

WEBQUEST
Educación Física

Las WebQuest de EduSport

Fátima Chacón Borrego, Nuria Castro Lemus
y Juan Antonio Corral Pernia*

Presentación de EduSport,
estudiando en profundidad cuatro WebQuest
acogidas en dicho portal educativo.

INTRODUCCIÓN

Desde un punto de vista aplicado, en cuanto a los desarrollos en Internet dirigidos al mundo de la Educación Física, una de las propuestas más interesantes es el portal denominado EduSport (<http://recursos.cnice.mec.es/edfisica/>). Iniciado en el año 2001, sus gestores han ido incorporando propuestas, actividades y aportaciones en sus diferentes apartados. Se trata de una iniciativa española, desarrollada con el apoyo del Ministerio de Educación y Ciencia, pionera en este campo. Entre las nuevas aportaciones de EduSport destacamos una sección dedicada a las WebQuest. Esta sección pretende, a partir de los contenidos propios de la Educación Física, aumentar la interdisciplinariedad e interactividad de la página de EduSport. En el presente artículo se analizan algunos de los aspectos de las WebQuest de EduSport.

Una de las características principales de la sociedad actual son los continuos avances científicos, los cuales hacen que se desarrollen de forma vertiginosa las nuevas Tecnologías de la Información y la Comunicación. En este sentido, EduSport pretende ser un referente para la Educación Física y para ello cada año amplía su oferta con el afán de adaptarse a estos nuevos cambios tecnológicos (Romero, 2001).

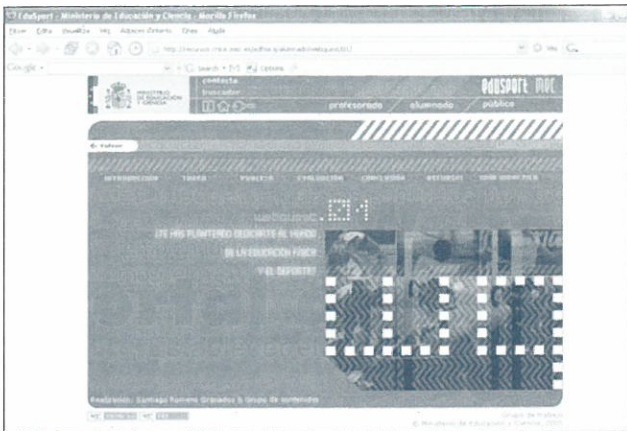
Creemos que otra de las aportaciones de las WebQuest en EduSport es que éstas nos ofrecen la oportunidad de tratar cada uno de los contenidos del Área de Educación Física en Educación Secundaria y Bachillerato, tal y como lo plantea la Ley Orgánica de Calidad de la Educación (2002) y nuevas tendencias

educativas, en consecución de los objetivos propuestos en estas dos etapas educativas potenciando entre otros aspectos: el aprendizaje autónomo de los alumnos, permitiéndoles adquirir una preparación básica (en E.S.O.) o de utilización con solvencia (en Bachillerato) de las Tecnologías de la Información y la Comunicación; el afianzar hábitos de cuidado del cuerpo y salud corporales; la incorporación de la práctica del deporte como forma de desarrollo personal y social; así como el valorar y disfrutar del medio natural de una forma activa, contribuyendo a su conservación.

Entre las nuevas aportaciones de EduSport destacamos en su opción de alumnado, una sección dedicada a las WebQuest. Esta sección pretende integrar diversas áreas a partir de los contenidos propios de Educación Física aumentando así la interdisciplinariedad, multidisciplinariedad y la interactividad de la página de EduSport.



¿Cómo acceder a las WebQuest de EduSport?



Estructura de la WQ "¿Te has planteado dedicarte al mundo de la Educación Física y el Deporte?".

CARACTERÍSTICAS Y ESTRUCTURA DE LAS WEBQUEST EN EDUSPORT

Todas las WebQuest en EduSport presentan la misma estructura según analizaremos específicamente en este artículo.

Éstas se inician con una **Introducción** en la que se informa brevemente de las aportaciones que puede tener este recurso para los estudiantes, así como de los objetivos que se persiguen intentando captar la atención e incentivar hacia la búsqueda. A continuación se propone ir al apartado de **Tareas y Proceso**, cuyas especificaciones van a realizarse en el apartado destinado al análisis de cada una de las WebQuest. De forma general, podemos indicar que en las diferentes actividades a realizar (según se plantea en los procesos) existirán varios niveles de búsqueda por parte de los estudiantes, que irán desde enlaces aportados por nosotros pertenecientes a páginas de la propia Web de EduSport, los que llevan a otras Webs, hasta la búsqueda libre.

