, brindando acompañamiento a los estudiantes en su proceso formativo.

Es necesario seguir desarrollando estudios en esta misma línea, pues la crisis actual generada por la pandemia, transformó la vida en el mundo. Con respecto al proceso formativo de los escolares, es imprescindible estudiar el efecto que la crisis genera en su desarrollo y en su proceso formativo, en aspectos como las percepciones y los nuevos roles de los diferentes actores, los nuevos ambientes para el aprendizaje, los usos de las TIC, las didácticas emergentes, entre otros, de modo que el nuevo conocimiento generado a través de la investigación aporte a solucionar los problemas que se afrontan en el contexto escolar.

Finamente, una limitación para el desarrollo de la investigación fue la escasa literatura disponible sobre el conocimiento de las TIC por parte de los padres y apoderados, y la importancia de los espacios en las clases virtuales, especialmente en la asignatura de Educación Física y Salud, debido a que es un tema reciente y no se han realizado muchos estudios sobre estos temas.

## Referencias

- Acuña, M. (2013). El principio de corresponsabilidad parental. *Revista de Derecho*, 20(2), 21-59. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-97532013000200002>
- Adell, J. (2011). *Entornos personales de aprendizaje (PLE)*. España: Gobierno de Canarias. <https://bit.ly/3EKpry3>
- ACE Agencia de Calidad de la Educación (2017). *Percepciones acerca del uso de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) y los aprendizajes de los alumnos de enseñanza media*. [http://archivos.agenciaeducacion.cl/06\\_Tics\\_y\\_aprendizajes.pdf](http://archivos.agenciaeducacion.cl/06_Tics_y_aprendizajes.pdf)
- Agenda Digital (2020). *Plan de formación para docentes en ejercicio*. <http://www.agendadigital.gob.cl/#/seguimiento/medida/Plan-de-Formación-Docente>
- Arroyo, P. (2020). *Clases de educación física durante la pandemia*. Universidad de San Sebastián, Instituto de Políticas Públicas en Salud. <https://bit.ly/3u0fO9u>
- Cabrera, J.F. (2020). Producción científica sobre integración de TIC a la Educación Física: estudio bibliométrico en el periodo 1995-2017. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 37, 748-754. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.67348>
- Campos, C., & Mondaca, J. (2012). Efecto de diversas actividades físicas en el estado anímico depresivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Costarricense de Salud Pública*, 21(1), 9-14. <https://www.scielo.sa.cr/pdf/rcsp/v21n1/art03v21n1.pdf>
- Carrizo, D. (2020). *Las TICs y la formación a distancia en tiempos de pandemia*. Universidad de Atacama. <https://bit.ly/3ABrGl4>
- Castillo, F., & Inostroza, P. (2020). Propuesta didáctico-metodológica para el uso provechoso del teléfono celular en las clases de Educación Física. *VIREF Revista de Educación Física*, 9(3), 147-160. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/342429>
- Collado, S. (2020). *Los efectos de la educación online en los hogares*. Universidad de Chile. <https://www.uchile.cl/noticias/163485/los-efectos-de-la-educacion-online-en-los-hogares>
- Cores, N. (2020). *Diez consejos para crear el mejor espacio de estudio en casa y promover el aprendizaje durante el confinamiento*. <https://bit.ly/3zsnVNb>
- Cornejo, R., & González, E. (2020). El Mineduc y su postura frente a la pandemia: ¿una mirada pública? *Diario Universidad de Chile*. <https://bit.ly/3EJra71>
- DEG División Educación General (2020). *Orientación al sistema escolar en contexto de COVID-19*. <https://bit.ly/3CzVMFT>
- Dincer, S. (2012). A study of the relationship between pupils and parent`s computer literacy level and use. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 46(0), 484-489. <https://bit.ly/3zrtvzu>

