



educación y comunicación  
11: 63-77 Nov. 2015

# LA EDUCACIÓN FÍSICA Y LAS TIC COMO HERRAMIENTAS PARA LA MEJORA DE LA COMUNICACIÓN EN LA EDUCACIÓN

**Physical Education and ICTs as tools to improve  
communication in Education**

**Manuel Pavón Campos**

**Colegio Luisa de Marillac (El Puerto de Sta. María)**

**E.mail: manuel@marillacpuerto.es**

**Francisco Pavón Rabasco**

**Grupo de Invest. Investigación, Evaluación y Tecnología**

**Educativa HUM154**

**Universidad de Cádiz (España)**

**E.mail:francisco.pavon@uca.es**

Resumen:

En el presente artículo tratamos de ofrecer una panorámica sobre la importancia de la “Comunicación” durante el proceso educativo y de plasmar algunas reflexiones basadas fundamentalmente en la experiencia, pero contrastadas con una gran diversidad de autores. Comenzamos planteando algunas características de la preparación, exposición y el análisis posterior de nuestras actuaciones docentes frente a los estudiantes. Hoy en día se debe aprender en todo momento y lugar y no sólo en la clase tradicional. Tenemos que conocer todas las cualidades que introducen las TICs en el proceso comunicativo y que hay que tener en cuenta en la comunicación virtual para que sea efectiva y complementaria a la presencial. Finalizamos aterrizando en algunas buenas prácticas realizadas desde la especialidad de Educación Física.

Palabras clave: comunicación docente, competencia digital, Educación Física, interacción virtual.

Abstract:

In this article we try to give an overview on the importance of “communication” in the educational process and also to capture some reflections based on our experience, but contrasted with a wide variety of authors. We started suggesting some characteristics of the preparation, presentation and the following analysis of our teaching actions towards students. Nowadays, we must learn anytime, anywhere and not just in the traditional classroom: we continue with other facts that introduce ICTs in the communication process and that should be considered in virtual communication to be effective and complementary in the classroom. Finally, we suggest some good practices in Physical Education as a subject.

Keywords: teaching communication, digital competence, physical education, virtual interaction.

Recibido: 12-06-2015 Revisado: 01-09-2015 Aceptado: 30-09-2015 Publicado: 01-11-2015

### Introducción

El ser humano es comunicativo y presenta múltiples dimensiones en las que se debe formar y educar: la físico-biológica, la cognitivo-intelectual, la social, la ética y la emotivo-afectiva. El informe J. Delors, realizado por la Comisión Internacional para la Educación del s. XXI, hace especial referencia a dos retos importantes en la educación: *aprender a vivir juntos y aprender a ser* (Darder, 2003:11).

Nunca se le ha dado gran relevancia al aspecto emocional en los currículums educativos, pero conocer la relación y dependencia mutua entre las dimensiones racional y emocional en la vida de las personas tiene importancia capital para la educación y formación de los niños y jóvenes. En el aprender a ser, la toma de conciencia de las propias emociones, rápidas, impulsivas e intuitivas que experimentamos; es fundamental para interaccionar adecuadamente en la realidad que nos rodea.

La capacidad de controlar y dirigir las emociones resulta vital para la persona. Aquellos que se dejan llevar por las emociones descontroladas hacen cosas que no desean, actúan con discontinuidad y les resulta difícil realizar proyectos con coherencia y dedicación (Darder, 2003).

Reconocer las propias emociones nos permitirá favorecer nuestras relaciones interpersonales, ya que nos ayudará a entender diferentes situaciones y a actuar buscando la empatía, estableciendo relaciones positivas de afecto.

Las vivencias afectivas y emocionales son el motor de nuestras vidas y de nuestras relaciones, por tanto deberían serlo también en la educación. Es necesario educar en las emociones para hacerlas conscientes y

canalizarlas de forma positiva, tal y como recoge la Orden de 10 de agosto de 2007, por la que se desarrolla el currículo correspondiente a la educación secundaria obligatoria (ESO).

En nuestro artículo, estas exigencias serán tratadas y analizadas desde las aportaciones que pueden realizar la educación física y las TICs a la mejora de la comunicación.

### La comunicación del docente. Los lenguajes como principales herramientas de comunicación

Los lenguajes aportan en el desarrollo personal, la posibilidad de expresión, creación y comunicación de ideas, experiencias y sentimientos. Los principales objetivos de la educación y comunicación son conseguir, a través de ellos, fines expresivo-creativos.

Aunque el lenguaje verbal (diversos signos lingüísticos: letras, sílabas y palabras representados en un código lingüístico), es el que más frecuentemente utilizamos en nuestra vida social y profesional, en el lenguaje, además, aunque no pongamos atención en ello, también existe el ritmo y la entonación y son elementos importantes en la organización de las palabras que integran una idea. Además del lenguaje verbal, que puede ser oral o escrito, en nuestro “tratar de comunicar con los estudiantes” hemos de tener presente otros lenguajes especialmente importantes por la relevancia que tienen en la sociedad actual; nos referimos a los lenguajes: corporal, de los gestos, de la imagen, el sonido, los emoticonos, de los nuevos medios, etc. Pero comencemos situándonos en la posición más común del docente: preparando clases o actuaciones docentes, acudir a las mismas, experimentar cómo resultan y evaluar posteriormente qué detalles debe-



ríamos haber tenido en cuenta o debemos cuidar para mejorar la próxima vez.

### **Preparando nuestra actuación docente presencial: tratando de comunicar**

Desde nuestro punto de vista, es fundamental ver la educación como un proceso de comunicación, ya que todo en ella gira en torno a la transmisión de mensajes, verbales, icónicos y no verbales, entre un emisor, que normalmente suele ser el profesor, y un receptor, que suele ser el alumno.