En la **Evaluación**, especificamos la forma en la que evaluamos el producto final, utilizando en nuestro caso escalas descriptivas que permitan al alumnado realizar una autoevaluación de los niveles alcanzados en cada una de las competencias establecidas. Para ello, tan solo deben marcar con el cursor el nivel alcanzado de los tres expuestos en la escala: BIEN, el cual puede puntuar de 3 a 4 puntos (según WebQuest); REGULAR, que puntúa con 2 puntos; y por último MAL, que sumaría 1 punto.

En la **Conclusión** hemos expuesto de forma resumida, mediante varias frases, lo que el alumnado ha debido aprender en la realización de la WebQuest.

El apartado de **Recursos** recoge cada uno de los enlaces utilizados para la realización de la WebQuest, los cuales han sido: artículos de revistas electrónicas, textos informativos de páginas Web, biografías de deportistas, informes a rellenar en formato pdf, bancos de sonido, buscadores, etc. Todos ellos han sido proporcionados para la posible realización de cada una de las actividades propuestas en el proceso y con la finalidad de promover la interactividad del alumnado con las TIC.

Las Guías Didácticas: Las WebQuest que presenta EduSport, siguiendo las directrices expuestas por Romero, Capllonch y Latorre (artículo "EduSport. Educación Física a través del ordenador" publicado en la presente revista), pretenden dar una alternativa original de trabajo tanto al alumnado como al profesorado; para ello estas WebQuest poseen una guía didáctica de gran ayuda para el profesorado en la que se contemplan los siguientes aspectos: Título, Nivel al que va dirigida la WQ, Competencias a desarrollar en los estudiantes, Contenidos que se trabajan, Evaluación de la misma y Orientaciones para su aplicación.

Estas guías didácticas son orientaciones que se ofrecen al profesorado con objeto de facilitar la forma de trabajar y desarrollar las competencias planteadas en cada una de las WQ. En ellas se indica, en primer lugar, las personas a las que especialmente va dirigida la WebQuest, estudiantes de Educación Secundaria y Bachillerato, aunque una de las ventajas de este recurso educativo es que está abierto a cualquier persona que desee obtener información en el ámbito de la Educación Física y el deporte. Igualmente se presentan las competencias y contenidos que se van a trabajar, el tipo de evaluación a realizar, que preferentemente en las propuestas se le va a dar mucha importancia a la autoevaluación por parte de los estudiantes y, por último, unas orientaciones sobre la aplicación de forma que el profesor pueda realizar una correcta temporalización de su programación, indicando el tiempo de dedicación de los estudiantes atendiendo a las actividades propuestas. Esta dedicación puede ser en horario lectivo del alumno o de trabajo autónomo de éste. Por último, dentro de esta guía didáctica, se pueden realizar recomendaciones sobre la forma de introducir alguna de las WebQuest, cómo dinamizar el trabajo planteado, etc.

ANÁLISIS DE LAS WEBQUEST EN EDUSPORT

En la página del Ministerio de Educación y Ciencia elaborada por EduSport, se incorporan una serie de WebQuest, algunas de las cuales van a ser analizadas a continuación.

	WQ 1	WQ 2	WQ 3	WQ 4
TÍTULO	¿Te has planteado dedicarte al mundo de la Educación Física y el Deporte?	¡Expresate corazón!	¿Cómo puedo nadar más rápido? ¿Qué estilos de natación existen? ¿Flotamos todos por igual? ¿Entra en el mundo de la natación!	Nos preparamos para el cambio
COMPETENCIAS	<ul style="list-style-type: none"> Capacidad para conocer y discriminar los distintos niveles de estudios de Educación Física y Deporte. Capacidad para identificar y reconocer las exigencias personales y académicas de las salidas profesionales. Habilidad para elaborar un Currículum Personal. 	<ul style="list-style-type: none"> Capacidad para expresar y comunicar sentimientos con tu cuerpo. Capacidad para representar creativamente. Habilidad para trabajar en equipo. 	<ul style="list-style-type: none"> Capacidad para identificar los principios hidrodinámicos que intervienen en la natación. Capacidad para reconocer las características técnicas de los estilos de natación y gestionar información relevante. Capacidad de utilizar e integrar distintas fuentes de información relativa a los beneficios de la natación. Capacidad para trabajar de manera cooperativa. 	<ul style="list-style-type: none"> Capacidad para planificar y organizar una actividad en el medio natural al como recurso para la ocupación del tiempo libre. Capacidad para perfeccionar y profundizar en la actividad del senderismo. Habilidad para trabajar en equipo.