- Ducci, M. (2020). La educación y el Covid-19. *Opinión Cooperativa*. <https://bit.ly/3u3u01z>
- EducarChile. (2020). *La G Suite: una herramienta para la docencia en pandemia*. <https://www.educarchile.cl/la-g-suite-una-herramienta-para-la-docencia-en-pandemia>
- Eyzaguirre, S., Le Foulon, C., & Salvatierra, V. (2020). Educación en tiempos de pandemia: antecedentes y recomendaciones para la discusión en Chile. *Estudios Públicos*, 159, 111-180. <https://bit.ly/3Cw3KQg>
- Ferrada, V., González, N., Ibarra, M., Ried, A., Vergara, D., & Castillo, F. (2021). Formación docente en TIC y su evidencia en tiempos de COVID-19. *Revista Saberes Educativos*, 6, 144-<https://dx.doi.org/168.10.5354/2452-5014.2021.60715>
- Flores-Ferro, E., Maurera, F., Hadweh, M., Gutiérrez, S., Silva-Salse, A., et al. (2021). Nivel de satisfacción de las clases online por parte de los estudiantes de Educación Física de Chile en tiempos de pandemia. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 41, 123-130. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.82907>
- Fondo de fomento al desarrollo científico y tecnológico (2008). *TICs para educación en Chile*. CONICYT. <https://bit.ly/3nZaRgi>
- Educación 2020 (2020). *Informe de resultados #EstamosConectados*. Testimonios y experiencias de las comunidades educativas ante la crisis sanitaria. <https://bit.ly/3EJlwl6>
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., & Ólafsson, K. (2011). *Risks and safety for children on the internet: the UK report: summary of key findings*. London, UK: EU Kids Online. <http://eprints.lse.ac.uk/43731/>
- Luckin, R., Bligh, B., Manches, A., Ainsworth, S., Crook, C., & Noss, R. (2012). *Decoding learning: the proof, promise and potential of digital education*. NESTA. <https://bit.ly/3krYR4J>
- Maugeri, G., Castrogiovanni, P., Battaglia, G., Pippi, R., D'Agata, V., Palma, A. & Musumeci, G. (2020). The impact of physical activity on psychological health during Covid-19 pandemic in Italy. *Heliyon*, 6(6), e04315. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2405844020311592>
- ME Ministerio de Educación de Chile. *Decreto 220 de 1998, por el cual se establecen objetivos fundamentales y contenidos mínimos obligatorios para enseñanza media y fija normas generales para su aplicación*. <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=120871&idVersion=2009-08-19>
- ME Ministerio de Educación de Chile (2011). *Resultados Nacionales SIMCE TIC*. [http://www.enlaces.cl/wp-content/uploads/Informe\\_de\\_Resultado\\_SIMCETICok.pdf](http://www.enlaces.cl/wp-content/uploads/Informe_de_Resultado_SIMCETICok.pdf)
- MSAL Ministerio de Salud (2020). *Recomendaciones de actuación en los lugares de trabajo en el contexto covid-19*. Chile: El Ministerio. <https://bit.ly/3Azdmck>

- MSAN Ministerio de Sanidad (2020). *Actividad Física y Salud. Guía para padres y madres*. España: El Ministerio. <https://bit.ly/39I7Hp3>
- Mora, E. (2020). Educación online: qué tecnologías son necesarias para mejorar el aprendizaje en casa. *Diario Concepción*. <https://bit.ly/3CBsqHn>
- OMS Organización Mundial de la Salud (2020a). *Inactividad física: un problema de salud pública mundial*. [https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet\\_inactivity/es/](https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/es/)
- OMS Organización Mundial de la Salud (2020b). *Preguntas y respuestas sobre la enfermedad por coronavirus (COVID-19)*. <https://bit.ly/3Cymb76>
- Pérez, S. (2010). La importancia de las TICs en la escuela. *Revista Federación de Enseñanza de CC.OO. de Andalucía*, 7, 1-7. <https://www.feandalucia.ccoo.es/andalucia/docu/p5sd7083.pdf>
- Ponce, R. (2016). Participación de la familia en la sociedad virtual: conocimiento sobre los usos y riesgos de internet. *Signos EAD, Supl.*, 1-14. <https://p3.usal.edu.ar/index.php/supsignosead/article/view/3693/4580>
- Portal Educación. (2020). La influencia de apoderados en la educación online mejora el rendimiento de estudiantes. <https://bit.ly/3CCtHOY>
- Rodríguez, L. (2020). Cómo crear el ambiente adecuado para las clases online de los niños. <https://bit.ly/3oc09TZ>
- Ruiz, M. (2019). La importancia de las TICs en la educación. <https://www.flup.es/importancia-tics-educacion/>
- Soler, V. (2008). El uso de las TIC como herramienta didáctica en la escuela. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*. <https://www.eumed.net/rev/cccss/02/vsp.htm>