

INTERNET AVANZA. LA EDUCACIÓN FÍSICA TAMBIÉN

Vicente Martínez de Haro*

RESUMEN

En este artículo hemos tratado de mostrar algunos de los recursos que actualmente hay en internet, enfocándolo desde el punto de vista del profesor de Educación Física y de una forma sencilla para que pueda

ABSTRACT

Along this article we have tried to show some resources that may be currently found on the net. It has been focused from the point of view of EP teachers in a simple way, so that they can easily join this new technology.

1. INTRODUCCIÓN

Muchas personas pensaban que el “nuevo invento” llamado ordenador no les afectaría, o por lo menos, aunque fuera un invento que les rodeara, no tendrían necesidad de utilizarlo y consecuentemente no tendrían que aprender su funcionamiento. Pensaban que eran ya mayores y que al jubilarse dentro de poco tiempo no les llegaría la hora de aprender a utilizar esta nueva tipología.

Muchos profesores de Educación Física pensaban que, sobre todo ellos, no tendrían que manejar eso de “internet”. Porque el profesor de Educación Física trabaja enseñando con el cuerpo.

Craso error. Nos ha cogido a todos. Valga como ejemplo que en la Universidad Autónoma de Madrid, desde el curso pasado prácticamente se han eliminado las comunicaciones por papel. Todas se realizan a través del correo electrónico.

¿Y ahora qué? ¿Qué hace un profesor que no sabe nada?

* Licenciado en Medicina y Cirugía y en Educación Física. Doctor en Medicina y Cirugía. Es Profesor Titular de Escuela Universitaria de la Facultad de Formación del Profesorado y Educación de la Universidad Autónoma de Madrid.

En primer lugar hay que explicarle qué posibilidades tiene el ordenador y qué es eso de conectarle a la red con otros ordenadores, en segundo lugar hay que explicarle como se usa y en tercer lugar, hay que enseñarle los recursos y las utilidades que para el profesor de Educación Física tiene. O si se quiere, podemos empezar por el último punto y a partir de su interés particular, iniciarle en el uso del ordenador e internet para que se maneje él solo.

Con este supuesto me he comprometido con los editores de esta revista para tratar de ilustrar un poco a los lectores y que dentro de poco podamos dialogar fluidamente a través de esa red misteriosa llamada "internet".

Quizá sea necesario explicar cómo he llegado hasta aquí en el manejo de los ordenadores, simplemente como usuario. Hace más de veinte años tuve la suerte de entrar como alumno colaborador en el Instituto Cajal del Consejo Superior de Investigaciones Científicas. Allí vi ordenadores para cálculo que funcionaban todos con tarjetas perforadas y ordenadores del tamaño de una lavadora que habían construido exclusivamente para que fueran capaces de simular neuronas, vistas de forma tridimensional. En esa época las academias donde enseñaban a perforar y programar estos ordenadores inundaban las grandes ciudades. Entré en contacto con el lenguaje basic de programación y poco después apareció el primer ordenador casero asequible en España, el spectrum, conectado a la televisión y sin impresora. En ese ordenador programé una simulación para conocer los diferentes valores que podían aparecer en la fórmula de Ruffier-Dickson para la prueba cardiovascular de dichos autores. Una vez, explorado y sobrepasado aquel spectrum, pasé a un modelo inves, procesador 086 y con dos disqueteras de 5 $\frac{1}{4}$, sin disco duro, y con impresora matricial ¡todo un lujo! Con programas maravillosos que emulaban máquinas de escribir, pero donde se podía corregir el texto y dejarlo muy limpio y bonito. Desde esa época ya ha sido una carrera continua, aparecieron los discos duros y memorias de grandes capacidades, procesadores más potentes, pantallas e impresoras a color... Y lo más increíble, la conexión entre ordenadores, lo que se llama "ordenadores en red".