WebQuest en EduSport.

● **Webquest 1:**
“¿Te has planteado dedicarte al mundo de la Educación Física y el Deporte?”

● **Fundamentación**

Una de las funciones que debe cumplir la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato es la de realizar una orientación académica y profesional de forma que los jóvenes en estas edades tengan información sobre cómo continuar sus estudios y qué salidas laborales existen en los diferentes ámbitos de conocimiento.

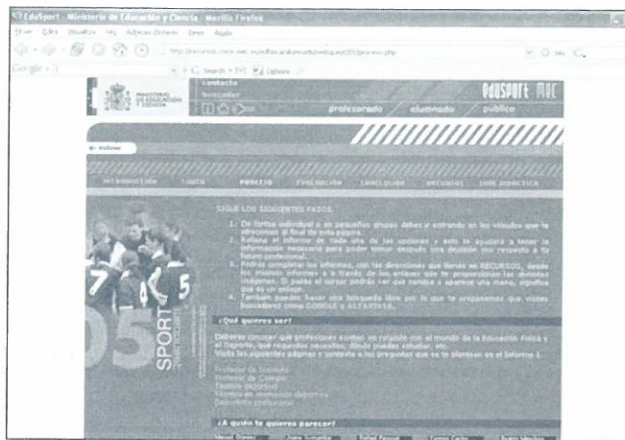
En el Área de Educación Física, el profesor podrá facilitar esta orientación utilizando un recurso metodológico más motivante y activo como es esta WebQuest sobre salidas profesionales en el Ámbito de la Educación Física y el Deporte.

La visión que gran parte de los estudiantes de E.S.O. y Bachillerato tienen sobre las posibles salidas profesionales que tiene la Educación Física y el Deporte, es la que nos llega fundamentalmente a través de los medios de comunicación y/o la vivencia personal de los estudiantes con sus profesores de Educación Física o posibles “entrenadores o monitores” (actualmente denominados Técnicos deportivos, (REAL DECRETO 594/1994) entre otros). El conocimiento más generalizado sobre cuál es la salida profesional en este ámbito de la E.F. y el Deporte es la imagen del deportista de élite o profesional del fútbol, tenis, baloncesto,...; sin embargo para llegar a ser un deportista profesional existen multitud de factores entre los que no se encuentra como elemento determinante, la formación académica, interviniendo factores de tipo personal (capacidades físicas, motivacionales, de esfuerzo, de saber competir, etc.) y otros factores externos como son las condiciones socioeconómicas, apoyo familiar, condiciones ambientales, etc. Por tanto, el deporte profesional es una salida ocupacional muy selectiva a la que acceden muy pocas personas independientemente de su perfil académico.

● **Estructura**

Esta WQ informa sobre las salidas profesionales que sí pueden ser seleccionadas por los estudiantes en función de sus preferencias y mediante la configuración de sus propios currículum. Con las **tareas** que se plantean se pretende: ayudar a conocer cuáles son estas salidas profesionales y qué se necesita para acceder a los diferentes estudios específicos relacionados con la E.F. y el Deporte; analizar diferentes currículum de personajes del mundo del deporte con objeto de que los estudiantes valoren la importancia que tiene la formación inicial y permanente de un buen profesional o el adquirir experiencia en el ámbito profesional al que se quieren dedicar; y el desarrollar la capacidad de elaborar un currículum vitae propio (con datos reales o hipotéticos en función de intereses personales) adaptado a las nuevas exigencias del mercado laboral.

En el **proceso** de esta WQ, se especifica la metodología de trabajo en la que se plantea la alternativa de realizar las actividades de forma individual o



Actividades que se plantean en el proceso.

en pequeños grupos que faciliten la entrada en los diferentes vínculos ofrecidos, búsqueda libre, así como la elaboración de los informes propuestos en los que deben recogerse los aspectos más relevantes sobre las diferentes salidas profesionales.

Este proceso se estructura en tres actividades concretas especificadas mediante las preguntas:

● **¿Qué quieres ser?** Dentro de este apartado se le ofrece a los estudiantes o cualquier persona interesada, toda la información relativa a las diferentes titulaciones académicas relacionadas con la Educación Física y el Deporte en documentos que se encuentran en la propia Web de EduSport.

Las titulaciones vinculadas a este ámbito de conocimiento son las de: Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte; Técnico deportivo y Técnico deportivo superior; Maestro especialidad de Educación Física y Técnico en Conducción de Actividades Físico-Deportivas en el Medio Natural y Técnico Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas (ciclos formativos).

