

ELEMENTOS DISTRACTORES EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDIZAJE VIRTUAL, EN LOS ALUMNOS DEL SEGUNDO CURSO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, FACULTAD DE FILOSOFÍA, FILIAL SAN ESTANISLAO, AÑO 2021

PABLO EFRAÍN ORTIZ ALONSO¹

NANCY FÁTIMA GONZÁLEZ DE RUÍZ²

RIDES DEJESÚS NÚÑEZ ORTELLADO³

ÁNGELA GRACIELA INSFRÁN DE RODRÍGUEZ⁴

Resumen

El presente estudio trata de determinar los elementos distractores en el proceso de enseñanza aprendizaje virtual, en los alumnos del segundo curso de la carrera de psicología y ciencias de la educación, facultad de filosofía La investigación realizada fue de naturaleza cuantitativa y de tipo descriptivo. La población estaba constituida por 55 alumnos respectivamente. No tuvo muestra ya que se trabajó con la totalidad de los alumnos. En la investigación se encontró que existen elementos distractores durante el proceso de enseñanza aprendizaje

Palabras clave: elementos distractores, enseñanza aprendizaje, virtual

DISTRACTING ELEMENTS IN THE VIRTUAL LEARNING TEACHING PROCESS, IN THE STUDENTS OF THE SECOND YEAR OF THE PSYCHOLOGY AND EDUCATIONAL SCIENCES CAREER, FACULTY OF PHILOSOPHY, FILIAL SAN ESTANISLAO, YEAR 2021

Abstract

The present study tries to determine the distracting elements in the virtual teaching-learning process, in the students of the second year of the career of psychology and educational sciences, faculty of philosophy. The research carried out was quantitative and descriptive in

1 Facultad de Filosofía – Filial San Estanislao – Universidad Nacional de Asunción. Paraguay. Correo electrónico: peortiz@filouna.edu.py

2 Facultad de Filosofía – Filial San Estanislao – Universidad Nacional de Asunción. Paraguay. Correo electrónico: nfgonzaleztroche@filouna.edu.py

3 Facultad de Filosofía – Filial San Estanislao – Universidad Nacional de Asunción. Paraguay. Correo electrónico: rdnunez@filouna.edu.py

4 Facultad de Filosofía – Filial San Estanislao – Universidad Nacional de Asunción. Paraguay. Correo electrónico: angelagracielainsfran@gmail.com

nature. The population consisted of 55 students respectively. He did not have a sample since he worked with all the students. The research found that there are distracting elements during the teaching-learning process

Keywords: distracting elements, teaching-learning, virtual

Introducción y antecedentes de la investigación

La educación es vital en la formación integral del individuo. Según el constructivismo el individuo construye su propio aprendizaje de acuerdo a su propio ritmo y potencialidad.

En los últimos tiempos, la educación virtual se constituyó en una herramienta válida para la formación intelectual de los alumnos. La pandemia del Covid 19 obligó a diferentes instituciones educativas a optar por esta modalidad.

Al respecto, el Poder Ejecutivo tomó la decisión de no retornar a clases presenciales hasta el mes de diciembre de 2020 y, en consecuencia, el MEC adoptó la modalidad de educación a distancia para el desarrollo del proceso de enseñanza - aprendizaje en todos los niveles y modalidades del sistema educativo nacional, nuevo escenario que implica para el MEC una tarea inédita, desafiante y comprometedora en cuanto a sus políticas educativas.MEC (2020)

El cierre temporal de las instituciones educativas no ha sentido la interrupción del ingreso a los servicios educativos, se ha contado con una plataforma web con recursos educativos, incluyendo entrenamiento al plantel maestro con cursos online.