Vamos a reflexionar sobre los “momentos clave de la comunicación” que generalmente realiza un docente en su actividad profesional. Hemos querido destacar como momentos previos aquellos en los cuales, de una manera pausada y edificante, dedicamos nuestro tiempo para conseguir que su preparación sea un éxito.

Lo primero será dominar el tema y tener unas ideas claras, “nadie da de lo que no tiene”; además debemos cuidar todos los factores que intervienen en la sesión. No lograremos esa tranquilidad a la que todos aspiramos, la confianza en nosotros mismos y por supuesto la naturalidad deseada, a no ser que los temas que vayamos a desarrollar hayan sido lo suficientemente preparados y apenas nos asalten dudas sobre los mismos. Es verdad que a veces nos traicionan los nervios pero, no nos engañemos, bastantes veces ese sentimiento de que la sesión no está saliendo como deseáramos se debe sobre todo a una insuficiente dedicación a todos los detalles e ideas que hemos de desarrollar.

Estudiemos el proceso educativo como un sistema que consta de programación, enseñanza (aprendizaje y evaluación).

### **Primer paso: la planificación**

- *Escribir lo que se piensa decir.* Preparar una exposición no es escribir un texto como si se tratara de un trabajo para una asignatura o de un artículo para una revista. Hablar es decir algo a alguien y la transcripción del texto facilita la claridad, el orden y la precisión de las ideas; permite su lectura detenida, su crítica rigurosa y su corrección adecuada; además de ser útil, posee las ventajas de facilitar la memorización y ayudar a ser más exhaustivo en la formulación de algunos juicios. Todo lo escribiremos pensando en las personas a las que se lo vamos a explicar, repito, no para aprendérselo de memoria, sino para que una vez dados todos los retoques necesarios, olvidarlo.

- *Redactarlo con precisión y claridad.* Cuando nos dan poco tiempo para exponer una idea o un trabajo, hemos de resumir tanto que no nos podemos permitir el lujo de ser imprecisos o poco claros. La precisión es la adecuación del lenguaje a los mensajes que se pretenden transmitir, consiste en decir justamente lo que queremos; por claridad, nos referimos a que los oyentes reales entiendan el contenido de manera fácil y cómoda (Hernández Guerrero, 2005).

- *Sintetizar.* No es un mero resumen, sino la reconstrucción de la totalidad y la definición del sistema que le confiere unidad. Nos obliga a ser concisos, a decir todo y sólo lo que se debe decir: nuestro discurso, aunque sea escueto, ha de ser completo.

- *Pensando en los oyentes.* Un tema lo podemos preparar atendiendo a diferentes criterios, pero cualquiera de ellos no puede pasar sin tener en cuenta el auditorio. Los oyentes, los alumnos en nuestra actuación docente, constituyen el factor más importante del proceso comunicativo. En la preparación lo primero que hemos de hacer es estudiarlos para así poder aco-

modar la selección de los temas, los razonamientos y, en general, el lenguaje. Cuando estamos pensando o escribiendo el concepto o idea que vamos a decir, debemos imaginarnos a las personas que en ese momento nos van a escuchar; cuáles son sus intereses, profesiones, circunstancias, etc.; posiblemente así el mensaje que transmitamos llegue mejor. Hemos de intentar ver el mundo con los ojos de los otros y dejarnos invadir por las esperanzas y por los temores ajenos. Para hablar con comodidad, con fluidez y con acierto, el profesor necesita sentirse respetado, valorado y querido; recordad con qué espontaneidad y fluidez nos salen las palabras en una reunión de amigos y como resulta trabajoso y bloqueante hablar ante un público que no conocemos; por ello, ya desde el principio es aconsejable el empleo de procedimientos variados que disuelvan los prejuicios negativos sustituyéndolos por disposiciones receptivas.

- *División en partes.* El dicho popular - “divide y vencerás”- atribuido a César y referido a la estrategia bélica, es aplicable a la oratoria, puesto que un discurso tiene una linealidad; no ocurre igual con los lenguajes icónicos - como la pintura - cuyos elementos están presentes y son percibidos globalmente de manera simultánea. El lenguaje oral - de la misma manera que la música y el cine - posee una dimensión lineal, es un proceso temporal que abarca además de un presente momentáneo en continuo movimiento, un pasado que progresivamente se alarga y un futuro que inexorablemente se reduce hasta desaparecer (Hernández Guerrero y García Tejera 2004).

El discurso oratorio es como un viaje en el que debemos saber de dónde partimos y a lo que queremos llegar. Como en un viaje, nos dirigimos a un lugar, queremos alcanzar una meta, conocer un sitio que

despierta la curiosidad o el interés. El destino, orienta y alienta el caminar, marca la dirección de los pasos, determina la selección de los caminos, ayuda a superar las pendientes, justifica el gasto de energías y compensa el malestar del cansancio. Pero esas características sólo se cumplen cuando el destino está presente y activo en el momento de la decisión y a lo largo de todo el recorrido, en especial, en los momentos de dificultad (Hernández Guerrero y García Tejera 2004).

Al igual que el viaje se divide en etapas, la distribución de nuestra actuación docente debe estar elaborada a partir de un criterio o fundamento permanente, adecuada de manera que la suma de las partes coincida con el todo y que no se multipliquen las divisiones y subdivisiones de manera que resulte complicada.

Tres partes definidas y equilibradas con respecto al tiempo podrían ser: justificación del trabajo, planteamiento y revisión bibliográfica, seguida del núcleo, para terminar con las conclusiones e implicaciones.