Consultando la información ofrecida podremos conocer las características de cada titulación, competencias, condiciones de acceso, duración de los estudios, salidas profesionales e inclusive (en la Licenciatura de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte) direcciones electrónicas de los Centros Nacionales en los que se puede obtener más información.

● **¿A quién te quieres parecer?** Existen muchos personajes públicos del mundo del deporte que nos pueden servir de referencia al profesional o persona a la que nos gustaría parecernos; junto a los triunfos deportivos de estas personas, existen una serie de cualidades personales y profesionales que les ha permitido dedicarse al deporte y, en muchos casos, continuar su vinculación con este mundo una vez finalizada su vida como deportista en activo. Por tanto con la lectura de las biografías propuestas o de las encontradas por uno mismo, podemos ver, no sólo los resultados deportivos más importantes, sino también las exigencias requeridas para obtener dichos resultados y por consiguiente las características personales de estos deportistas que puedan ser relevantes para la mejora personal y profesional de cada uno de nosotros en cualquier ámbito.

• **¿Cómo será mi currículum?** Con esta actividad se quiere sensibilizar a los estudiantes de la importancia que tiene la configuración de un "buen currículum" como forma de realización personal y sobre todo profesional. La elaboración de un currículum requiere el conocimiento de aspectos formales (cómo debemos presentarlo) y el aprendizaje sobre los contenidos que son relevantes que se contemplen en estos informes para el ejercicio profesional (debemos seleccionar qué tipo de formación debe tener un profesional de "calidad", titulación/es necesaria, formación permanente, experiencia profesional, experiencia como deportistas, en caso de que sea necesaria, u otros conocimientos de interés).

Para realizar esta actividad, se plantea una búsqueda libre de diferentes currículum o cómo realizar un currículum para que, tomando como referencia el modelo aportado por esta WQ, los estudiantes confeccionen un hipotético currículum en el que se recojan las propias preferencias académicas y profesionales.

El profesor mediante la utilización de esta WQ podrá realizar la orientación académica y profesional anteriormente mencionada, así como constatar el grado de implicación, profundización e incluso comprensión de los aspectos contemplados en las diferentes actividades propuestas, valorando los informes realizados por los estudiantes y contrastando su valoración con la autoevaluación realizada por los estudiantes sobre las competencias adquiridas.

• WebQuest 2: "Exprésate corazón"

• Fundamentación

Vivimos en una sociedad en la que desgraciadamente los acontecimientos violentos ocupan gran parte del contenido de nuestros informativos, desde actos vandálicos, racistas, hasta la violencia de género o el conocido bulling son hoy estilos de vida que se propagan con gran facilidad. Estamos ante una sociedad desorientada con respecto a los valores que priman (Romero, 2005).

La Educación en Valores Morales no se reduce a ningún área concreta de una Etapa o Ciclo, sino que ha de estar presente en todos los niveles: de ahí su carácter de transversalidad. A través de la Educación Física, se pueden trabajar y desarrollar los valores importantes para el desarrollo personal e integral de los alumnos (Echegoyán, 2002). La Educación Física presenta uno de los escenarios ideales para trabajar la percepción de la carencia de valores que ostenta la sociedad en general. La forma más conocida y más directa es utilizando los deportes para transmitir valores como el respeto, tolerancia, democracia, etc. (Romero, 2005). Ahora, con el desarrollo de este WebQuest, también planteamos trabajar esta Educación en Valores a través de la Expresión Corporal; valores como el respeto, amistad, confianza, solidaridad, amistad, etc. se materializarán y tendrán que expresarlos públicamente. Así pretendemos tratar un tema transversal como "Educar para la Paz" que exige formar en el espíritu crítico, capacidad de dialogar y la veracidad. Trabajaremos implícitamente valores que son contrarios a éstos y que están presen-

tes tanto en los procesos sociales como educativos (hablamos de individualismo, insolidaridad, competitividad, discriminación, etc.), por lo que pretendemos que se cuestione así esta temática entre el alumnado.