En esta carrera, el usuario se tiene que ir adaptando. Cada vez debe manejar programas más complejos y mejores. Hay programas para realizar casi cualquier cosa. Hay programas para escribir y diseñar (procesadores de texto), hay programas para archivar (bases de datos), hay programas de diseño gráfico para dibujar o manejar fotografías, hay programas para calcular (hojas de cálculo, estadística), hay traductores, hay programas para organizar competiciones, para evaluar alumnos....Casi, casi todo lo que usted piense y necesite, pero si no es así se lo crean.

El problema de todos es que año a año, surgen cosas nuevas y desaparecen otras. De hecho, en este artículo aparecen datos nuevos, no expuestos en ponencias o artículos anteriores ¡Qué menos!

2. EL ORDENADOR

Para conectarnos a internet lo tenemos que hacer a través de un ordenador. Los requerimientos mínimos de ese ordenador a nuestro juicio son: que tenga procesador pentium a 256 MHz, una memoria RAM de 16 MB, un disco duro 1GB y un modem y consideramos un ordenador idóneo aquel que tenga un p

cesador pentium III o AMD o Celeron a 900 MHz, una memoria RAM de 16 MB, un disco duro de 20 GB y un modem.

El procesador es el “cerebro” del ordenador y nos señalan en megahertzios su velocidad de proceso, la memoria RAM es la capacidad que tiene el ordenador para manejar datos que aparece en megabites, el disco duro es la capacidad de almacenamiento que tenemos para los datos y programas que actualmente se mide en gigabites y el modem es la conexión telefónica o la red para conectarnos con otros ordenadores.

Hasta aquí tenemos nuestro ordenador preparado, encendido y conectado al teléfono mediante un cable, con una clavija como la del teléfono. ¿Cómo nos conectamos? Tenemos que tener un “servidor”, es decir, una compañía que nos suministra una puerta de entrada a la red. Por ejemplo la compañía wanadoo (France Telecom.) nos da un número de teléfono, un nombre o login y una clave o password para acceder, con abonos mensuales de 7 h, 15 h, 30 h o indefinido. Un usuario normal con 7 h al mes tiene tiempo de sobra, lo normal pueden ser 15 h y un usuario empedernido puede estar “enganchado” 30 horas o más. Por supuesto, existen otras compañías.

En windows esta conexión se configura a través del panel de control, mediante el acceso telefónico a redes. Al realizar una conexión nueva nos va guiando el propio sistema y normalmente nos ayudan los técnicos de los servidores. ¡Atentos porque hay servidores que, para la asistencia técnica, facilitan un 902 que es una llamada bastante cara! Otros servidores cobran las conexiones fallidas sin prestar servicio: es el caso de telefónica que además tiene los famosos 902.

En el ordenador deben estar instalados los programas que queramos utilizar para usar en internet.