- *Recursos de apoyo.* En la actualidad, nuestra comunicación con los demás, especialmente cuando nos dirigimos a un grupo, puede ir acompañada de recursos de apoyo que en unos casos nos servirán para recordar y estructurar todo el contenido que deseamos desarrollar a lo largo de la sesión y otras simplemente para ser más explícitos, amenos y conseguir mantener la atención. Tales recursos pueden ir desde las simples transparencias, diapositivas, el vídeo u otros. Actualmente, el PPT o el PREZI son los recursos de apoyo más utilizados, los cuales se convierten en herramientas indispensables para el orador.

- *Ejercicios de simulación.* De todas formas, antes de llegar al estrado o lugar donde va a tener lugar la sesión, es conveniente, especialmente en momentos y circunstancias determinados, realizar algunos ejerci-



cios de simulación, ya que nos servirán de adaptación a los momentos reales que después vamos a vivir.

### Segundo lugar: actuación docente

Los momentos de intervención real ante la audiencia los hemos denominado “momentos decisivos” puesto que son el objetivo y fundamento de nuestra preparación. Explicar es algo más que pronunciar un discurso en alta voz, el profesor, con sus expresiones y con sus gestos, con su seguridad o sus vacilaciones, descubre sus cualidades y sus defectos y pone en juego múltiples mecanismos y habilidades. Hemos de tener confianza, la exposición real siempre resulta con mayor calidad que cualquiera de las anteriores simulaciones ya que los estímulos que recibimos del público son superiores y mejores a los recibidos por un espejo o una cámara de vídeo. Además santa adrenalina responde, no le tengamos miedo, es como una droga natural que nos permite estar más despiertos, ocurrentes y quizás más brillantes que si no se presentara. Que no nos preocupe ponernos nerviosos sino que procuremos que, aunque lo estemos, las cosas salgan como tienen que salir.

- *Inspirar credibilidad.* Hemos de ser conscientes de que un discurso convence y persuade (más que por la coherencia de los argumentos o por la fuerza de las comparaciones) por la credibilidad que inspira la persona del orador. Es cierto que el orador ha de mostrar que está informado sobre el asunto del que trata y ha de dominar la lengua para expresarse con corrección, claridad y elegancia. La credibilidad no se demuestra, no se exhibe ni se impone, sino que, como ocurre con los valores más auténticos, se muestra (Hernández Guerrero y otros, 2003).

- *Enviemos mensajes “con acuse de recibo”.* En cuanto comencemos nuestro contacto con los asistentes, notaremos una mayor confianza y bienestar; no pensemos que el tema ha de salir tal y como justamente lo teníamos preparado, habrá ideas que se olviden y datos que no salgan, pero recuerden “sólo nosotros sabemos lo que realmente habíamos preparado”. Pero eso sí, nuestros mensajes hemos de enviarlos “con acuse de recibo”, es decir, durante la sesión observamos las caras y gestos de los que nos atienden y nos dan muestras de cómo están recibiendo los conceptos que tratamos de enviarle; procuremos, sobre todo si nuestra sesión es participativa, que las preguntas y respuestas de los oyentes nos sirvan de guía para recomponer las ideas atendiendo a la estructura mental del que está escuchando. Por supuesto que en estos momentos comprobaremos como todo ese material que preparamos como soporte de apoyo responde a nuestras expectativas por la forma en que es aceptado por la audiencia. Además, nos daremos cuenta de que nos ayuda a crear ambientes de aprendizaje y comunicación agradables.

### Evaluación. Reflexión sobre la práctica

Los años de experiencia en la enseñanza nos conceden trienios, pero no nos hace adquirir a todos el grado de expertos; así mismo, la repetición sucesiva de un acto no consigue de forma automática perfeccionamiento, sino que pensamos que siempre es conveniente para que nos sirva como desarrollo profesional, realizar una autocrítica constructiva ayudados por la información suministrada por una cámara de vídeo o casete y además, si es posible, con los comentarios de personas que se encuentren presentes en la sesión, que

generalmente son las que nos sirven para neutralizar parte de nuestros ataques personales más feroces.

La reflexión es la capacidad de revisar y dar sentido a la propia actividad. Durante el desarrollo de la misma no es fácil valorarla en su justa medida; traer al presente lo que ha pasado, para hacerlo consciente y objetivo sin la presión del aquí y el ahora. La autocrítica es una actitud reflexiva de discernimiento de las cualidades y de los defectos, de los “rasgos de estilo” que deben ser respetados y de los “vicios adquiridos” que deben ser corregidos. Ésta ha de emprenderse con ánimo sereno y con una disposición positiva; no ha de confundirse, por lo tanto, con la autocensura ni, menos, con la autoflagelación. La reflexión se puede presentar en una doble vertiente:

1. Cognoscitiva, en cuanto que se realiza a un nivel de conceptos e ideas y le permite conocer sus propios pensamientos y acciones.

2. Afectiva, que le permite desarrollar sentimientos acerca de su propia acción para proporcionar seguridad y valía personal y avanzar en el propio sentimiento de responsabilidad profesional.

Nuestra única apreciación resulta subjetiva, por lo que precisamos de las aportaciones de los alumnos, oyentes y de otros compañeros para intentar conseguir una percepción más objetiva. Es importante considerar la posibilidad de la reflexión grupal, ya que crea el ambiente que sirve de soporte como implicación activa en los procesos de cambio. Esa conversación, entre dos o más personas, que alternativamente manifiestan sus ideas o experiencias, origina un discurso que genera el intercambio de problemas, estrategias y las posibles soluciones que les impone la práctica contextualizada. Significa conectar y comunicarse a nivel profesional, suponiendo que varias perspectivas

son mejor que una sola (Hernández Guerrero y otros, 2003).