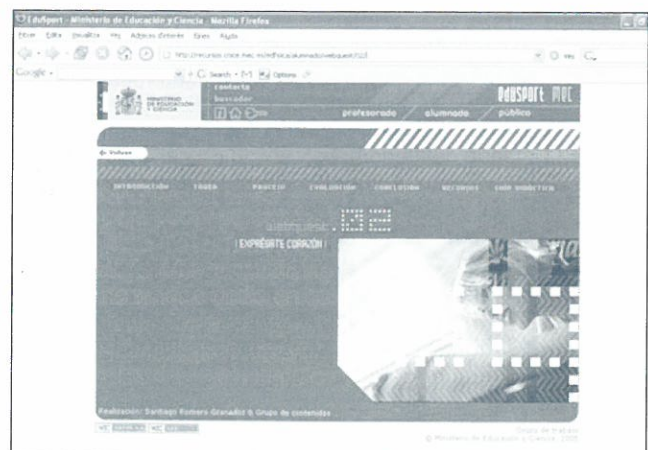
Por otro lado, las WebQuest te brindan la oportunidad de tratar no sólo un contenido o un área concreta disciplinar, sino de dar sentido a lo que realizamos, que lo que hagamos en el ámbito educativo sirva para transformar o mejorar la sociedad. Esta WebQuest, sin duda lo plantea en el sentido que lo que se haga tiene que tener difusión y además comentario sobre cómo se ha percibido, es decir, el producto creativo que se plantea en la tarea debe ser transmitido y comentado por alguien externo a quien lo ha planteado.

Esta WebQuest pretende, además, dar una oportunidad de explorar diferentes alternativas de Expresión Corporal, representar creativamente, trabajar en equipo y expresar y comunicar sentimientos con su propio cuerpo. El alumnado necesitará utilizar las TIC tanto para conocer los recursos de expresión como para crearlos o difundirlos.

• Estructura

La WebQuest "Exprésate Corazón" presenta la **tarea** de un producto creativo (según la taxonomía de Dodge, 1999) como es la realización de un sketch con el objetivo de mandar un mensaje positivo a una persona querida o estimada. En este sentido, esta WebQuest (siguiendo las orientaciones indicadas en el **proceso**) propone para la orientación del mensaje, un recorrido por diferentes enlaces que llevan a diferentes páginas con mensajes positivos de amor, respeto, amistad, esperanza, alegría, confianza, etc. Una vez elegido el mensaje, lo tendrán que estructurar en formato de sketch, con la estructura básica de una historia o cuento; para ello también se proporciona un enlace que ayudará al alumnado a desarrollarlo. Tras la elaboración del mensaje escrito, el alumnado tendrá que buscar y fabricar los recursos necesarios para su representación: músicas, escenarios, etc.

La WebQuest "Exprésate Corazón" utiliza las Sombras Chinescas no sólo como recurso de Expresión Corporal para el alumnado, sino como fa-



Estructura de la WQ "Exprésate Corazón".

cilitador para el profesorado a la hora de trabajar este contenido de la Educación Física, ya que uno de los problemas más comunes que ralentizan el trabajo en clase es la timidez por parte del alumnado a la hora de expresar sus sentimientos. Además, las Sombras Chinescas potencian la expresión, ya que al verse solamente la figura del cuerpo, el alumnado tiene que gesticular y expresarse mejor con el cuerpo para escenificar lo que quieren transmitir.

Una vez preparado el montaje expresivo, esta WebQuest utiliza las TIC para su envío, con lo cual se trabaja el desarrollo de habilidades en manejo de recursos tecnológicos tan útiles para la sociedad actual. Este envío ayudará a la evaluación del sketch. La WebQuest "Exprésate Corazón" facilita dos tipos de **evaluaciones** que pueden ser utilizadas como autoevaluación para el propio alumnado o para el profesorado. La primera opción de evaluación divide la tarea según los pasos seguidos en el proceso y a cada uno de los aspectos les da una valoración llegando a obtener hasta un 10 de máximo. La segunda forma incorpora la evaluación de la persona que recibe el mensaje, la cual tiene que contestar a las preguntas de si le ha gustado y si reconoce el mensaje o sentimiento que quería transmitirle.

Una de los aspectos más interesantes para el profesorado que plantea la **guía didáctica** es que entre sus orientaciones de aplicación propone la posibilidad de realizarlo en clase y ser el resto del alumnado los que realizarían la valoración o evaluación del resto de compañeros y compañeras. Otro aspecto planteado en la guía didáctica a valorar es la interdisciplinariedad, ya que esta WebQuest está planteada para que se pueda trabajar conjuntamente con las áreas de Educación Física, Lengua o Literatura, Nuevas Tecnologías y Educación para la Paz.

