



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA
EXPERIMENTAL LIBERTADOR
INSTITUTO PEDAGÓGICO LUIS BELTRÁN
PRIETO FIGUEROA DE BARQUISIMETO

Revista 
educare
ISSN 2244-7296

Depósito Legal: ppi201002LA3674

Órgano de divulgación de la
Subdirección de Investigación y
Postgrado



USO DE LAS TIC EN LA ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS ESTUDIANTES DEL NIVEL SECUNDARIO- CUSCO

USE OF ICTS IN THE PHYSICAL
ACTIVITY OF SECONDARY
SCHOOL STUDENTS-CUSCO

Autores:

Gutierrez Dueñas Erika

ORCID:<http://orcid.org/0000-0001-9459-6842>
I.E. 50151 Nuestra señora de Fátima

Machado Lovon Juan

ORCID:<http://orcid.org/0000-0003-0739-6688>
I.E. 50151 Nuestra señora de Fátima

Suyo Condorccahua, Kilder

ORCID:<http://orcid.org/0009-0004-9025-6647>
CEBA Uriel Garcia

Cusco - Perú

**USO DE LAS TIC EN LA
ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS
ESTUDIANTES DEL NIVEL
SECUNDARIO-CUSCO**

*USE OF ICTS IN THE
PHYSICAL ACTIVITY OF
SECONDARY SCHOOL
STUDENTS-CUSCO*

Resumen

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo determinar la influencia del uso de las TIC en la actividad física de los estudiantes del tercer grado de educación secundaria de la I.E. Eusebio Corazao de Lamay-Calca, Cusco. El enfoque de investigación se consintió en el enfoque cuantitativo, tipo básica y diseño no experimenta, con un nivel correlacional causal teórico explicativo. Se aplicó dos cuestionarios a una población objetivo de 30 estudiantes, los cuales fueron procesados a través del programa SPSS versión 24. Los resultados demostraron que el uso de las TIC tiene una influencia significativa en la actividad física de los estudiantes, cuyo nivel obtenido fue medio bajo, lo que demuestra que hay una correlación causal directa en un grado alto. Finalmente, se concluye que, es necesario fomentar el deporte y el uso de las nuevas tecnologías, aprovechando los innumerables beneficios que ofrecen en la formación integral de los estudiantes.

Descriptores: TIC, actividad física;nivel secundario.

Abstract

The objective of this research work was to determine the influence of the use of ICT on the physical activity of students in the third grade of secondary education at the I.E. Eusebio Corazao de Lamay-Calca, Cusco. The research approach consisted of a quantitative approach, basic type and non-experimental design, with an explanatory theoretical causal correlational level. Two questionnaires were applied to a target population of 30 students, which were processed through the SPSS program version 24. The results showed that the use of ICT has a significant influence on the physical activity of students, whose level obtained was medium-low, which shows that there is a direct causal correlation to a high degree. Finally, it is concluded that it is necessary to promote sports and the use of new technologies, taking advantage of the innumerable benefits they offer in the integral formation of students.

Descriptors: TIC; physical activity; secondary level.

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

Introducción

La sociedad del conocimiento se distingue por los cambios vertiginosos y acelerados de la ciencia y la tecnología de la información. Sánchez Sánchez & Espada-Mateos (2018) señalan que, las TIC hacen viable “el acceso rápido y eficaz a la información de manera más atractiva e innovadora para después compartirla. Una de las mayores ventajas de usar estas tecnologías es que rompe las barreras espacio-temporales que tanto condicionan la enseñanza en Educación Física” (p.79). La posibilidad de acceso a la información, prácticamente en tiempo real, independientemente del lugar donde se produce el hecho, supone sin duda una base fundamental de la llamada globalización y, por ende, cambios de dimensiones tanto en lo cultural como en lo social. En otras palabras, las nuevas tecnologías refieren la oportunidad de acceder a la información lo que paradójicamente hace años sólo una minoría podía adjudicarse.

La evolución de la accesibilidad a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación, está produciendo un intenso cambio cultural para el conjunto de la humanidad. Duran Vinagre et al. (2021) apuntan que “los nuevos recursos electrónicos se están diseñando para proporcionar un acceso interactivo entre diferentes dispositivos y programas que permiten al usuario conocer su nivel de práctica en diferentes contextos e interactuar con otras personas” (p.793). Sin duda, el uso de las tecnologías de la información y comunicación generan discusiones y debates entre los diferentes actores del sistema educativo. Los directivos, docentes, estudiantes y administrativos son corresponsables en el uso adecuado de las TIC en torno a las diferentes situaciones educativas del entorno institucional, que fortalezca el rendimiento académico y personal de los estudiantes en pro de la mejora en la calidad educativa.

En la región del Cusco el creciente incremento del uso de los celulares móviles de diversas gamas y la expansión del internet en lugares donde hace solo una década no había conexión de redes, ha ocasionado estudiantes adictos al uso de las tecnologías de la información y la comunicación, observándose actitudes insensibles e individualistas, descuidando aspectos naturales de adolescentes como las actividades físicas, la recreación sana, la lectura, las relaciones familiares y aspectos del desarrollo personal. De ahí que, en la provincia del Cusco se haya convertido un problema el uso inapropiado de las tecnologías de la información y la comunicación, lo cual ha generado discusiones entre los diferentes actores del sistema educativo

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

regional, desde los directivos de las diferentes instituciones educativas hasta los padres de familia, siendo necesario tomar acciones productivas que permita abordar esta problemática.

Por tal razón, el presente estudio se centró en el uso de las tecnologías de la información los estudiantes del nivel secundario, pues se ha evidenciado la dedicación con un excesivo tiempo y la preocupación de los docentes en el escaso monitoreo familiar, lo que acarrea un desinterés en las diversas áreas del conocimiento o asignaturas en la que se está formando, especialmente en la actividad física. Sospedra Harding et al (2021) consideran que “las TIC deben integrarse en las sesiones educativas de forma fluida e interactiva, logrando efectivamente las competencias en todos los niveles. Esto debe implementarse cuidando de no caer en la monotonía, ni en el conformismo utilizando siempre las mismas herramientas” (p.90).

En la Institución Educativa Eusebio Corazao de Lamay - Calca, Cusco, se refleja el uso inadecuado de las tecnologías de la información y la comunicación en los estudiantes, menospreciando las actividades físicas por el abuso excesivo de los celulares móviles, videojuegos, redes sociales de diversa naturaleza y repercusión. Este escenario escandaliza la comunidad institucional y como consecuencia la dependencia en torno a las tecnologías y el uso inadecuado que se le otorga, lo cual es observado por los docentes, comportamientos o actitudes negativas que desvirtúan la formación académica del estudiantado. En consecuencia, es urgente reflexionar en torno al papel del sistema educativo y la responsabilidad de directivos y docentes en la formación de los estudiantes, tomar las decisiones oportunas para garantizar el uso responsable de las tecnologías de la información y la comunicación. En opinión de Quintero González et al (2018) “la transformación de los recursos y materiales de enseñanza no sólo consiste en la mutación de su soporte tecnológico (pasar del papel a las pantallas), sino también implica una profunda reformulación de la pedagogía que subyace a los mismos” (p.343).