A veces, no confiamos en nuestra capacidad para enfrentarnos a los retos de una buena comunicación, creemos más en lo que otros expertos nos dicen acerca de aquello que tenemos que hacer. Con esta actitud perdemos oportunidades de aprendizaje y, a veces, gastamos una enorme energía en buscar fuera lo que teníamos dentro, mejor dicho, lo que quizás podríamos tener si valoráramos lo que puede emerger del análisis de nuestra práctica profesional. ¡Pongamos en valor nuestras fortalezas y conozcamos nuestras debilidades para aminorar sus efectos!

Presentadas las etapas claves para lograr buenas exposiciones, hemos de continuar diciendo que para ser lo suficientemente motivador, el docente siempre tiene que tratar de ser innovador y creativo.

### El docente innovador y creativo

El mundo en que vivimos está pasando de la era Industrial a la era de la información y de ésta a la era de la creatividad. Una de las características más importantes de la era de la creatividad es la explosión de la información, la caída constante de las viejas normas y los desafíos enormes que estos cambios han provocado. Las personas que pueden hacer lo mejor gestionando la gran cantidad de información, serán finalmente los ganadores de tanta competencia. A nivel empresarial, las empresas que pueden gestionar con eficacia sus mentes creativas y sistema de innovación prosperarán en el mercado cambiante, mientras que sus competidoras menos creativas fracasarán y desaparecerán. ¿Estamos preparados la mayoría de los individuos, las empresas y las instituciones para



afrontar los retos de gestionar la creatividad y la innovación de manera eficaz?

A nivel individual, somos reacios a dar rienda suelta a nuestro potencial creativo, debido a una variedad de conceptos erróneos acerca de la creatividad y debido al hecho de que nuestro sistema educativo actual todavía adopta el estilo industrial de la educación, que hace demasiado hincapié en el desarrollo del lenguaje y el pensamiento lógico, mientras que suprime el desarrollo de las artes y la creatividad.

El análisis de la formación de los profesores de las teorías del currículo, puede ayudar a organizar la información generada sobre este tema y también nos permite explicar, entender o comprender gran parte de las actividades didácticas con los medios de comunicación (Lee & Así, 2014).

*¿Qué es ser creativo?*

Es desarrollar la capacidad para modificar o transformar el mundo, de generar nuevas ideas, modos de pensar o conceptos diferentes a los ya conocidos... el profesor creativo del siglo XXI se asocia con las TIC, usa las tecnologías como un medio útil para conseguir un fin pero de forma simultánea con métodos experimentados y efectivos pues sabe que los medios por sí solos... no crean innovación.

El creativo, modifica su entorno, lo adapta a sus fines. El creativo tiene capacidad para enfrentarse a los imprevistos; el docente creativo, conoce al alumno, disfruta aprendiendo, saca una sonrisa, acepta recomendaciones, trabaja con otros, nunca lleva la clase cerrada, promueve la participación, es generoso con sus materiales... los pone a disposición en Internet

*¿Por qué se caracteriza un profesional innovador?*

Busca siempre nuevos métodos para trabajar, es enemigo de la rutina, nunca llegará a ser un profesor

“quemado” su actitud no se limitan a su trabajo sino que invade su vida personal. El profesional innovador está presente en todos los recovecos de la red, es un “ser digital 2.0”, su perfil está diseminado por todos registros... aplica los nuevos aprendizajes a su actividad profesional. Por todo ello y tratando de llegar a ser creativos e innovadores en nuestro campo, vamos a presentar algunos de los muchos recursos que hemos desarrollado durante nuestros cursos.

### **Algunos recursos digitales utilizados en nuestras clases de Educación Física**

A simple vista puede parecer que exista una escasa conexión entre educación física y TICs sobre todo cuando se piensa en los juegos, la expresión corporal y los deportes en los distintos ciclos educativos (Cappillonch, 2005).

Todos pretendemos realizar buenas prácticas con TIC aplicando los recursos tecnológicos de manera que estén al servicio de la atención a la diversidad y mejora de la calidad educativa o del servicio que estamos prestando. Cuando trabajamos colaborativamente con las herramientas digitales, tratamos de:

- Involucrar a los estudiantes o participantes de manera que sean ellos mismos quienes interactúan y exploran.
- Diseñar una hoja de ruta de aprendizaje constructivo y reflexivo, que permita elaborar nuevos conocimientos partiendo y acomodando a los previos.
- Que sea el estudiante o participante el que propone sus metas a alcanzar.
- Aprender en un entorno que resulte auténtico y retador; procurando afrontar situaciones reales y preparar siempre futuros retos.

- Crear un clima cooperativo, colaborativo y conversacional que fomente la interacción entre estudiantes para discutir problemas, aclarar dudas y compartir ideas.

Al igual que al comienzo del artículo planteábamos unos momentos claves para lograr una buena comunicación con nuestro alumnado, ahora retomamos los mismos (planificación, intervención y evaluación), en la línea de presentar algunas herramientas digitales que no serán útiles en el avance del proceso educativo.

### **Tiempo de Planificación:**

Cuando comenzamos nuestra planificación, ya sea anual, trimestral de una determinada sesión; en el momento presente no podemos imaginarnos ese momento sin la Web 2.0. La red, no sólo en un banco de recursos, sino una plataforma para trabajar, crear muchos materiales y compartirlos. Somos conscientes que las herramientas que nos proporciona la Web 2.0 favorecen el trabajo colaborativo, el empleo de redes, la elaboración de los proyectos comunes entre profesorado y alumnado del centro o de diferentes puntos del planeta. Por lo tanto, la escuela 2.0, la educación 2.0 o en general la implicación en la mentalidad Web 2.0 supone una actitud de participación y cooperación, es un fenómeno que tiene como centro al usuario. Ya según el BOE se nos recuerda que la ciudadanía tiene que:

«disponer de habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información, y para transformarla en conocimiento... habilidades, que van desde el acceso a la información hasta su transmisión en distintos soportes... incluyendo la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación como elemento esencial para informarse, aprender y comunicarse...