● **WebQuest 3:**
**"¿Cómo puedo nadar más rápido?
 ¿Qué estilos de natación existen?
 ¿Flotamos todos por igual?
 ¡Entra en el mundo de la natación!"**

● **Fundamentación**

El hombre comenzó a nadar por necesidad, ya fuera para solventar situaciones difíciles o bien para buscar alimento en el agua, pero hoy día hacemos uso de la natación como deporte, y de hecho es uno de los más completos que existe, de ahí su importancia. Ésta es aún mayor cuando vemos cómo los estilos de vida de los jóvenes y de la población en general son cada vez menos saludables, lo cual puede dar lugar a problemas como el sobrepeso, entre otros, que pueden ser evitados e incluso corregidos con la natación, pues es un deporte que puede practicarse a cualquier edad, que tiene un bajo impacto sobre las distintas partes de nuestro cuerpo al tener una gravedad distinta dentro del agua y que puede practicarse también en cualquier época del año de forma individual o en equipo.

Esta WebQuest trata la natación porque es un ejercicio físico que, además de poseer las citadas



Estructura de la WQ "¿Cómo puedo nadar más rápido? ¿Qué estilos de natación existen? ¿Flotamos todos por igual? ¡Entra en el mundo de la natación!".

características, aporta importantes beneficios al organismo, teniendo como efectos principales la mejora del ritmo respiratorio y del aporte sanguíneo al corazón (Sánchez Pérez et al, 2000), aunque de forma detallada podemos decir que los principales beneficios son (Hernández, 2002): aporta una increíble resistencia cardiopulmonar, estimula la circulación sanguínea, ayuda a mantener una presión arterial estable, etc.

Podemos decir, por tanto, que la natación completa la trilogía de las prácticas físico-educativas fundamentales junto al atletismo y la gimnasia. Esto se manifiesta en la técnica de dicho deporte. Por ello proponemos una serie de actividades que versan desde cómo se mantiene el cuerpo sobre la superficie del agua y cómo desplazarlo, pues todo ello ocurre gracias a unas leyes y principios que nos permiten a su vez imprimirle mayor o menor velocidad implicando los músculos del tren inferior y superior, del tronco y de la cabeza, combinando para ello la actividad de brazos y piernas, de las manos y de los pies, hasta la inclinación conveniente de la masa corpórea y de la adecuada movilización de la cabeza para permitir una dosificación respiratoria.

● **Estructura**

Basándonos en todos estos aspectos, junto con los múltiples beneficios que nos aporta la natación, hemos pretendido con esta WebQuest acercar a los/las niños/as estudiantes de E.S.O. y Bachillerato al mundo de la natación. Para ello, tal y como se especifica en la **tarea y proceso** correspondientes les proponemos de forma grupal, mediante cuatro actividades la lectura de una serie de artículos, para que, en definitiva, comenten sus primeras experiencias con el agua (actividad 1), elaboren una síntesis de los principios hidrodinámicos de la natación (actividad 2), diseñen un cartel con los estilos de natación y sus rasgos característicos que deberán ilustrar mediante imágenes facilitadas a través de un enlace (actividad 3) y, por último, hagan una pequeña investigación sobre la importancia de saber nadar, en la que elaborarán un cuestionario que deberán pasar, bien directamente o mediante correo electrónico, para posteriormente poder elaborar un informe a partir de la información obtenida (actividad 4).

En la **evaluación** se propone una autoevaluación sobre las competencias especificadas, las cuales versan sobre las tres últimas actividades planteadas, así como la capacidad de trabajar de manera cooperativa, cuya puntuación máxima total será de doce puntos al contemplarse cuatro apartados a evaluar de uno a tres puntos cada uno. Con dicha autoevaluación, se pretende que el alumno sea capaz de establecer el grado de consecución de las competencias establecidas sobre la identificación de los principios hidrodinámicos, de los elementos para analizar las técnicas de los diferentes estilos, de haber realizado una búsqueda completa sobre los beneficios de la natación y, por último, la capacidad anteriormente citada de trabajar en equipo.

Esta WebQuest, tal y como recoge la **guía didáctica**, podemos realizarla tanto en clase como en horas de estudio o actividades extraescolares para fomentar el trabajo autónomo, pues se ofrecen una serie de indicaciones y explicaciones durante todo el proceso que dotan de total autonomía a los/las alumnos/as para su realización, exceptuando en todo caso la exposición oral que deben hacer sobre la información recogida a través del cuestionario elaborado, que sería recomendable realizarla con la presencia de un profesor, quien podrá evaluar de forma independiente el trabajo de investigación realizado. Así pues, se estima que la duración total para realizar dicha WebQuest ronda entre las tres, cuatro horas, por lo que se deben realizar en varias sesiones para que sea más amena.