Rodriguez (2015) menciona a Echeverría quien expresa que las nuevas tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC's) no sólo representan un instrumento o un nuevo medio de información y comunicación. Es importante tomar en consideración que generan un nuevo espacio social y por ende un nuevo espacio educativo conocido como Educación Virtual

Es oportuno mencionar que según la (UNESCO,1998) en su Declaración Mundial sobre la Educación Superior en el Siglo XXI, puntualiza a la educación virtual como: ámbitos de aprendizajes que conforman una forma plenamente nueva, relacionadas con la tecnología educativa... un programa informático – interactivo de carácter pedagógico que tiene una capacidad de comunicación incorporada. Representan una innovación subjetivamente existente y fruto de la convergencia de las tecnologías informáticas y de telecomunicaciones

Cabe destacar que la aplicación de herramientas para el desarrollo de las clases no ha sido homogénea dependiendo mayormente del acceso y conectividad en los hogares lo cual ha creado una característica de inequidad o desigualdad de acceso a la educación generando una brecha en el proceso de formación de los estudiantes. (Álvarez Marinelli et al., 2020)

Conocer los principales distractores que se presentan en esta modalidad es el objetivo del trabajo y a la vez brindar algunas alternativas de solución para el efecto.

Guijosa (2019) menciona que, según estudios realizados, los alumnos que toman cursos online permanecen expuestos a más distractores que en cursos presenciales, situación que perjudica el aprovechamiento de las asignaturas. Las clases presenciales se realizan en un salón y exige ciertas normas de comportamiento, en cambio las clases virtuales los alumnos lo toman en su sala, en el colectivo, plaza, etc ... y esto posibilita que puedan recibir y contestar mensajes, ingresar a las redes sociales, hablen con amigos, escuchen música entre otros.

Aprendizaje virtual

Se entiende por aprendizaje virtual como el Ambiente Virtual de Aprendizaje es el espacio que se crea en Internet para propiciar el intercambio de conocimientos entre instituciones educativas y estudiantes, a partir de plataformas que favorecen las interacciones entre estos usuarios para realizar un proceso de aprendizaje (Romero 2020)

Cabe destacar que los efectos de la pandemia del COVID-19 ha afectado la educación presencial aunos, 1,5 millones de estudiantes según la directora de la UNESCO (Azoulay, 2020) y la educación paraguaya no escapó de la misma.

Básicamente la educación paraguaya se rige por la Ley General de Educación (LEY 1264/98), establece que el sistema educativo paraguayo incluye la educación de régimen general, de régimen especial y otras modalidades de atención educativa, como la educación universitaria a distancia y la semipresencial (CONES, Resolución 63/2016).

La modalidad virtual se utilizó como medida paliativa en las universidades del país a través del “Comunicado N° 7 / 2020: El CONES establece la facultad de aplicar herramientas digitales a distancia para las Instituciones de Educación Superior en el marco de la Emergencia Sanitaria establecida por las autoridades competentes” (CONES, 2020)

En vista de que la pandemia del Covid 19 no mermó, el CONES extendió “la utilización de Herramientas Digitales de enseñanza – aprendizaje para el primer semestre del año 2021 – Resolución CE-CONES N° 57/2020” (CONES, 2021)

Clases virtuales sincrónicas y asincrónicas

Una clase virtual puede ser sincrónica o asincrónica. En el primer caso tanto el/la maestro/a como los alumnos se conectan a un lugar común virtual paralelamente. A diferencia de una clase asincrónica -donde el contenido en la plataforma podría ser consultado en cualquier instante e inclusive bastante más de una vez- una clase sincrónica necesita una conexión en un rato determinado, lo que posibilita un trueque y una habituación de contenidos conforme el conjunto que según el aula. En la actualidad -en el entorno de la Universidad Nacional de la Plata - se emplean algunas plataformas para hacer viable el desarrollo de una clase sincrónica: Zoom; Jitsi; Webex.

Las clases sincrónicas programadas en estas plataformas se organizan como, reuniones, Vía correspondencia electrónico o por medio del ámbito de Aulasweb, le llegan los datos contextuales (hora y día del encuentro), un número que identifica la junta (ID) y una contraseña para entrar a la misma. Para sumarse a la clase sincrónica se necesita si o si dichos datos.

Una vez que se acceda a la clase sincrónica por cualquier persona de estas plataformas, es fundamental que la persona se identifique con su nombre y apellido para que el/la maestro/a y los compañeros logren reconocerle y se unas con el micrófono silenciado. (Themes, 2020)

Ventajas y desventajas de las clases virtuales

Beneficios del Aprendizaje Sincrónico.