El estudio se enmarca esencialmente en el contexto tecnológico y globalizado en que vive la humanidad, las tecnologías de información y comunicación han abarcado casi todas las esferas de la actividad humana y, por ende, el impacto en las actividades que realiza el hombre en la sociedad. Por tanto, surge la siguiente interrogante ¿De qué manera influye el uso de las TIC en la actividad física de los estudiantes de educación secundaria de la I.E. Eusebio Corazao de Lamay–Calca Cusco? Sin duda, el impacto de las TIC, dentro de la sociedad del conocimiento ha

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

traído grandes cambios, respecto a forma y contenido, el efecto ha sido masivo y multiplicador, de tal forma que el sentido del conocimiento ha calado en la sociedad en general, y una de las grandes implicancias y modificaciones, es la educación. Por tanto, la investigación tuvo como propósito determinar la influencia del uso de las TIC en la actividad física de los estudiantes de educación secundaria de la I.E. Eusebio Corazao de Lamay–Calca Cusco.

Argumentación teórica

Tecnologías de la información y comunicación (TIC)

En la evolución de la sociedad, el desarrollo de la tecnología ha tenido un papel preponderante, tal como lo señala Cabero (2007) nunca ha existido una relación tan estrecha entre las tecnologías y la sociedad, y nunca la sociedad se ha visto tan influenciada por los diferentes procesos digitales que se están mostrando a gran escala. En este sentido, es avasallante el impacto de las tecnologías en el modo de vida de las personas, las cuales en un gran porcentaje se ha demostrado el beneficio; sin embargo, las oportunidades que éstas brinda algunas veces son desvirtuadas con posturas perjudiciales que trasgreden la esencia con que se ha proyectado en la sociedad para mejorar la calidad de vida. López (2017) menciona que, las tecnologías de la información y la comunicación- TIC “pueden ser definidas como el conjunto de herramientas tecnológicas que conforman la sociedad de la información. Incluye a la informática, el internet, la multimedia, entre otras tecnologías, así como a los sistemas de telecomunicaciones que permiten su distribución” (p.294).

Cebero (2007) refiere que las TIC giran en torno a cuatro medios básicos: la informática, la microelectrónica, los multimedia y las telecomunicaciones. Además, giran de manera interactiva e interconectada, lo que permite conseguir nuevas realidades comunicativas, y potenciar las que pueden tener de forma aislada. Citando a Boluda (2011) las TIC son consideradas como instrumentos y como procesos utilizados para recuperar, almacenar, organizar, producir, manejar, presentar e intercambiar información por medios electrónicos y automáticos. Las TIC pueden ser tradicionales como la radio, la televisión y los medios impresos; las nuevas o modernas representadas por medios y herramientas como los satélites, el GPS, el internet, correo

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

electrónico, teléfonos móviles, entre otros. Por tanto, se evidencia como las TIC están inmersas en la vida diaria del ser humano, las cuales se han instituido como herramientas de apoyo y seguridad de la vida social, mostradas como por ejemplo en cámaras de video, y oficinas bancarias virtuales.

Sin duda, las TIC optimizan el procesamiento de la información y el desarrollo de la comunicación, permitiendo generar mayor conocimiento que favorezcan el proceso de aprendizaje, además de ser de carácter transversal. En palabras de Cabero (2007) las TIC son medios electrónicos que crean, almacenan, recuperan y transmiten una gran cantidad de información de forma ágil y combinando diferentes tipos de códigos en una realidad hipermmedia pueden agruparse en tres áreas: informática, video y telecomunicación, con interrelaciones entre ellas. Entre tanto, trabajan un producto inmaterial, la información, en sus diversas formas (visuales, auditivas, audiovisuales, etc.) y modos (estático y dinámico). Su propiedad más relevante es la interconexión, que permite combinar en un mismo mensaje sus diversas formas a través de distintos instrumentos, por ejemplo, cuando se incorporan recursos multimedia (sonido, imagen, texto) e hipertexto (vínculos a otras páginas) en una Web.

Los autores Villa y Poblete (2007) definen las TIC como herramientas que se utilizan como medios de expresión, comunicación, aprendizaje y de investigación. El objetivo de las herramientas TIC es contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas que tienen un contacto diario con ellas y las integran a un sistema de información para mantenerse conectado con otras personas. Dichos autores también mencionan que las TIC se conforma en dos grandes grupos: las TI o Tecnologías informáticas, que son todos los servicios o materiales relacionados con computadoras y redes (hardware, software y herramientas inteligentes) y las TC o Tecnologías de comunicación, las cuales son todos los medios de comunicación masivos (Internet, televisión, radio y teléfono) y todos los servicios globales que permiten una comunicación rápida, efectiva y eficaz.

De lo manifestado por los autores, se hace alusión a la sociedad del conocimiento, la cual debe prepararse para el manejo adecuado de las herramientas TIC, es decir, desarrollar competencias que permitirán dar un tratamiento y manejo mucho más amplio de la información, logrando procesar, almacenar, sintetizar, recuperar datos a través de la informática; compartir,

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*

Correa Guevara, Maria Veronica

difundir y presentar información de la forma más variada a través de internet y el multimedia.

Es innegable que una computadora y la red de Internet son los elementos tecnológicos fundamentales que han permitido romper barreras y distancias a través de herramientas digitales como los servicios de videoconferencia, el chat que permiten a los usuarios que se encuentran en lugares distantes e intercambiar mensajes e información de manera interactiva. De acuerdo a Cabero (2005), se debe percibir la tecnología no como instrumento técnico, sino como instrumento cultural formativo. Siguiendo la postura del autor, éstas deben convertirse en herramientas significativas para la formación académica al potenciar diferentes habilidades cognitivas y socioemocionales que permita al sujeto interactuar eficazmente antes los cambios que demanda la globalización.

Uso de las Tecnologías de la información y comunicación (TIC)

En la actualidad, hay una tendencia generalizada en realizar actividades digitales en los tiempos de descanso y la inmediatez y velocidad de reacción también la llevan a sus relaciones personales, es decir se les otorga más valor a los contenidos multimedia y utilizan nuevos lenguajes, refiriéndose a la escritura como “chateo”. Todas estas peculiaridades se podrían resumir en la búsqueda activa de información y el rápido procesamiento de la misma, gusto por la interactividad, la inmediatez y preferencia por la red como manera de funcionamiento, hacen suponer un alumnado totalmente predispuesto a utilizar las tecnologías en actividades de aprendizaje. Sánchez Sánchez & Espada-Mateos (2018) expresan que la “incorporación de las TIC en el ámbito educativo, están aportando cambios significativos en los estudiantes. Se afirma que, los alumnos que utilizan estos recursos muestran un mayor conocimiento sobre el contenido a estudiar, que los que siguen el método tradicional” (p.78).