• WebQuest 4: "Nos preparamos para el camino"

• Fundamentación

Uno de los contenidos a trabajar en Educación Física en las etapas de ESO y Bachillerato son las actividades en el medio natural que implican, entre otros aspectos, el desplazamiento por un entorno físico en el que se interactúa con sus elementos (Ascaso et al., 1996). Existen multitud de actividades que se pueden hacer en la naturaleza, en esta WQ proponemos como forma de desplazamiento el senderismo o marcha a pie que, al igual

que otras actividades en la naturaleza, va a tener una serie de valores educativos, tal y como expone Santos (2003) que se concretan en aportaciones en la educación integral de la persona, educación del ocio, educación ambiental y educación para la salud.

El senderismo es una actividad física saludable que se puede adaptar perfectamente a las diferentes capacidades individuales. Al realizarse en el medio natural, permite el trabajar aspectos de Educación Ambiental, teniendo en cuenta que por encima de los aspectos de actividad físico-deportiva prevalece para las personas que realizan esta actividad el respeto por el medio intentando que las acciones del individuo supongan el menor impacto posible al entorno en el que se realiza. Igualmente esta actividad permite el conocimiento cultural, histórico y social de las diferentes localidades en las que se realizan las rutas de senderismo. El recorrer diferentes zonas de nuestra geografía nos permite conocer no sólo el lugar físico por el que pasamos (calles, monumentos, ríos, vegetación,...) sino el tomar contacto con otras personas, otras costumbres, etc. que facilitan el adquirir actitudes de aceptación y respeto de otras formas de vida diferentes a su entorno habitual.

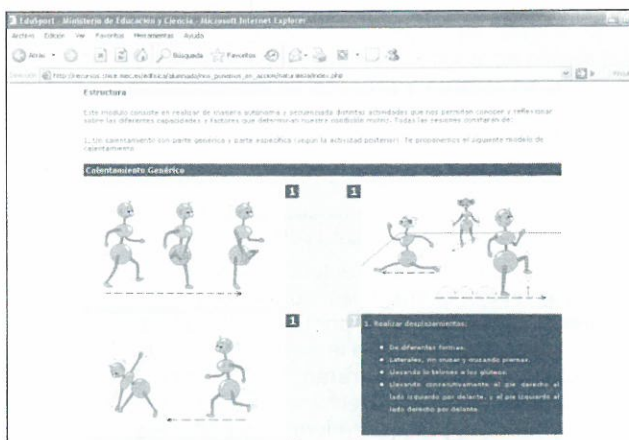
Otra de las ventajas de introducir las actividades en la naturaleza dentro del curriculum educativo, es que durante las etapas de ESO y Bachillerato podemos incidir en crear hábitos de vida saludable en la ocupación del tiempo libre y, por tanto, el joven puede encontrar en una actividad como el senderismo una alternativa a otros hábitos menos saludables.

• Estructura

Todos estos aspectos anteriormente expuestos son los que vamos a trabajar en la presente WQ en la que se ha elegido "El Camino de Santiago" y donde se plantean la realización de las siguientes **tareas**:

- Un mapa de la ruta y sus distintas etapas.
- Un listado de los refugios y albergues para dormir.
- Recomendaciones sobre el material y vestimenta adecuados.
- Otras rutas que existen del Camino de Santiago.
- Aspectos básicos de la preparación física previa a la excursión.

Preferentemente las tareas se realizarán, tal y como se especifica en el **proceso**, en pequeños grupos utilizando los diferentes recursos que se estructuran en 6 actividades concretas. En éstas se especifican los enlaces a utilizar para la búsqueda de información y elaboración de los diferentes documentos (carteles, informes, rutas, etc.) que se requieren en la WQ. Entre otros enlaces se utilizan páginas específicas en las que se diseña y planifica el Camino de Santiago francés como las siguientes: <http://www.caminosantiago.org/cpperegrino/cportal/portal.html> y <http://www.jacobeo.net/refugios/index>.



Ejercicios de calentamiento de la WQ "Nos preparamos para el camino".



Efdeportes.com (<http://www.efdeportes.com>).

htm; otras en las que se obtiene información sobre señalizaciones del camino (http://www.santiago-compostela.net/es_waymarks.html), o cómo seleccionar y preparar la mochila, vestimenta u otros aspectos (<http://www.efdeportes.com/efd9/mochila.htm>).

En relación a la importancia que tiene la preparación física previa a la realización de una actividad de senderismo, se utiliza como recurso un enlace en el que se muestran los ejercicios que deben realizarse como calentamiento, antes de iniciar una ruta y cuáles deben hacerse a la finalización de la misma.