La educación virtual no podemos dejar de lado. Este podría ser considerado una alternativa para los que valoran las opiniones y enganche en tiempo real entre instructor y alumnos.

El feedback inmediato de parte de los maestros es una de las monumentales ventajas del aprendizaje sincrónico. En lo que el asincrónico demora las comunicaciones entre alumnos y docentes la situación es contrario en el sincrónico. Tener un maestro a disposición en el aula es de manera enorme benéfico. Una vez que se realiza una pregunta o se busca una aclaración las respuestas inmediatas ahorran tiempo y dinero.

Sumado a ello, dependiendo del tipo de personalidad que la persona tenga, puede ejercer u obtener una presión positiva para concentrarse en lo que está ocurriendo, opuesto a eso que puede ocurrir utilizando Skype o Zoom. (Read More, 2021)

Beneficios del Aprendizaje Asincrónico

El punto a favor de este aprendizaje es que se puede manejar el tiempo y planear un aprendizaje de acuerdo a las necesidades.

A diferencia de otros métodos de aprendizaje más rígidos, el aprendizaje asincrónico ofrece a los estudiantes flexibilidad. Marcando un cambio drástico en los estudiantes modernos que probablemente pueden estar trabajando en horario de clase y en horarios que no son usuales. Tal es el caso que actualmente más estudiantes se han convertido en trabajadores de tiempo completo. (Read More, 2021)

Elementos distractores

Los distractores de aprendizaje, consisten en un movimiento de atención hacia otra situación u objeto, alejándola de las labores de análisis; es el peor enemigo del análisis y es una de las razones del bajo rendimiento pese a que se dedique la época suficiente a las labores, debido a que personalmente hay situaciones que leemos por horas y la obtención del aprendizaje es bastante decadente por la existencia de los distractores de aprendizaje sean dichos internos o externos. (Abad, 2015)

El aprendizaje estudiantil a partir de plataformas virtuales involucra un reto que pone a prueba nuestras propias funcionalidades ejecutivas, aquellos procesos mentales de elevado grado que nos permiten asociar ideas, movimientos y ocupaciones primordiales para realizar labores más complicadas (Norman y Shallice, 1986). Esto implica no ceder a las diferentes distracciones que uno puede tener y sobre todo mantener una concentración sobre el objetivo propuesto clasificando lo importante de lo irrelevante.

Las distracciones destruyen nuestra productividad y concentración en un instante. La autodisciplina, el autocontrol y el manejo efectivo de las distracciones son aspectos esenciales muy importantes a la hora de estudiar en línea. Algunos distractores que se presentan a la hora de llevar a cabo el proceso de enseñanza aprendizaje en línea son;

Las visitas inesperadas suelen ser motivos de distracción. Muchos creen que por el hecho de que las personas están en su casa, están sin tarea. También el aburrimiento y sensación

de agotamiento que se genera al estar mucho tiempo frente al ordenador y se opta por hacer otra cosa. (Grupo Gear, 2018)

Hoy en pleno siglo XXI, más para la juventud el celular viene a ser un nocivo distractor de aprendizaje, cabe indicar que este distractor no perjudica únicamente a una materia en común sino perjudica a cada una de igualmente, a partir de la perspectiva académico la implementación de teléfonos celulares en los salones puede producir frecuentemente trastornos de aprendizaje, debido a que a lo largo de la hora de clase los alumnos podrían recibir denominadas, incomodando a los demás alumnos, interrumpiendo clases y contribuyendo a distorsionar la disciplina que debería preponderar en los establecimientos educativos.

La compra y uso del móvil se está convirtiendo en algo común en la sociedad de la cual formamos parte y cada vez a edades más tempranas.