El uso de las Tecnologías de la información y comunicación (TIC), es común es los jóvenes y su utilización es rápido de aprenden, sin mayor esfuerzo, sin que nadie les haya enseñado. Sin embargo, ya son diversos los estudios que reclaman formación para el uso adecuado de las TIC, puesto que el acercamiento de los jóvenes está limitado a consumir información más que a procesarla. Según Selwyn (2008) en Reino Unido, basándose en los resultados de una encuesta a estudiantes, afirma que “aparte de las desigualdades en el acceso y participación, hay una

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

creciente evidencia de que los usos reales de las tecnologías digitales de muchos jóvenes siguen siendo bastante más limitados en su alcance que la retórica de nativo digital sugiere”. (p. 19). El autor entreve que es necesario permanecer atentos al claro cambio del mundo de vida tecnológica de los niños y jóvenes y centrarse en la comprensión de las realidades del uso de las Tecnologías de la información y comunicación (TIC) en la sociedad.

La educación debe hacer frente a los retos que suponen las nuevas oportunidades que abren las tecnologías, que mejoran la manera de producir, organizar, difundir, controlar el saber y acceder al conocimiento. En otras palabras, garantizar un acceso equitativo a estas tecnologías en todos los niveles de los sistemas de enseñanza. Los rápidos progresos de las tecnologías de la información y la comunicación modifican la forma de elaboración, adquisición y transmisión de conocimientos (UNESCO, 2008). Las tecnologías auguran, en el campo educativo, la progresiva desaparición de las restricciones de espacio y de tiempo en la enseñanza y la adopción de un modelo de aprendizaje centrado en el estudiante. Al mismo tiempo, favorecen la comercialización y la globalización de la Educación en general, así como un nuevo modelo de gestión de su organización (Bricall, 2000).

Los ambientes de aprendizaje tecnológico son eficaces, cómodos y motivantes, y pueden ser preocupantes para aquellos que no hayan incursionado como usuarios en ellas y/o que no las manejen con propiedad. En estos ambientes el aprendizaje es activo, responsable, constructivo, intencional, complejo, contextual, participativo, interactivo y reflexivo (Kustcher y St.Pierre, 2001), lo que permite, para el que interactúe con ellas la posibilidad de sacarle ventajas, pero también pueden tener desventajas por mal uso o por la descontextualización. Las posibilidades que ofrecen las TIC, permiten al docente ser partícipe de la creación de entornos formativos en los cuales es inminente la interacción multidireccional entre los participantes, aumentando así la construcción de los aprendizajes.

Autores como Bricall (2000) y Márques (2002) afirman que las funciones de las Tecnologías de la información y comunicación (TIC) desde la perspectiva de los estudiantes tienen ciertas ventajas, tal como propiciar y mantener el interés, motivación, interacción mediante grupos de trabajo y de discusión que se apoyen en las nuevas herramientas comunicativas, asimismo, la utilización del correo electrónico, de la videoconferencia y de la red,

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

desarrollo de la iniciativa y el aprendizaje, mayor comunicación entre profesores y alumnos. Los mencionados autores puntualizan que se incentiva un alto grado de interdisciplinariedad, aprendizaje cooperativo, alfabetización digital y audiovisual, desarrollo de habilidades de búsqueda y selección de información, mejora de las competencias de expresión y creatividad, fácil acceso a mucha información de todo tipo, visualización de simulaciones. Además, promueven el desarrollo de competencias y de habilidades prácticas por parte de los estudiantes en laboratorios virtuales de investigación, la provisión de la posibilidad de retroacción en la comunicación entre los estudiantes y el acceso de éstos a recursos educativos.

En cuanto a las limitaciones es importante destacar que, las Tecnologías de la información y comunicación (TIC) pueden producir estrés por desconocimiento, desarrollar en el educando estrategias de mínimo esfuerzo, dependencia a los sistemas informáticos, el desfase con respecto a otras actividades escolares y problemas de mantenimiento de las computadoras por la exigencia de una mayor dedicación y necesidad de actualizar equipos y programas (Máques, 2002), a lo que se puede agregar que estas limitaciones no son exclusivas para docentes que trabajan con TIC, pueden ocurrir en otros casos, porque el buen docente se actualiza, sabe delimitar, organizar y planificar sus experiencias de aprendizaje de forma que no haya desfases ni estrategias poco dinámicas y que no representen un reto para el alumno.

Citando a Quintero González et al. (2018), puntualizan que para cumplir con el propósito institucional en ambas variables de estudio se estila:

Alcanzar los objetivos de materia y competencias clave en Educación Física; y, por otro, potenciar el desarrollo de la competencia digital de manera específica, mediante el desarrollo de las áreas de seguridad, búsqueda de información, comunicación, sociabilización, resolución de problemas, creación y difusión de contenidos digitales, entre otros. (p.344).

La educación es fundamental para la construcción de la sociedad, basándose en el conocimiento constructivo, en el aprendizaje y en la información. En este sentido, parte de las desigualdades entre individuos, organizaciones, regiones y países se debe a las diferencias de oportunidades relacionados con el desarrollo de la capacidad de aprender y operacionalizar innovaciones (Takahashi, 2001). En este contexto, el autor considera que, educar en la sociedad de la información es más que capacitar a personas para el uso de las TIC, es crear competencias

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*

Correa Guevara, Maria Veronica

amplias que les permitan actuar efectivamente en la producción de bienes y servicios; tomar decisiones acertadas, operar diestramente sus medios y herramientas de trabajo y utilizar creativamente nuevos medios tanto en usos rutinarios como en aplicaciones complejas. También se debe enseñar a los individuos para aprender a aprender ya que se enfrentan con el indetenible avance tecnológico.

Adolescencia y las nuevas tecnologías

La adolescencia es un fenómeno psicológico, biológico, social y cultural. Es el período donde el individuo se desarrolla hacia la adquisición de la madurez psicológica a partir de construir su identidad personal (Castellana, 2005). También es un periodo importante por sus propias características evolutivas: omnipotencia, tendencia a buscar la causa de sus problemas en el otro (culpar al exterior), poca experiencia de vida, dificultad de reconocer adicciones sutiles y necesidad de normalizar conductas de riesgo. Todas estas características convierten la adolescencia en un período sumamente susceptible de sufrir conductas adictivas u otros trastornos psicológicos relacionados con el uso de alguna de las aplicaciones de las TIC. Tal como hace notar Johansson y Götestam (2004) en su estudio, un 1,98 % de una muestra de 3,237 adolescentes noruegos entre 12 y 18 años cumplirían criterios de adicción y un 8,66 % presentarían un uso de alto riesgo.

No obstante, Matute (2003), señalaba para el momento que se trata sobre todo de usuarios inexpertos y no de posibles adictos, no se debe olvidar que la necesidad del adolescente para acceder a la comunicación e información (actualmente elevada, heterogénea y cambiante) y el hecho de que siempre son usuarios inexpertos, aumenta la vulnerabilidad de este colectivo. Mientras los usuarios experimentados dedican más tiempo al correo electrónico, actividades relacionadas con su trabajo, consulta de noticias y de información, los usuarios noveles pasan más tiempo en chats y otros servicios de ocio. Repetto (2012) menciona que, el uso de las TIC en la infancia y en la adolescencia se ha generalizado en la última década, al punto de aumentar en las generaciones menores en comparación a los adultos.