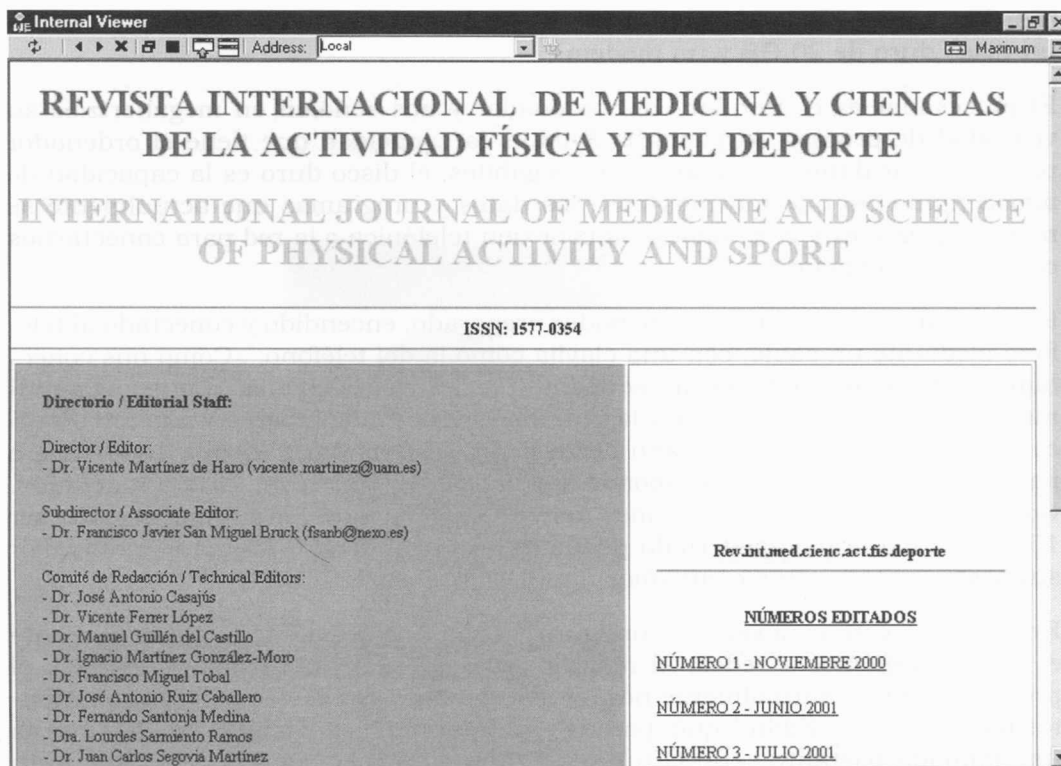
3. INTERNET

Ya hemos dicho que internet simplemente es una red de ordenadores todos conectados entre sí. Nosotros podemos conectarnos cuando queramos a través de la “puerta” que es nuestro servidor, pero ese servidor está conectado las 24 h.

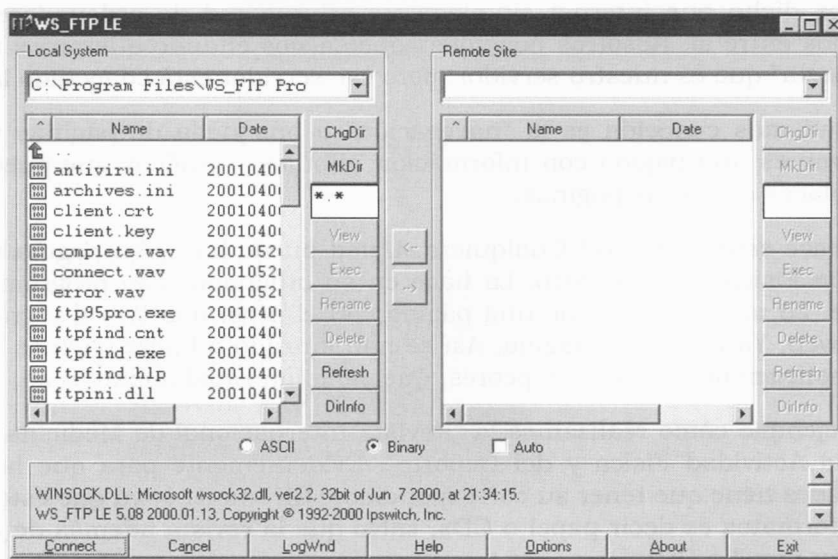
La utilidad más conocida es la “navegación” o búsqueda de páginas web. La página web es una página con información, dibujos y gráficos que puede establecer enlaces con otras páginas.

¿Quién hace estas páginas? Cualquiera. Usted puede hacer su página sobre la Educación Física en su Centro. La hace en su ordenador con programas para diseñarla. Lo más fácil: diseñe una página con el programa World y grábela en formato web. Ya tiene una página. Así se han lanzado a hacer páginas particulares e instituciones, mejores y peores, que cambian rápidamente o no.

Vea por ejemplo cómo realizamos la “Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte”. Evidentemente para que la revista tenga validez tiene que tener su correspondiente SIN (no D.L. ya que éste sólo se da a los formatos es decir papel o CDs, salvo que la revista además de internet se edite en papel o CD).