Igual que en todas las WebQuest anteriormente analizadas, se presenta una **guía didáctica** en la que se especifica, además de lo ya explicitado en los aspectos generales de este artículo, como referencia para la adecuación del tiempo de programa, un tiempo de dedicación para el trabajo planteado de 4 ó 5 horas de duración. No obstante siempre existe la posibilidad de flexibilizar este tiempo distribuyendo las actividades en un mayor número de sesiones, caso que se estime necesario.

En cuanto a la **evaluación** preferente, sigue siendo la autoevaluación en la que el alumno valorará su:

- Capacidad para planificar y organizar una actividad en el medio natural como recurso para la ocupación del tiempo libre.
- Capacidad para perfeccionar y profundizar en la actividad de senderismo.
- Habilidad para trabajar en grupo.

Las WebQuest presentadas en este artículo son una muestra de cómo trabajar los diferentes contenidos seleccionados en algunas de las Unidades Didácticas de EduSport, teniendo en cuenta que el profesor será el que realmente tenga competencias para desarrollar su propia programación de aula y que, por tanto, el que determine qué contenidos requieren un tipo de metodología de trabajo basado en las Tecnologías de la Información y la Comunicación, además de las basadas en la vivenciación a través de la práctica.

* Fátima Chacón Borrego. Profesora T.E.U. de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla (US).

E-mail: fchacon@us.es

* Nuria Castro Lemus. Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

E-mail: n_cl@hotmail.com

* José Antonio Corral Pernia. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

E-mail: juancorral@us.es

Bibliografía

ASCASO, J. et altri (1996). "Actividades en la Naturaleza". Madrid: Centro de publicaciones del Ministerio de Educación y Ciencia.

DODGE, B. (1999). "WebQuest Taskonomy: A Taxonomy of Tasks". Disponible en: <http://edweb.sdsu.edu/webquest/taskonomy.html>.

DODGE, B. (2002). "Paladín del aprendizaje basado en Internet". En Edu-teka, Monográfico sobre WebQuest. Disponible en: <http://www.eduteka.org/reportaje.php3?ReportID=0011>.

ECHEGOYÁN, Y. (2002). "¿Puede la Educación Física actual abordar los valores que inciden en la formación íntegra de los alumnos?". En Revista Digital, nº 48. Disponible en: <http://efdeportes.com>.

HERNÁNDEZ, A. (2002). "¿Por qué nadar?". Disponible en: <http://www.inatacion.com/contenidos/articulos/salud/porque/porque.html>.

LAMB, A. y TECLEHAIMANOT, B. (2004). "A Decade of WebQuest: A Retrospective". En BLANCO, S. "Biblioteca semántica de WebQuest". Tesis Doctoral. Disponible en: <http://www.infor.uva.es/~sblanco/Tesis/ModWQPrincip.pdf>.

LEY ORGÁNICA 1/1990, de 3 de octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo. B.O.E. nº 238, de 4 de octubre.

REAL DECRETO 1262/1997, de 24 de julio, por el que se establece el currículo del ciclo formativo de grado superior correspondiente al título de Técnico Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas y las correspondientes enseñanzas mínimas. B.O.E. nº 218, de 11 de septiembre de 1997.

REAL DECRETO 1440/1991, de 30 de agosto, por el que se establece el título universitario oficial de Maestro, en sus diversas especialidades, y las directrices generales propias de los planes de estudio conducentes a su obtención. B.O.E. nº 244, de 11 de octubre.

REAL DECRETO 1670/1993, de 24 de septiembre, por el que se establece el título universitario oficial de Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. B.O.E. nº 251, de 20 de octubre.

REAL DECRETO 594/1994, de 8 de abril, sobre enseñanzas y títulos de los Técnicos Deportivos. BOE nº 102, de 29 de abril.

ROMERO, S. (2001). "Taller sobre Materiales curriculares: Modelo de desarrollo de la web para el área de Educación Física Proyecto EduSport". Congreso "La Educación en Internet e Internet en Educación".

ROMERO, S. (2005). "Valores y Deportes". En EduSport (http://recursos.cnice.mec.es/edfísica/publico/articulos/articulo3/articulo_3.php) (Consulta: 22 de julio de 2005).

SÁNCHEZ PÉREZ, S. et altri (2000). "Valoración fisioterápica en una escuela infantil de natación". Efdeportes.com. Revista Digital, año 5, nº 20. <http://efdeportes.com>.

SANTOS PASTOR, M^a.L. (2003). "Las actividades en el Medio Natural en la Educación Física Escolar". Sevilla: Wanceulen.