Las TIC en la educación secundaria

Ser competente es la capacidad de movilizar y utilizar todos los recursos disponibles para afrontar y resolver problemas en contextos reales y cambiantes (Díaz, 2011). Por su parte, el currículo de diversos países define la competencia digital como la suma de habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información y transformarla en conocimiento; requiere el dominio de distintos lenguajes y pautas para entender y transferir los mismos (Barahona, 2012). La tecnología aplicada a la educación influencia en dos aspectos: en los intereses de carácter pedagógico, administrativo y gestor; y en los cambios de los tipos de competencias reclamadas por la sociedad. Como señala Gates, 2001 (citado por Cardona, 2002), el impulso tecnológico que hace necesario el aprendizaje lo hace ameno y útil e impulsará un importante cambio en las escuelas, que, al igual que sucede con las grandes empresas, podrán reinventarse en torno a las oportunidades abiertas.

El Currículo Nacional de Educación Básica Regular del Perú propone el logro de una serie de competencias básicas, entre las que se encuentra el tratamiento de la información y competencia digital. De esta forma, tanto los docentes como el equipo directivo de los centros de enseñanza deben cambiar sus perspectivas y opiniones hacia las TIC y comenzar a verlas como parte de los recursos didácticos de enseñanza. Dentro del contexto educativo, el término TAC (Tecnologías del Aprendizaje y del Conocimiento) trata de reconducir o incluso sustituir al término ya conocido TIC, proporcionándole un nuevo significado y enfoque más formativo y pedagógico, con una connotación menos informática. De esta manera, las TAC van más allá de aprender meramente a usar las TIC y apuesta por explorar estas herramientas tecnológicas al servicio del aprendizaje y de la adquisición de conocimiento (Lozano, 2011)

Dentro de la amplia gama que ofrecen las TIC, el uso de internet y el uso de celulares son los de mayor tendencia en la actualidad. El uso de internet como bien es sabido, es una red de redes de ordenadores para compartir datos y recursos (Madrid, 2000). El abaratamiento de los costos de conexión, las mejoras tecnológicas y la llegada masiva de ordenadores personales a los hogares, provoca un crecimiento exponencial del número de usuarios; por este motivo, cada vez adquieren mayor importancia las respuestas de los usuarios y conviene valorar algunos efectos que la irrupción de la internet produce en sus conductas (Chamarro y Hernández, 2005). En 2014,

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

se estimaba que, en el mundo 3600 millones de personas eran suscriptoras de telefonía móvil, equivalentes al 40,4% de la población, existían más de 3000 millones de suscripciones con banda ancha fija y móvil, el tráfico IP (protocolo internet) era de 60 000 exabytes al mes, y ya se habían descargado 179 000 millones de aplicaciones, es decir, cerca de 25 por habitante (Morales, 2016).

Al mismo tiempo, las tareas educativas realizadas con ordenador y el acceso a la información que hay en Internet permiten obtener un alto grado de interdisciplinariedad. Asimismo, debido a la versatilidad y gran capacidad de almacenamiento de los ordenadores, es fácil realizar muy diversos tipos de tratamiento a una información muy amplia y variada (Qi et al., 2019). Según García (2008) uno de los acontecimientos más llamativos durante la última década sigue siendo el creciente impacto del uso de las nuevas tecnologías en los estilos de vida y en general, en la sociedad. En paralelo a la transformación y ventajas que proporciona el uso de internet como medio de información, como facilitador de las relaciones sociales, y como instrumento de ocio y de interacción. Por su parte Zedano (2017) afirma que el internet se ha convertido en el centro de la tecnología universal y su evolución ha dado el origen a la web 1.0 y esta dio paso a la web 2.0 que concentra tecnologías nuevas entre ellas se encuentran las llamadas redes sociales, una manera dinámica de intercambio y colaboración entre los usuarios, desarrollado para conectar a la humanidad en tiempo real.

A la postre, el uso de celulares en los adolescentes, se han convertido en los principales usuarios de los diferentes servicios que ofrece la telefonía móvil y a su vez, dedicando cada vez más tiempo y recursos económicos. Para esta generación, los teléfonos móviles son objetos que siempre han existido, hecho que les convierte en expertos para poder elegir el medio, lugar y el momento en que hace falta utilizar el móvil. En definitiva, existen dos razones en torno al éxito del móvil entre los adolescentes. Por un lado, Ling (2002) señala que la adquisición del teléfono móvil se considera un “ritual de paso”, al igual que el reloj o la pluma en la primera comunión, el móvil puede ser un objeto de iniciación a la adolescencia. Por su parte, Forutnati y Manganelli (2002) lo describen como “hermandad virtual”, fenómeno entendido como el sentimiento de fraternidad que surge entre jóvenes por compartir sentimientos, emociones y pensamientos.

El buen uso de estos dispositivos depende del conocimiento y la sana intención para poder obtener un óptimo servicio tecnológico de comunicaciones. El uso del teléfono móvil va en

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

aumento, ya que no es sólo es una herramienta que comunica, sino que puede acceder a internet, implicando de esta manera, ventajas y consecuencias de diversa índoles (positiva y negativa). Es innegable que su uso va desde los más pequeños de la casa, es decir, lo utilizan para comunicaciones telefónicas, como también plataformas de juegos, y en menor medida para el envío de mensajes; contrario, los mayores lo utilizan en su mayoría para la mensajería instantánea, obtención de fotos y videos y en menor medida para aplicaciones de juegos. En atención a Repetto (2012) estudios demuestran que, una tercera parte de los niños entre 6 y 9 años utilizan estos aparatos, porcentaje que se eleva al 80%, a los 12 años, siendo su utilización y posesión más generalizada a los 16 años, con mayor introducción en el sexo femenino. La preferencia de las nuevas TIC se incrementa gradualmente con la edad, los adolescentes prefieren navegar en internet antes que el televisor.

Las TIC en la Educación física

Barahona (2012) señala que, la inclusión de las TIC en la Educación Física permite desarrollar en los alumnos el hábito de colaborar y trabajar en equipo, facilitando la creación de ambientes de aprendizaje en los que se despierte la curiosidad, el placer por aprender y la iniciativa personal. Sin embargo, la utilización de las TIC, también acarrea problemas como la escasa o limitada formación del profesorado, generando actitudes de desconfianza y temor. La Educación Física se beneficiará de las tecnologías, siempre que los docentes brinden un tratamiento adecuado y cónsono con las actividades del curso. Sin duda, el estudiante siente curiosidad por verse en videos o fotografías, manejar programas que les han servido o le servirán en la asignatura, conocer resultados, clasificaciones, calendarios, entre otros.