Con las novedosas tecnologías, ciertos de los alumnos ignorando a los docentes, usan dichos aparatos para navegar en las redes sociales (Facebook, twitter, whatsapp, instagram, etcétera.) en las horas de clase, enviándose mensajes, imágenes, clip de videos, y varios de dichos grabados en la misma clase realizando burla a alguno de sus compañeros y en algunas ocasiones al mismo instructor; tal los alumnos que realizan uso del celular desatienden enteramente las clases, lo cual les impide tener un habitual proceso de aprendizaje, y esto les podría llevar a una viable pérdida de año. (Tello, 2015)

Según una investigación llevado a cabo en Kent State University, Ohio, EE. UU a 300 universitarios confirmó el hecho de que los alumnos realizaban distintas labores a medida que estaban tomando sus clases virtuales, a diferencia de si estuvieran en clases presenciales. Este análisis enseñó la conducta multitarea que los alumnos permanecen desarrollando a causa del aprendizaje online, algo que se convirtió en un impedimento para que se logre un eficiente aprovechamiento de las asignaturas, por los estudiantes, a lo largo de las clases virtuales.

Una realidad es que el aprendizaje online, pese a sus ventajas como el poder tomar las clases en cualquier sitio, este vino lidiando con el decrecimiento de atención que permanecen presentando los estudiantes. El problema de este caso es que los maestros no tienen la posibilidad de estar al tanto de manera directa de lo cual cada estudiante está realizando a lo largo de sus clases, algo que quizá si se podía mantener el control de en las presenciales, por lo que se necesita visibilizar este problema y intentar de buscar

resoluciones con miras a mejorar el aprendizaje virtual y el rendimiento académico de los estudiantes. (Zeva, 2020)

Objetivo de la investigación

Objetivos Específicos

Conocer principales distractores en el proceso de enseñanza aprendizaje virtual en los alumnos del 1er curso de Psicología y Ciencias de la Educación, Facultad de filosofía, Filial San Estanislao, año 2021

Marco Metodológico

Según su naturaleza, la investigación es de tipo cuantitativo ya que “usa la recolección de datos para probar hipótesis con base a medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías” (Fernández, 2010, p. 4)

Según el nivel, pertenece a una investigación descriptiva, “Los estudios descriptivos miden de manera más bien independiente los conceptos o variables a los que se refieren” (Hernández, 2000, p.61)

Según el periodo y secuencia, pertenece a un estudio transversal, teniendo en cuenta que “en estos diseños los que se mide es la relación entre variables en un tiempo determinado” (Hernández, 2000, p.188)

Población

La población estuvo conformada por alumnos del segundo curso de las Carreras Ciencias de la Educación y Psicología de la Facultad de Filosofía, Filial San Estanislao

Muestra

Se tomará como muestra a toda la población elegida, cuya cantidad es limitada.

Resultados

1. ¿Cuánto tiempo dedicas a tus estudios por día?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
Menos de media hora	4	7%
Entre una hora y dos horas	31	57%
Más de dos horas	20	36%
Total	55	100%

La mayoría de los alumnos estudian entre una y dos horas por día. Otro porcentaje importante estudia más de dos horas por día y una minoría menos de media hora por día

2. ¿Cuentas con redes sociales o sistema de mensajería?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
Sí	55	100%
No	0	0%
Total	55	100%

La totalidad de los alumnos cuenta con redes sociales o mensajería

3. ¿Sueles distraerte durante el desarrollo del PEA?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
Sí	35	64%
No	20	36%
Total	55	100%

La mayoría de los alumnos se distraen durante el PEA, pero también hay alumnos que se concentran durante el PEA, aunque constituye la minoría

4. ¿De qué manera te distraes durante las clases virtuales??

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
En Redes Sociales (Facebook, Instagram, Tiktok)	6	11%
En Sistema de mensajerías (WhatsApp, Telegram)	24	44%
Haciendo tareas del hogar	10	18%
Nada	15	27%
Total	55	100%

El mayor porcentaje de distractores recae en los sistemas de mensajería, seguido de tareas del hogar. Un porcentaje menor no sufre de distracciones.

5. ¿Cuál de estas aplicaciones utilizas con más frecuencia?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
WhatsApp	43	78%
Tiktok	0	0%
Instagram	7	13%
Telegram	0	0%
Otros	3	5%
Todos	2	4%

Los datos revelan que el whatsapp es medio de mensajería que más utilizan los alumnos

6. Durante tus clases virtuales ¿Cuáles son tus lugares favoritos?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
Sala de estudio	11	20%
Cocina	3	5%
Habitación	38	69%
Patio	2	4%
Otro lugar	1	2%
Total	55	100%

La mayoría de los alumnos manifestó que prefieren su habitación para dar sus clases virtuales y otro porcentaje menor dijo que la sala de estudio.