». («BOE» núm. 106, de 4 de mayo de 2006, pp. 17158 a 17207).

Estamos por tanto en la línea de aprender y enseñar la competencia digital y tratamiento de información en distintas asignaturas del curriculum como ya pusimos de manifiesto en otra aportación (Román y otros, 2011). Participamos también en uno de los proyectos más innovadores de implantación nacional como fue el Programa Escuela 2.0 que consistió en un proyecto de integración de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC) en los centros educativos y que contempla el uso personalizado de un ordenador portátil por parte de cada alumno o alumna.

### **Tiempo de Intervención:**

Ya en el tiempo de actuación docente tendríamos que pensar en herramientas que nos ayuden a presentar con motivación y claridad los contenidos y las actividades que vamos a desarrollar, al mismo tiempo que tener grabaciones que nos permitan posteriormente analizar lo realizado. Podríamos hablar de Pizarra digital interactiva, Vídeo y smartphone.

La Pizarra Digital Interactiva (PDI), que generalmente integra ordenador, videoprojector y dispositivo de control de puntero, nos permite proyectar en una superficie interactiva contenidos digitales, preparados por nosotros u obtenidos de Internet, en un formato idóneo para su visualización y trabajo en grupo. Con la PDI podemos motivar y captar la atención y participación del alumnado; escribir anotaciones o gráficos a mano alzada y guardar para su revisión o reutilización; reproducir materiales y actividades preparadas previamente en un ordenador; navegar y buscar por Internet con la participación grupal; proyectar y con-



trolar el visionado de videos; realizar presentaciones efectivas y editables frente al alumnado; ofrecer a los estudiantes un nuevo entorno para la presentación de trabajos; guardar lo trabajado sobre la pantalla en ficheros, su exportación, impresión... además la Pizarra Digital Interactiva nos permite:

1. Presentar desde cualquier otro medio analógico o digital conectado al sistema: DVD, vídeo, cámara de fotografía, equipo de música, micrófono, etc.
2. Utilizar la mano o el puntero como lápiz y guardar en cualquier formato las operaciones que se realicen
3. Utilizar bancos de imágenes, de sonidos y de música para crear nuevos recursos
4. Acceder a todas las funcionalidades de Internet
5. Accesorios del software: grabar vídeos, utilizar cortinillas y focos, capturar imágenes o pantallas, etc.

Uso del video. A través del uso de este recurso, el profesor puede corregir determinados gestos técnicos mal realizados y, además, dar pautas concretas con un soporte muy fácil de entender y, a la vez muy cotidiano, para el alumnado.

Uso de aplicaciones de smartphones. La utilización de aplicaciones (strava, endomondo, runtastic, etc.) en clase de educación física puede ser de gran ayuda a la hora de medir el recorrido realizado durante una sesión, siendo además un factor motivante, pues nuestro alumnado puede verse atraído por la posibilidad de compartir en redes sociales sus resultados deportivos y evolución en determinadas actividades físicas.

#### Tiempo de Evaluación:

Todo proceso educativo que busque una mejora, cuenta siempre con momentos de evaluación. En ella volveremos a usar las mismas herramientas utilizadas para grabar, ahora en su función de reproducción para

el visionado; pero además, un determinado software (como EFOS), por parte del profesor, para evaluar la asignatura de educación física, permite la gestión de ficheros de alumnos con funciones básicas como: actualizaciones, altas y bajas, calificaciones, diseño de boletines de evaluación, búsquedas varias, etc. (Capllonch, 2005).

Podría plantearse, pues la hemos trabajado en varios cursos, la WebQuest. Se construye alrededor de una tarea atractiva que provoca procesos de pensamiento superior. Se trata de hacer algo con la información. El pensamiento puede ser creativo o crítico e implicar la resolución de problemas, enunciación de juicios, análisis o síntesis. La Webquest es la aplicación de una estrategia de aprendizaje por descubrimiento guiado a un proceso de trabajo desarrollado por los alumnos utilizando los recursos de Internet. Webquest significa indagación e investigación por la red. La idea inicial con la que se creó la metodología de trabajo basada en WebQuest fue desarrollar en el alumnado la capacidad de navegar por Internet teniendo un objetivo claro, aprender a seleccionar y recuperar datos de múltiples fuentes. Consiste en presentarle al alumnado un problema con un conjunto de recursos preestablecidos por el profesor, de modo que evite la navegación simple y sin rumbo. Podríamos decir que la WebQuest es: Un modelo de aprendizaje extremadamente simple y rico para propiciar el uso educativo de Internet basado en el aprendizaje colaborativo. Una exploración dirigida, que culmina con la producción de una página Web, donde se publica el resultado de la investigación o búsqueda. Una metodología de aprendizaje que potencia el pensamiento crítico, la creatividad y la toma de decisiones; llevando a los alumnos a transformar los conocimientos adquiridos.

Existe mucha información en Internet explicando

el concepto, características, proceso de creación y aplicación de las WebQuest, así como ejemplos ya creados. La realización de una WebQuest consiste básicamente en que el profesor identifica y plantea un tópico/problema y a partir de ahí crea una Web en la que presenta la tarea al alumnado, le describe los pasos o actividades que tienen que realizar, les proporciona los recursos on line necesarios para que los alumnos por sí mismos desarrollen ese tópico, así como los criterios con los que serán evaluados. Pero una clave fundamental para manejar con éxito estas herramientas con los jóvenes estudiantes, es conocer cómo se relacionan ellos con las mismas y cómo integrarlas en nuestro proceso de enseñanza, de esta forma se recorrerá un camino hasta una meta de correcta alfabetización mediática y competencia digital.