El concepto del uso de las TIC más como medio que como fin, encuentra en la Educación Física un aliado fundamental, en virtud que el alumnado adquiere protagonismo, puede decirse que se reorganizan los roles de profesor y estudiante y se generan nuevos esquemas de interacción. No obstante, existen posturas como las de Capllonch (2006) quién asevera que hay algunos otros elementos discutibles en cuanto a las relaciones entre las TIC y la asignatura, pues resulta que, la educación física tiene que hacerse en el gimnasio, en el patio o en el parque.

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

La actividad física y la tecnología

LA OMS (2016) considera actividad física a cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. Se ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Además, se estima que la inactividad física es la causa principal de aproximadamente un 21% de los cánceres de mama y de colon, el 27% de los casos de diabetes y aproximadamente el 30% de la carga de cardiopatía isquémica. Por tal razón, es importante considerar la distinción conceptual de la actividad física, definida como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que resulta en gasto energético (González & Rivas, 2018). El ejercicio físico adecuado para la salud está relacionado con una actividad física moderada y continua, generando mayores beneficios cuando se pasa desde una situación de sedentarismo a niveles medidos de actividad física (Morales, 2016).

La actividad física moderada acelera de forma perceptible el ritmo cardiaco como, por ejemplo, caminar a paso rápido, bailar, jardinería, tareas domésticas, participación activa en juegos y deportes con niños, paseos con animales domésticos, trabajos de construcción generales, desplazamiento de cargas moderadas (< 20 kg). En oposición, la actividad física intensa, requiere una gran cantidad de esfuerzo y provoca una respiración rápida y un aumento sustancial de la frecuencia cardíaca, como se pueden mencionar el footing, ascender a paso rápido o trepar por una ladera, desplazamientos rápidos en bicicleta, aeróbic; natación rápida, deportes y juegos competitivos, trabajo intenso con pala o excavación de zanjas, desplazamiento de cargas pesadas (> 20 kg). A menudo se utilizan los equivalentes metabólicos (MET) para expresar la intensidad de las actividades físicas, razón entre el metabolismo de una persona durante la realización de un trabajo y su metabolismo basal.

Atendiendo al desarrollo tecnológico en el ámbito deportivo en los últimos años, un gran avance en el terreno editorial y de comercialización de programas y de medios informáticos dirigidos al mundo deportivo, lo cual constituye un claro síntoma del gran interés que despiertan las nuevas herramientas en su aplicación general al mundo deportivo (Guterman, 2008). El deporte como principal medio de la educación física ha estado medido y controlado a través de la tecnología, tal como lo hace notar Capllonch (2006), “la vinculación del deporte con la

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*

Correa Guevara, Maria Veronica

tecnología se ha dado desde hace décadas” (p.115). Esto indica que la relación existente entre la tecnología y la educación física no es un asunto nuevo.

En el campo educativo y curricular de la educación física, las TIC han sido poco asociadas con la enseñanza y el aprendizaje (Capllonch, 2006). Sin embargo, el desarrollo acelerado de las TIC, específicamente con el video, aplicaciones en celulares para el control del ejercicio, infogramas, blogs, plataformas educativas, wiki, entre otros, ofrecen grandes posibilidades de uso para los docentes del área de la educación física, el aprovechamiento de las TIC, puede hacerse tanto desde los contenidos procedimentales, actitudinales y conceptuales. Duran Vinagre et al. (2021) exponen que las TIC, han “demostrado ser un medio adecuado para incrementar la motivación y la cantidad de actividad física. Además, en algunos estudios se ha podido determinar que mejoraba la condición física de los usuarios” (p.79).

El deporte o la actividad física trae grandes beneficios a la sociedad, al ser practicados como un juego, de forma individual o en grupo, interaccionando con los compañeros y de un modo habitual. Las ventajas de practicar ejercicio son tanto físicas como emocionales, son conocidas y han sido avaladas por numerosos estudios a lo largo de la historia. Según el Consejo Superior de Deportes, 2010 (citado por Koba et al., 2011), la actividad física contribuye a una adecuada maduración del sistema muscular y esquelético, potencia la creación de hábitos saludables, desde la propia práctica del ejercicio a una alimentación sana o una adecuada higiene corporal, cuestiones a las que los padres deben contribuir con ejemplo y enseñanzas. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2016) la actividad física se ha asociado también a efectos psicológicos beneficiosos en los jóvenes, gracias a un mejor control de la ansiedad y la depresión.

En suma, la actividad física puede contribuir al desarrollo social de los jóvenes, dándoles la oportunidad de expresarse y fomentando la autoconfianza, la interacción social y la integración. También se ha sugerido que los jóvenes activos pueden adoptar con más facilidad otros comportamientos saludables, como evitar el consumo de tabaco, alcohol y drogas, y tienen mejor rendimiento escolar. La praxis de la actividad física se refiere a la práctica cotidiana y repetitiva de movimientos corporales espontáneos o planificados como caminar, bailar, nadar, correr, hacer deporte, manejar bicicleta, ejecutar trabajos de gimnasia entre otras; estas actividades deben realizar con una determinada frecuencia.

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

Los aspectos que se deben considerar al respecto a la actividad física son la efectividad en la praxis de la actividad física, efectividad en la práctica de actividades ligeras, capacidad en el ejercicio de las actividades moderadas, capacidad en el ejercicio de las actividades vigorosas, participación en las actividades físicas organizadas, participación frecuente en las actividades deportivas y el compromiso con las actividades deportivas en una institución. Los beneficios de la actividad física y el ejercicio para la salud tanto en hombres como mujeres son irrefutables. La evidencia que avala la importancia de un estilo de vida activo ha crecido exponencialmente y se considera que la actividad física y el ejercicio regular son medidas preventivas primarias y secundarias eficaces para más de condiciones crónicas médicas (González & Rivas, 2018). Las evidencias a favor de los efectos positivos de esta relación son muchas e importantes, considerando todos los beneficios que puede otorgar a las dimensiones física, psicológica y social de las personas.

Sumado a lo expuesto, también se considera la frecuencia de la actividad física, la cual se refiere a la praxis habitual del movimiento muscular esquelético considerando el tiempo en minutos u horas diarias, semanales o mensuales, esta frecuencia resulta ser muy beneficiosa para la salud del ser humano. Es de conocimiento generalizado que la constante actividad física contribuye en la salubridad física de los hombres; sin embargo, la mayoría de las personas no lo realiza quizá porque desconocen la frecuencia recomendada o simplemente no se dan el tiempo para hacerlo. Es prioritario disminuir los índices de sedentarismo en la población general. Las políticas de salud deben orientarse a lograr un estilo de vida saludable que implique entre otras cosas realizar actividad física en forma regular (Matsudo, 2012). Respecto a la frecuencia de las actividades físicas debe tenerse en cuenta la frecuencia en la participación de las actividades deportivas institucionales, compromiso y dominio de alguna actividad física en particular, periodicidad por más de 30 minutos en alguna actividad física.