7. ¿Acostumbras participar de las clases virtuales?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
------------------	-------------------	------------------------------

Siempre	33	60%
A veces	21	38%
Nunca	1	2%
Total	55	100%

La mayoría dijo que están acostumbrados a participar de las clases virtuales y un porcentaje menor dijo que en ocasiones participa.

8. ¿Prestas las debidas atenciones al profesor durante el PEA?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
Siempre	39	71%
A veces	15	27%
Nunca	1	2%
Total	55	100%

La mayoría dijo que prestan atención al docente durante el PEA, y una minoría dijo que sólo a veces.

9. ¿Tienes dificultad para aprender en clases ...?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
Virtuales	30	55%
Presenciales	10	18%
Ambas	7	13%
Ninguna	8	14%
Total	55	100%

La mayoría expresó que tienen dificultad para aprender en las clases virtuales y otro porcentaje menor dijo que tienen dificultad en las clases presenciales.

10. Si la respuesta fuera virtual ¿Cuáles serían las razones?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
La clase es aburrida	1	7%
La comunicación no es fluida	14	93%
Otros	0	0%
Total	15	100%

Los alumnos que respondieron que tienen dificultad en aprender en las clases virtuales es porque la comunicación no es fluida, expresión de la mayoría y la clase es aburrida por un ínfimo porcentaje de alumnos.

11. ¿Consideras que la educación en línea es?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
Mejor que la presencial	4	7%
Peor que la presencial	32	58%
Igual que la presencial	19	35%
Total	55	100%

La mayoría dijo que la educación virtual es peor que la presencial y un porcentaje menor dijo que ambos son iguales. Sólo un reducido número de alumnos dijo que la educación en línea es mejor que la presencial

12. En la educación virtual, ¿participan activamente?

Variables	Frecuencia	Frecuencia Porcentual
Todos	4	7%
Algunos	50	91%
Nadie	1	2%
Total	55	100%

Los datos revelan que en la clase virtual la participación de los alumnos es escasa, ya que sólo algunos participan

13-Como afecta los elementos distractores durante el PEA

Variables	Frecuencia	FrecuenciaPorcentual
Genera stress	32	58%
Desenfoco del tema	23	42%
otros	0	0%
Total	55	100%

La mayoría dijo que le genera stress y un porcentaje menor dijo que se desenfoca del tema que se desarrolla.

Discusión

La mayoría de los alumnos estudian entre una y dos horas por día. Otro porcentaje importante estudia más de dos horas por día y una minoría menos de media hora por día.

La totalidad de los alumnos cuenta con redes sociales o mensajería

La mayoría de los alumnos se distraen durante el PEA, pero también hay alumnos que se concentran durante el PEA, aunque constituye la minoría.

El mayor porcentaje de distractores recae en los sistemas de mensajería, seguido de tareas del hogar. Un porcentaje menor no sufre de distracciones.

Los datos revelan que el whatsapp es medio de mensajería que más utilizan los alumnos

La mayoría de los alumnos manifestó que prefieren su habitación para dar sus clases virtuales y otro porcentaje menor dijo que la sala de estudio.

La mayoría dijo que están acostumbrados a participar de las clases virtuales y un porcentaje menor dijo que en ocasiones participa.

La mayoría dijo que prestan atención al docente durante el PEA, y una minoría dijo que sólo a veces.

La mayoría expresó que tienen dificultad para aprender en las clases virtuales y otro porcentaje menor dijo que tienen dificultad en las clases presenciales.

Los alumnos que respondieron que tienen dificultad en aprender en las clases virtuales porque la comunicación no es fluida, expresión de la mayoría y la clase es aburrida por un ínfimo porcentaje de alumnos.

La mayoría dijo que la educación virtual es peor que la presencial y un porcentaje menor dijo que ambos son iguales. Sólo un reducido número de alumnos dijo que la educación en línea es mejor que la presencial.