### Las TIC y los jóvenes del siglo XXI

Las TICs son parte del día a día de los jóvenes, pero, ¿son ellos meros consumidores o también construyen una opinión pública libre? (Fuente, Martínez y Del Prado 2014). Area (2011) se formula preguntas acerca del entendimiento que pueden tener los jóvenes sobre el cambio que está experimentando la cultura, desde el estado sólido (con certezas que perduran generación tras generación y estabilidad) hacia el estado líquido. Igualmente se pregunta si son conscientes de que una identidad digital es fundamental para sobrevivir en las aguas turbulentas de información.

#### *¿Cómo utilizan los jóvenes las TIC?*

Bermejo (2013) establece que la juventud se encuentra absorbida por la cultura del entretenimiento audiovisual, es decir, que usan los medios para informarse, pero sobre todo, para entretenerse, teniendo la

concepción de que están seguros, ya que consideran que sus contenidos están al servicio del disfrute y no de la persuasión. También concibe un ámbito de hiperestimulación cognitiva favorecido por las nuevas tecnologías y por el aumento de las multitareas. Con lo cual, no es extraño hoy día ver alumnos observando su móvil mientras hacen otras actividades escolares; incluso en el ámbito universitario, alumnos en clase conectados a la red a través de sus ordenadores y dispositivos móviles. De esta manera, comenzamos a conocer nuevas maneras de atención: se ve reducida la duración de los períodos de atención voluntaria o controlada, los cuales dependen de un cierto esfuerzo consciente, es decir, atender a una explicación o estudiar. Se ven, por tanto, reducidos por ese aluvión de estímulos externos que la interrumpen, haciendo que intervenga la atención involuntaria.

#### *¿Cómo se llega a la situación de excesiva dependencia de Internet?*

Se ha descubierto que el efecto que tiene sobre nosotros el recibir una respuesta o notificación ante un contenido colocado en una red social, es similar a una descarga de adrenalina, debido a que nos sentimos reconocidos. Por lo tanto, es fácil caer en la circunstancia de abusar de este proceso, ya que puede llegar a ser adictivo el tener que sentirse respaldado continuamente por personas (anónimas o no) cuando se interviene (de manera afortunada, o no) en una red social. Mediante las TIC tenemos la sensación de estar más unidos, informados y comunicados con el mundo que nos rodea, pero es probable que realmente el efecto sea el opuesto, pues muy posiblemente nos estemos aislando del mismo. Solo tenemos que imaginar la escena en la que quedamos con personas importantes en nuestra vida, a las que con total seguridad ansiamos



ver, pero observamos que están muy pendientes del móvil, que no viven lo que está ocurriendo allí, no aprecian que estamos juntos, que tratamos de pasarlo bien.

Mediante este uso de las redes sociales podemos caer en el error de querer retransmitir nuestra vida a tiempo real y, ¿por qué no? añadiendo una cierta dosis de irrealidad. El uso de estas redes sociales no sustituye el contacto humano, aunque haya personas que así lo crean. Hay personas que se acercan a la depresión al ver la “vida” de sus amigos de redes sociales, puesto que entienden que éstos tienen una vida espectacular, siendo esto solo un reflejo parcial de la realidad, ya que no siempre se disfruta de un día perfecto. Con lo cual, consideraremos un error el vivir la vida a través de otros: todos hemos podido estar en un mismo evento, pero quizá para algunos, y según lo visto en sus redes sociales, este evento ha sido inmejorable, cuando realmente no ha sido así. A veces, deseamos tanto immortalizar nuestra vida, tomando fotos y vídeos, que nos olvidamos de vivirla.

#### *Competencia digital*

La competencia digital es un objetivo que no se alcanza con una asignatura concreta sino que forma parte de las propuestas de diversas materias y así se aplica en la mayoría de los países (Hus, 2011). Se les presupone a los jóvenes, a los cuales llamamos “nativos digitales” y eso en muchas ocasiones es un falso mito, ya que no es correcto pensar que saben, de manera intuitiva, como usar las tecnologías digitales en toda su amplitud. Como es evidente, no es equiparable la exposición a una determinada tecnología con la capacidad de darle un uso apropiado, siendo cierto que los jóvenes sobreestiman su capacidad digital. Es decir, tienen una confianza alta en sus habilidades, pero sus

competencias reales en el uso de ciertas herramientas y aplicaciones de Internet no son completas. Se podría decir que sus habilidades adquiridas son para un “uso cotidiano” (videos, juegos, redes sociales, etc.), pero su nivel en competencias digitales necesarias para el mercado laboral es muy bajo. Pérez Gómez (2010) estableció que es necesario un aprendizaje constante para progresar en conocimiento, pues de este éxito depende la capacidad de actualización de los trabajadores. De hecho, en las últimas fechas se ha indicado que, hasta 2020, Europa necesitará más de un millón de especialistas en temas digitales relacionados con el marketing y comercio electrónico.

Según Aguaded (2012), la actuación de los organismos internacionales es clave para desarrollar las “políticas globales, la concienciación de los gobiernos y la sensibilización ciudadana de que cada vez es más necesario educar a las personas” ante los medios de comunicación que, sea cual sea su raza, sexo, procedencia o religión, son consumidos a los largo y ancho del mundo. Como decía Antonie Vallet, estamos inmersos en una atmósfera de publicidad y mensajes mediáticos. Internet, computadoras, cine, videojuegos, televisión, tablets y especialmente, en estos momentos, teléfonos móviles inteligentes...los cuales hacen que nuestros conocimientos se repartan cada vez más irregularmente entre vitales directas y experiencias vicariales, también vitales necesariamente.