Aspectos metodológicos

El presente estudio se realizó bajo el enfoque cuantitativo, siendo un “conjunto de procesos organizados y sistemáticos que pretende reconstruir la realidad tal y como se observa”

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

(Hernández et al., 2014, p.54). Un aporte importante de este enfoque es que utiliza la recolección de datos para probar algo, con base en la medición numérica y el análisis estadístico. Además, es una investigación de tipo básica, que tiene como objetivo resolver un planteamiento específico, contribuyendo en la ampliación del conocimiento científico, creando nuevas teorías o modificando las ya existentes (Hernández et al., 2014). Por su parte, el estudio se circunscribió en un nivel correlacional causal teórico explicativo porque la finalidad es conocer la relación causal o el grado de asociación que existe entre las variables. En este sentido, Hernández-Sampieri et al. (2010) señala que “la utilidad principal de los estudios correlacionales se caracteriza por determinar el grado de relación causal entre dos o más variables es Saber cómo se puede comportar un concepto o una variable al conocer el comportamiento de otras variables vinculadas” (p.82).

La población objetivo estuvo conformada por 30 alumnos del tercer grado de educación secundaria de la I.E. Eusebio Corazao de Lamay, situado en la Provincia de Calca, departamento del Cusco. De acuerdo con Arias (2012) “si la población, por el número de unidades que la integran, resulta accesible en su totalidad, no será necesario extraer una muestra” (p.83). Por otro lado, la técnica utilizada ha sido la encuesta, la cual es ampliamente conocida como “procedimiento que se realiza en el cual se aplica un instrumento de recolección de datos formado por un conjunto de cuestiones o reactivos cuyo objetivo es recabar información factual en una muestra determinada” (Sánchez Carlessi et al., 2010, p. 59).

Los instrumentos aplicados para cada variable fueron dos cuestionarios, debidamente validados; ambos cuestionarios contenían un total de 24 ítems referidos a las dimensiones consideradas en las variables de estudio. Niño Rojas (2011), reseña “Los cuestionarios son un conjunto de preguntas técnicamente estructuradas y ordenadas, que se presentan escritas e impresas, para ser respondidas igualmente por escrito” (p. 89). Para el análisis de los datos, se procesó de acuerdo al programa estadístico SPSS versión 24 y el tratamiento de los datos se efectuó aplicando el análisis de correlación producto-momento de Pearson asumiendo un nivel de significación de 0.05.

Presentación de los resultados

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

La presentación de los resultados de investigación es la siguiente:

Tabla 1: Variables de estudio

Nivel	F.	%	P. acumulado
Bajo	9	30.0	30.0
Medio	13	43.3	73.3
Alto	8	26.7	100.0
Total	30	100.0	

Fuente: Base de datos del SPSS versión 24

En la tabla 1, se evidencia que los estudiantes encuestados se sitúan en el nivel bajo 30%, en el nivel medio 43.33% y en el nivel alto, el 26.67%. De los resultados se puede deducir que, entre los estudiantes encuestados hay mayormente una tendencia regular baja hacia las actividades digitales en los tiempos de descanso, como producto del desconocimiento de la variedad de alternativas que presentan los medios digitales, centrando su interés sólo en la inmediatez y velocidad dirigidos principalmente a contenidos multimedia, juegos en línea y el empleo de nuevos lenguajes dentro de la escritura chat. Fernández-Espínola, et al. (2016) señalan que la “incorporación de TIC al área de Educación Física supone un desafío para los docentes pues se está dando una nueva transformación pedagógica y proporcionar una mejoría en los procesos de conexión a la actividad física y el deporte” (p. 19).

Por lo descrito, los docentes tienen un desafío frente a las nuevas demandas de las tecnologías, contexto en el que han de fortalecer e incentivar el uso de las TIC de manera más eficiente y adecuada. Al respecto, Duran Vinagre et al. (2021), aseguran que, “los docentes adquieren un rol importante en distintas etapas educativas para enseñar y promover las ventajas de las tecnologías en el fomento y control de la actividad física como mediadores para la mejora de hábitos y estilos de vida saludables” (p. 793). Por otra parte, la actividad física de los estudiantes se encuentra distante de alcanzar niveles óptimos, son pocos los escolares que manifestaron realizar actividades físicas de manera intensa y frecuente, mientras que la mayor parte de la población objetivo se ubica en el nivel medio, es decir que realizan actividades físicas

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

de manera espaciada o esporádica, dentro de sus formas de movilizarse, actividades domésticas o juegos entre pares.

Tabla 2: Dimensión uso de internet

Nivel	F.	%	P. acumulado
Bajo	11	36.7	36.7
Medio	11	36.7	73.3
Alto	8	26.7	100.0
Total	30	100.0	

Fuente: Base de datos del SPSS versión 24

En la tabla 2, se observa que, de los estudiantes encuestados, el 36.67% se ubica en el nivel bajo, mientras que el nivel medio 36.67% y el 26.67% en el nivel alto. En este sentido, se puede interpretar que la muestra estudiantil se encuentra dividida en partes similares respecto al uso del internet, entre los niveles bajo y medio sobre aspectos como ejercer el control del uso de las TIC respecto al internet, lo cual significa que existen deficiencias en cómo utilizar adecuadamente estas herramientas.

Tabla 3: Dimensión uso de celular

Nivel	F.	%	P. acumulado
Bajo	9	30.0	30.0
Medio	13	43.3	73.3
Alto	8	26.7	100.0
Total	30	100.0	

Fuente: Base de datos del SPSS versión 24

Tal como se observa en la tabla 3, el 30% se dispone en el nivel bajo, 43.33% nivel medio y el 26.67% en el nivel alto. Por tanto, la mayor parte de los estudiantes encuestados presentaron uso regular responsable de los celulares durante las actividades académicas, asimismo respecto

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

al control del uso de las redes sociales mediante el celular. Además, al observar que la población objetivo se aleja un tanto del nivel bajo, y con mayor realce en el nivel medio, se interpreta que hay un mayor uso de celulares en comparación al uso del internet.

Tabla 4: Dimensión praxis de la actividad física

Nivel	F.	%	P. acumulado
Bajo	9	30.0	30.0
Medio	14	46.7	76.7
Alto	7	23.3	100.0
Total	30	100.0	

Fuente: Base de datos del SPSS versión 24

La dimensión praxis de la actividad física, obtuvo como resultados que en el nivel bajo se ubica el 30%, en el nivel medio 46.67% y en el nivel alto el 23.33% de los estudiantes encuestados. Es evidente que existe un desempeño mayormente regular bajo respecto a la práctica de actividades físicas ligeras moderadas en comparación con aquellas que demandan mayores esfuerzos. Además, no se observan participaciones masivas en las actividades organizadas por la institución que impliquen esfuerzos físicos.