Los datos revelan que en la clase virtual la participación de los alumnos es escasa, ya que sólo algunos participan

Conclusión

Teniendo en cuenta los objetivos se concluye que;

Los principales distractores en el proceso de enseñanza aprendizaje virtual en los alumnos son los sistemas de mensajerías y las tareas del hogar

También se pudo conocer que los lugares donde los alumnos llevan a cabo el PEA son la habitación y la sala de estudio.

En cuanto a los efectos de los elementos distractores de la enseñanza aprendizaje virtual genera stress y desenfoco del tema desarrollado

Bibliografía

Alvarez Marinelli, H., et al. (2020). *La educación en tiempos del coronavirus: Los sistemas educativos de América Latina y el Caribe ante COVID-19*. Banco Interamericano de Desarrollo. Recuperado de <https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/La-educacion-en-tiem-pos-del-coronavirus-Los-sistemas-educativos-de-America-Latina-y-el-Caribe-an-te-COVID-19.pdf>

Azoulay, A. (2020) *La responsabilidad de actuar es colectiva*. Recuperado de: <https://es.unesco.org/news/aprendiendo-casa-educacion-distancia-todos>

CONES, (2021) Utilización de herramientas digitales. Recuperado de: <http://www.cones.gov.py/el-cones-extiende-la-utilizacion-de-herramientas-digitales-de-ensenanza-aprendizaje-para-el-primer-semester-del-ano-2021/>

Diccionario Abierto de Español, *distractores* Recuperado de: <https://www.significadode.org/distractores.htm>

Grupo Gear. (2018) *5 distracciones a las que se enfrentan los estudiantes virtuales y cómo gestionarlas eficientemente*. Recuperado de: <https://grupogear.com/blog/5-distracciones-enfrentan-estudiantes-virtuales-gestionarlas-eficientemente/>

Norman D.A., Shallice T. (1986) *Attention to Action*. In: Davidson R.J., Schwartz G.E., Shapiro D. (eds) *Consciousness and Self-Regulation*. Springer, Boston, MA.

Themes, G. (2020) *Blog de orientaciones de estudiantes en el uso de los espacios pedagógicos virtuales*. Recuperado de: <https://blogs.ead.unlp.edu.ar/secretariaacademicats/>

Read More, M. (2021) Educación Sincrónica vs. Asincrónica:Cuál es la Mejor para el Aprendizaje a Distancia Recuperado de: <https://myviewboard.com/blog/es/negocios/educacion-sincronica-vs-asincronica/>

Rodríguez Andino, M. (2011). *Los entornos virtuales de aprendizaje como potenciadores del proceso educativo. Experiencias de su aplicación en la enseñanza presencial y semipresencial*. XIV Congreso Internacional de informática en la educación. La Habana.

Romero D. (2020) *Descubre cómo funcionan los Ambientes Virtuales de Aprendizaje (AVA) y qué aportan a la educación*. Recuperado de <https://rockcontent.com/es/blog/ambientes-virtuales-de-aprendizaje/>

Tello C. (2015) ANÁLISIS DE DISTRACTORES EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA – APRENDIZAJE EN LA MATERIA DE QUÍMICA DE LOS ESTUDIANTES DEL SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO DEL COLEGIO DE BACHILLERATO “GUALAQUIZA”, AÑO LECTIVO 2014 – 2015. Recuperado de: <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/8887/1/UPS-CT005097.pdf>

UNESCO (2020). *La educación en tiempos de la pandemia de COVID-19*. Recuperado de: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000374075?locale=es>

Martínez-Garcés, J., & Garcés-Fuenmayor, J. (2020). *Competencias digitales docentes y el reto de la educación virtual derivado de la covid-19*. *Educación y Humanismo*, 22(39), 1-16. Recuperado de: <https://doi.org/10.17081/eduhum.22.39.4114>

Zeva E. (2020) *Clases virtuales: el problema de concentración en los estudiantes y algunos consejos* Recuperado de: <https://medialab.unmsm.edu.pe/chiqaqnews/clases-virtuales-el-problema-de-concentracion-en-los-estudiantes-y-algunos-consejos/>