Como ya hemos dicho, se está pasando de una cultura “sólida”, mayoritaria en los siglos XIX y XX, a una “líquida”, en la que todo cambia continuamente según el recipiente en que se encuentre; necesitando, pues, un modelo de nuevas alfabetizaciones para la formación de la ciudadanía de la sociedad digital. Podríamos responsabilizar de esto a Internet y a la Web 2.0, ya

que han ocupado el puesto de: “biblioteca universal, mercado global, puzzle gigante de hipertextos, plaza pública de comunicación e interacción social, el más amplio territorio de expresión multimedia y audiovisual, y el espacio de los múltiples entornos virtuales interactivos”. (Area y Ribeiro, 2012), con lo cual, es necesario poseer una serie de competencias de aprendizaje (instrumentales, cognitivo-intelectuales, socio-comunicacionales, emocionales y axiológicas).

Se conformará, por tanto, un espacio educativo virtual que relacionará cibermedios con usuarios profesores y usuarios alumnos, cuyo papel pasa desde “estudiante tradicional” hasta el rol de “protagonista de su aprendizaje”, el cual llevará a cabo mediante el dominio de aplicaciones que provocan la interactividad e interrelación con los datos e informaciones para conseguir conocimientos y destrezas. Es decir, se transforma en un usuario activo e interactivo del autoaprendizaje con las correspondientes orientaciones y tutelaje, desarrollando, así, una serie de estrategias de búsqueda de información y de su transformación en conocimientos: asimilación, reflexión, contrastes, pluralidad de puntos de vistas... (Cebrian, 2009). Y estamos tratando, de cumplir lo que Gutiérrez y Tyner (2012) establecen respecto a la función de la educación formal en la alfabetización digital, requerida en este siglo XXI, deberá ser mediática, digital, multimodal, crítica y funcional.

### **Uso de los blogs docentes en la clase de Educación Física**

Hoy día, el deporte ha adquirido un papel como agente social imposible de negar, ofertando una serie de valores de especial utilidad e importancia, y muy sus-

ceptibles de ser transmitidos a nuestros alumnos. Por tanto, nuestro ámbito de actuación, no se limitará solo a trabajar para que hagan deporte, sino que trataremos de que éste tenga una transferencia directa que influya en su tiempo libre, transformándolo en un ocio activo, y es que la facilidad de posibilitar la formación integral del alumnado de la educación física, como área del currículum escolar, es innegable. Trataremos, además, de conseguir “buenos espectadores”, es decir, que sean críticos con lo que ven en los medios de comunicación cuando ellos no sean los protagonistas de esa actividad física, valorando los principios de toda actividad deportiva y sabiendo apreciar desde una perspectiva crítica las diferentes manifestaciones a las que asisten como espectadores, aportando opiniones fundamentadas que contribuyan de alguna manera a su formación integral (De Pablos, 2001; Tello y Rebollo, 2005).

Marín (2004), defiende que, debido a las implicaciones que tiene en los distintos sectores de la sociedad, el deporte se ha convertido en una actividad humana de las más características de nuestro tiempo, conformándose, además, como uno de los más importantes fenómenos culturales y sociales del nuevo milenio, ya sea en forma de práctica libre y voluntaria o en su vertiente de espectáculo.

En la experiencia que nos ocupa, hemos unido la asignatura de educación física y los blogs educativos. En la actualidad, el uso de los blogs está muy valorado debido a que facilitan la expresión personal y el compartir experiencias, sin necesidad de grandes conocimientos informáticos. A través de la publicación de contenidos relacionados con la asignatura y la posibilidad de compartirllos rápidamente a través de las redes sociales, el uso de los blogs se ha extendido en



los últimos años en todos los ámbitos sociales, siendo uno de ellos el campo de la educación, lo cual es muy fácil de unir, al ser éste un proceso de comunicación, de socialización y de construcción del conocimiento. En el caso de los blogs, el conocimiento se construye de abajo hacia arriba, siendo el alumno el sujeto que participa en un proyecto global, abierto y colaborativo, en el cual se genera una necesaria alfabetización digital, ya que debe aprender a leer y escribir mediante enlaces. En este caso, la función del docente cambia, ya que nos convertiremos en facilitadores del aprendizaje, organizando actividades y supervisando el proyecto que se encuentra en manos de nuestro alumnado, los cuales trabajan de manera autónoma y flexible. Nos referimos, por tanto, a una situación en la cual el alumno construye su propio aprendizaje (modelo constructivista del conocimiento), en la cual, la autonomía del discente y la confianza que se deposita en él como actor de su propio aprendizaje, en interdependencia con el grupo, hace que los proyectos de aprendizaje colaborativos contribuyan además a incrementar la motivación y autoestima.

En nuestro caso, es decir, en el uso de materiales didácticos digitales, combinaremos la información con la petición de tareas. De esta manera pretendemos desarrollar recursos que favorezcan el “aprender haciendo”, frente al anterior modelo de aprendizaje tradicional, convirtiendo al estudiante en factor activo y protagonista dentro de la conformación de su conocimiento. Se debe, pues, aunar la presentación de información con la proposición de una serie de trabajos y tareas cuya finalidad sea que el alumno, mientras las lleva a cabo, desarrolle experiencias de manejo de nueva información. Estas tareas serán: ejercicios, navegaciones guiadas por la red, lectura de documen-

tos, elaboración de trabajos, etc., mediante las cuales, avanzará de una manera significativa. Se intentará mantener pautas como: no realizar el trabajo de manera aislada e individual, sino favoreciendo el trabajo comunicativo y la colaboración entre estudiantes.

En nuestra opinión, el uso de los blogs puede ser extrapolable a la manera en que los jóvenes utilizan las tecnologías como vehículo para expresar su creatividad y deseo de ser más innovadores, siendo estas aplicaciones una vía para “aprender a aprender” “aprender haciendo” y también una forma de mostrar al alumnado cómo unir su trabajo a otras creaciones, trabajando, además, en red con otros bloggers.