Tabla 5: Dimensión frecuencia de la actividad física

Nivel	F.	%	P. acumulado
Bajo	12	40.0	40.0
Medio	10	33.3	73.3
Alto	8	26.7	100.0
Total	30	100.0	

Fuente: Base de datos del SPSS versión 24

En torno a la frecuencia de la actividad física ejercida por los estudiantes encuestados, se encontró que el 40% se localizan en el nivel bajo, el 33.33% en el nivel medio y el 26.67% en el

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

nivel alto. Se puede decir que, la mayor parte de los estudiantes no presenta una adecuada frecuencia en el ejercicio de las actividades físicas, ni en la intensidad de las mismas. Asimismo, se observa una baja participación y compromiso en las actividades deportivas organizadas por la institución, pues son pocos los estudiantes que tienen dominio en alguna actividad física en particular y como consecuencia, tienen a realizarlas por un tiempo no mayor de treinta minutos.

Correlación de las variables uso de las TIC y actividad física

Tabla 6: Correlaciones de las variables

Correlación Spearman de las Uso de las TIC y la Actividad física		
	ρ	p
Uso de las TIC y la Actividad física.	,9	0
	44**	0

Fuente: Base de datos del SPSS versión 24.

En atención a la tabla 6, como $p < 0,05$, entonces se rechaza la H_0 y se acepta la H_a , es decir existe una influencia significativa del uso de las TIC en la actividad física de los estudiantes. Estos resultados se cotejan con el estudio de López (2017) quién encontró que existe una correlación de Pearson entre la variable uso de las TIC y la variable actividad física de 0,233 con una significancia en el nivel de 0,01 (2 colas) de positiva perfecta, con un valor de significancia bilateral de 0,001. Por lo tanto, se comprobó que los estudiantes encuestados presentan mayormente una tendencia regular baja hacia las actividades digitales en los tiempos de descanso, como producto del desconocimiento de la variedad de alternativas que presentan los medios digitales, centrando su interés sólo en la inmediatez y velocidad dirigidos principalmente a contenidos multimedia, juegos en línea y el empleo de nuevos lenguajes dentro de la escritura chat.

De lo expuesto, los docentes tienen un desafío frente a las nuevas demandas de las tecnologías, contexto en el que han de fortalecer e incentivar el uso de las TIC de manera más eficiente y adecuada. De acuerdo con Cabero (2005), las TIC deben convertirse en herramientas significativas para la formación académica y potenciar diferentes habilidades, facilitando un acercamiento del sujeto de manera espontánea. En suma, la Educación Física se beneficiará de

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

las tecnologías en la medida que los docentes apliquen las estrategias pertinentes al escenario de aprendizaje; indudablemente, la competencia digital y el tratamiento de la información también se estimula desde el potencial de la actividad física. El estudiante siente curiosidad por verse en videos o fotografías, manejar programas que les han servido o le servirán en la asignatura, conocer resultados, clasificaciones, calendarios, entre otros. Al respecto, el estudio de Díaz Giraldo et al. (2016) se evidenció el uso limitado que los docentes de educación física hacen de los recursos y/o herramientas tecnológicas con las que cuenta la mayoría de las instituciones educativas.

Conclusiones y recomendaciones

Actualmente, el ministerio de Educación del Perú busca una integración plena de las nuevas tecnologías de información y comunicación en la planificación del docente de aula. Por ello, se ha utilizado las TIC con todas las posibilidades que ofrece para elaborar propuestas que mejore las diversas situaciones de aprendizaje y, por ende, las actividades físicas de los estudiantes, acorde a los contenidos y los objetivos programados. En palabras de Sebastiani et al., 2019 (citado por Victoria González, 2020):

Tecnología y educación física convergen con varias funciones y usos: utilización de dispositivos móviles tanto por docentes como estudiantes; uso de la cámara digital para grabar ejercicios y su posterior análisis; blogs y diferentes repositorios audiovisuales; multitud de dispositivos (widgets, software, Apps) que pueden monitorizar la actividad física (p. 68).

La institución educativa Eusebio Corazao de Lamay - Calca, Cusco, cuenta con recursos informáticos necesarios para llevar a cabo la propuesta curricular (pizarra digital, recursos digitales, computadoras portátiles para los docentes). Sin duda, una de las competencias en la propuesta curricular son los fundamentos de la actividad física, a través del fomento del deporte, las tecnologías y el grado de asociación que se existe entre ambas. En este sentido, se quiere potenciar el uso de recursos tecnológicos como medio para el proceso de enseñanza aprendizaje, fomentando la práctica del deporte, el conocimiento de la variedad de actividades físicas y desde una dinámica de aprendizaje lúdico y divertido, se propicia la motivación que supone el área de Educación Física y con los recursos de las TIC. Díaz Barahona (2013) asevera que la “Educación Física en esta nueva era demanda nuevos conocimientos, competencias y habilidades; emplaza a

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*

Correa Guevara, Maria Veronica

reciclar y reinventarse y también exige esfuerzos de adaptación y de comprensión, porque esta realidad hiper-tecnificada no deja opción” (p. 1048)

Los resultados referidos a las variables de estudio, demostró un nivel bajo equivalente al 30%, en el nivel medio 43.33% y en el nivel alto, el 26.67%; además, la correlación evidencia que existe una influencia significativa entre el uso de las TIC y la actividad física de los estudiantes del nivel secundario. En consecuencia, es necesario fomentar el deporte y el uso de las nuevas tecnologías, aprovechando los innumerables beneficios que ofrecen en la formación integral de los estudiantes, no sólo como pasatiempo sino como desarrollo del bienestar físico y emocional, los cuales se reflejará en el logro de aprendizajes. Tal como lo hace notar Duran Vinagre et al. (2021) “las tecnologías pueden ayudar al profesorado a potenciar la práctica de actividad física fuera del contexto formal del aula, favoreciendo la autonomía de los jóvenes para controlar su actividad y participar en nuevos entornos de práctica físico-deportiva” (p. 793)

La Educación Física deber ser enfocada como un área eminentemente procedimental, permitiendo el uso de las nuevas tecnologías de la información y comunicación un amplio uso, que va a ser utilizado para apoyar y ampliar los diferentes conocimientos y aprendizajes del área hacia el logro de las competencias digitales. De acuerdo a Sánchez Sánchez & Espada-Mateos (2018). “una de las mayores ventajas de usar estas tecnologías es que rompe las barreras espacio-temporales que tanto condicionan la enseñanza en Educación Física” (p. 79). La actividad física regular y la adopción de un estilo de vida saludable son necesarias para mejorar la salud y la calidad de vida y por esta razón, se debe fomentan en todas las etapas de la vida, como una forma de prevenir y controlar las enfermedades crónicas no transmisibles.

Referencias

- Arias, F. (2012). El proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica. 6ta Edición. Editorial Episteme. Caracas, Venezuela
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2010). Metodología de la investigación. 5ta. Edición. McGraw Hill. México
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación. 6ta. Edición. McGraw Hill. México

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*
Correa Guevara, Maria Veronica

- Barahona, J. (2012). La enseñanza de la Educación Física implementada con TIC. Revista educación física y deporte.
- Boluda, P. (2011). Creación de conocimiento en el aula mediante el uso de las TIC. Un estudio de caso. <http://tdx.cat/handle/10803/42936>.
- Bricall J., (2000) Conferencia de Rectores de las Universidades españolas (CRUE) Informe Universidad 2000 Organización de Estados Iberoamericanos Biblioteca Digital de la OEI. <http://www.campus-oei.org/oeivirt/bricall.htm>.
- Cabero, J. (2005): Reflexiones sobre las tecnologías como instrumentos culturales, en MARTÍNEZ, F. y PRENDES, Ma. (Coordinadores): Nuevas Tecnologías y Educación. Pearson Prentice Hall. Madrid.
- Cabero, J. (2007). Nuevas tecnologías aplicadas a la educación. Madrid: Síntesis.
- Capllonch, M y Navarro, M. (2006). La formación en TIC del profesorado de Educación Física. Docencia Universitaria a través de entornos virtuales de enseñanza-aprendizaje, 1, 143-155.
- Cardona, G. (2002): Tendencias educativas para el siglo XXI. Educación virtual, online y @Learning. Elementos de discusión. Edutec. Revista Electrónica de Tecnología Educativa. <http://edutec.rediris.es/ReveleC2/ReveleC15/car.htm>.
- Castellana, M. (2005). El adolescente y sus personas significativas. ROL Enfermería, 28 (9), 18-29.
- Chamarro, A. y Hernández, E. (2005). Nuevos estilos de vida en la sociedad red: una propuesta teórica enfocada a la intervención en salud. Iberpsicología, 10, 2- 15.
- Díaz Barahona, J. (2013). La enseñanza de la Educación Física implementada con TIC. Educación Física Y Deporte, 31(2), 1047–1056. <https://doi.org/10.17533/udea.efyd.14409>
- Díaz, J. (2011). La Educación Física y sus maestros en el marco de una enseñanza competencial. pp. 15-30. En Educación Física. Reflexiones conceptuales hacia la integración curricular. Medellín: Funámbulos Editores.
- Díaz Giraldo, D., García Otálvaro, J., y zapata Arroyave, E. (2016). usos e integración de las TIC por docentes de educación física en la básica secundaria. <https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/2880/T.G.%20D%C3%ADaz%20Garc%C3%ADa%20Zapata.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*

Correa Guevara, Maria Veronica

- Duran Vinagre, M.A., Leador Albano, V.M., Sánchez Herrera, S., y Feu Molina, S. (2021). Motivación y TIC como reguladores de la actividad física en adolescentes: una revisión sistemática. *Revista Retos*, 42, 785-797. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.88120>
- Forunati, L. y Magnanelli, A. M. (2002). El teléfono móvil de los jóvenes. *Estudios de Juventud*.
- García, J. A. (2008). Adicciones. Uso y Abuso de Internet En Jóvenes Universitarios., 20(2), 131–142. Retrieved from <http://www.itesm.ucm.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/277/278>.
- González & Rivas. (2018). Actividad física y ejercicio en la mujer. *Revista Colombiana de Cardiología*, 25, 125–131. <https://doi.org/10.1016/j.rccar.2017.12.008>.
- Guterman, T. (2008). *Informática y deporte*. Barcelona: Inde.
- Johansson, A. & Götestam, K. G. (2004). Internet addiction: characteristics of a questionnaire and prevalence in Norwegian youth (12-18 years). *Scandinavian Journal of Psychology*.
- Koba, S., Tanaka, H., Maruyama, C., Tada, N., Birou, S., Teramoto, T., & Sasaki, J. (2011). Physical Activity in the Japan Population: Association with blood lipids levels in effects in reducing cardiovascular and all-cause mortality. *Journal of Atherosclerosis and Thrombosis*, 18, pp. 833-845.
- Kustcher N., y St.Pierre A., (2001) *Pedagogía e Internet Aprovechamiento de las Nuevas Tecnologías*. Editorial Trillas México DF.
- Ling, R. (2002). Chicas adolescentes y jóvenes adultos varones: dos subculturas de teléfono móvil. *Estudios de Juventud*.
- López, C. (2017). El uso de las TIC y su relación con la actividad física en escolares de la institución educativa secundaria Mariano Melgar de Ayaviri – 2015. Tesis de pregrado. Universidad Nacional del Altiplano. Puno, Perú.
- Lozano, R. (2011) *Las TIC/TAC: de las tecnologías de la información y comunicación a las tecnologías del aprendizaje y del conocimiento*. <http://www.thinkepi.net/las-tic-tac-de-las-tecnologias-de-la-informacion-y-comunicacion-a-las-tecnologias-del-aprendizaje-y-del-conocimiento> Consultado el 01-09-2013.
- Madrid, R. I. (2000). La Adicción a Internet. *Psicología Online*. <http://www.psicologiaonline.com/colaboradores/nacho/ainternet.htm>.

*El director como gerente social holístico, escuelas estatales municipio Juan José Mora,
estado Carabobo*

Correa Guevara, Maria Veronica

- Marqués, P., (2002). Diseño y Educación De Programas Educativos
<http://www.xtec.es/pmarques/edusoft.htm>.
- Matute, H. (2003). Adaptarse a Internet. La Coruña: La Voz de Galicia.
- Matsudo, S. M. M. (2012). Actividad Física: Pasaporte Para La Salud. Revista Médica Clínica Las Condes, 23(3), 209–217. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-733894>
- Morales (2016) Actividad física, hábitos alimentarios y su relación con el nivel de uso de las Tecnologías de Información y Comunicación en adolescentes de la región Callao. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.
- Niño Rojas, M. (2011). Metodología de la Investigación. Diseño y Ejecución. Primera Edición. Ediciones de la U. Bogotá, Colombia
- OMS. (2016). Actividad física datos y cifras, Ginebra, Suiza.
- Quintero González, L.E., Jiménez Jiménez, F., y Area Moreira, M. (2018). Más allá del libro de texto. La gamificación mediada con TIC como alternativa de innovación en Educación Física. Retos, 34, 343-348. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6736340>
- Qi, Q., Wang, L., Liu, Y., & Huang, Z. (2019). Efecto del tamaño de las partículas de TIC en la resistencia a la oxidación de los compuestos de TIC / hastelloy aplicados para interconexiones de celdas de combustible de óxido sólido de temperatura intermedia. Journal of Alloys and Compounds, 778, 811–817. <https://doi.org/10.1016/j.jallcom.2018.11.224>.
- Repetto, H. (2013). Impacto de las tecnologías de la comunicación. Pediatría Integral XVII (10) 686-693. www.pediatríaintegral.es/wpcontent/uploads/2013/xvii10/03/686-693.
- Sánchez Sánchez, M. L., & Espada-Mateos, M. (2018). Evaluación de un programa de intervención basado en el uso del tic para aumentar la motivación del alumnado en educación física. Revista Fuentes, 20(1), 77–86. <https://revistascientificas.us.es/index.php/fuentes/article/view/4050>
- Sánchez Carlessi, H., Reyes Romero, C., y Mejía Sáenz, K. (2018). Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística. Primera Edición. Vicerrectorado de Investigación. Universidad Ricardo Palma. Lima. Perú. <https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