Nuestra experiencia parte de la implementación durante varios cursos académicos de un blog docente en diferentes grupos de EF de ESO y Bachillerato, estando todos estos interconectados mediante el blog del profesor <http://manuelpavonefcume.blogspot.com.es>

### Reflexiones finales

Si deseamos ser docentes del Siglo XXI capaces de conectar con nuestros estudiantes tanto en los momentos presenciales como en las actividades virtuales; hemos de contar con los recursos didácticos digitales existentes en la red y aprovechar todas las circunstancias y oportunidades para que generando motivación en aprender con ellos, sean capaces de convertirse en productores de materiales que les ayuden a construir su conocimiento y aumentar su competencia digital. Por nuestra parte, buscaremos un aprendizaje adecuado de las TIC y de su uso dentro de un modelo de comunicación interactiva en educación, atendiendo especialmente a los cambios en las nuevas formas de comunicación y en el concepto de los cibermedios, de

los cuales extraeremos determinadas aplicaciones al campo de la comunicación educativa, dando paso a una mayor innovación pedagógica.

### Referencias

Aguaded, J.I. (2012). Apuesta de la ONU por una educación y alfabetización mediáticas. *Comunicar*, 38; 7-8. (DOI: 10.3916/C38-2012-01-01).

Area M. (2011). Del conocimiento sólido a la cultura líquida: nuevas alfabetizaciones ante la Web 2.0. I Congreso Internacional sobre Educación Mediática y Competencia Digital. Segovia, 13-15 octubre 2011. (<http://goo.gl/01mdZN>) (7-6-2015)

Area, M. y Ribeiro, M.T. (2012). De lo sólido a lo líquido: Las nuevas alfabetizaciones ante los cambios culturales de la Web 2.0. *Comunicar*, 38; 13-20. (DOI: 10.3916/C38-2012-02-01).

«BOE» núm. 106 (4 de mayo de 2006), Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, pp. 17158 a 17207

«BOJA» núm. 171 (2007). ORDEN de 10 de agosto, perteneciente a los estudios de Secundaria Obligatoria en Andalucía. Sevilla, 30 de agosto, p.23.

Bermejo, J. (2013). El enmascaramiento como estrategia persuasiva en la publicidad para jóvenes. *Comunicar*, 41, 157-165. (DOI: 10.3916/C41-2013-15).

Capllonch Bujosa, M. (2005). Las Tecnologías de la información y la comunicación en la educación física de primaria: estudio sobre sus posibilidades educativas. Barcelona: Universidad de Barcelona. Disponible en (<http://goo.gl/6aMOqb>) (5-9-2015)

Cebrián, M. (2009). Nuevas formas de comunicación: cibermedios y medios móviles. *Comunicar*, 33; 10-13. (DOI: 10.3916/c33-2009-01-001).

Darder, P. (2003). Las emociones y la educación, en Francesc López Rodríguez (dir.), *Emociones y educación. Qué son y como intervenir desde la escuela* (pp. 11-16). Barcelona: Graó.

De Pablos, J. (2001). *Deporte y nuevas tecnologías de la información y la comunicación*, Edusport, Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (<http://goo.gl/aSYsuJ>) (7-6-2015)

Fuente, C., Martínez, J.M. y del Prado, R. (2014). Las audiencias activas en la regulación de los medios: la dialéctica consumidor-ciudadano en España y México. *Comunicar*, 43; 91-99. (DOI: 10.3916/C43-2014-09).

Gutiérrez, A. y Tyner, K. (2012). Educación para los medios, alfabetización mediática y competencia digital. *Comunicar*, 38; 31-39. (DOI: 10.3916/C38-2012-02-03).

Hernández Guerrero, J.A.; García Tejera M. C.; Morales Sánchez, I. y Coca Ramírez, F. (Eds.) (2003). *La recepción de los discursos: el lector, el oyente y el espectador*. Cádiz: Fundación Municipal de Cultura / Servicio de Publicaciones de la Universidad.

Hernández Guerrero, J.A. (2005). *El arte de escribir*. Barcelona: Ariel.

Hernández Guerrero, J.A. y García Tejera M. C. (2004). *El arte de hablar. Manual de Retórica Práctica y de Oratoria Moderna*. Barcelona: Ariel

Hus, Vlasta (2011). Development of ICT competences in the Environmental studies subject in Slovenia. *World Journal on Educational Technology*, Vol 3, No 3 (<http://www.world-education-center.org/index.php/wjet/article/view/272>) (13-9-2015)

Lee, A. & So, C. (2014). *Media Literacy and Information Literacy: Similarities and Differences*. *Comunicar*, 42; 137-146. (DOI: 10.3916/C42-2014-13).



Marín, J. (2004). Valores educativos del deporte en el cine. *Comunicar*, 23; 109-113. (<http://goo.gl/LOEIG4>) (7-6-2015)

Pérez Gómez, A. I. (2010). Aprender a educar. Nuevos desafíos para la formación de docentes. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 68 (24,2); 37-60 (<http://goo.gl/QuHcIY>) (27-08-14)

Román García, S. & otros (2011). Música y Nuevas

Tecnologías en la Educación. I Simposio internacional “Buenas prácticas educativas con TIC”[Recurso electrónico]: Cáceres, 5 y 6 de noviembre, 2009, Facultad de Formación del Profesorado, Universidad de Extremadura. Cáceres, España.

Tello, J. & Rebollo, J.A. (2005). Deporte y televisión: una perspectiva desde la educación física escolar. *Comunicar*, 25 (<http://goo.gl/HHIWYC>) (7-6-2015)