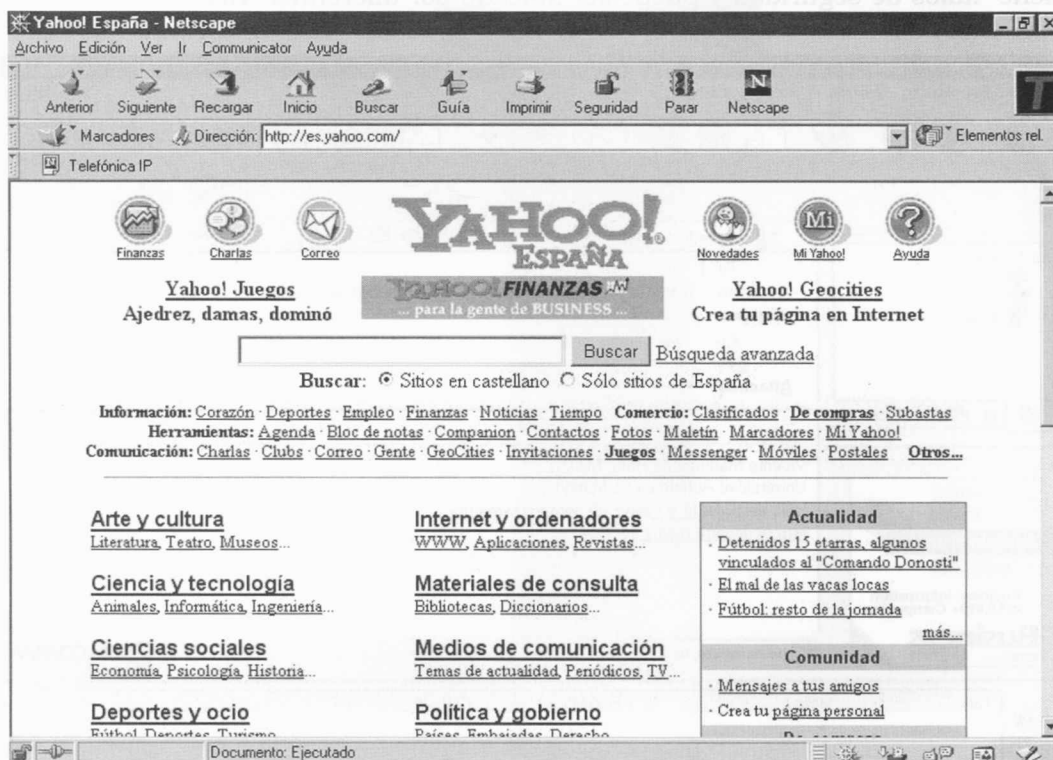
Y para que usted y otros las puedan ver las depositan en los servidores (en ese ordenador que está encendido las 24 h) a través de programas de FTP (transferencia de ficheros). Como se puede ver en la imagen aparecen dos ventanas, la de nuestro ordenador y una en blanco que será la del ordenador remoto donde vamos a poner esa página, solo hay que seleccionar y enviar. Por supuesto para realizar el enlace tenemos que conocer la dirección y la clave de acceso.



Una vez colocado en el servidor lo podemos ver todos a través de los “navegadores”, actualmente existen dos magníficos Netscape y Explorer

Por los que podemos ver las hojas si conocemos su dirección. Si queremos ver la Comunidad Virtual de Ciencias del Deporte, tenemos que saber su dirección: <http://cdeporte.rediris.es>

Pero ¿y si no sabemos su dirección? Porque a veces no sabemos siquiera si existe un recurso. Entonces podemos acceder a los buscadores. Son páginas que nos buscan las hojas web que existen sobre un tema. Nosotros os vamos a mostrar el buscador Yahoo uno de los más famosos pero en este momento os recomendamos www.google.com



Insistimos en que ya hay muchas cosas de calidad, pero también hay muchos malos documentos.

A nosotros nos parece de interés para los profesores de Educación Física las páginas institucionales: MEC, CSD, Federaciones, Universidades, UIDA. Y muchas páginas personales. Por poner un ejemplo, es muy curioso ver las páginas dedicadas a orientación o a nudos. Son fantásticas, y no son personas que tengan que ver con la Educación Física. Así que se puede encontrar cualquier cosa.

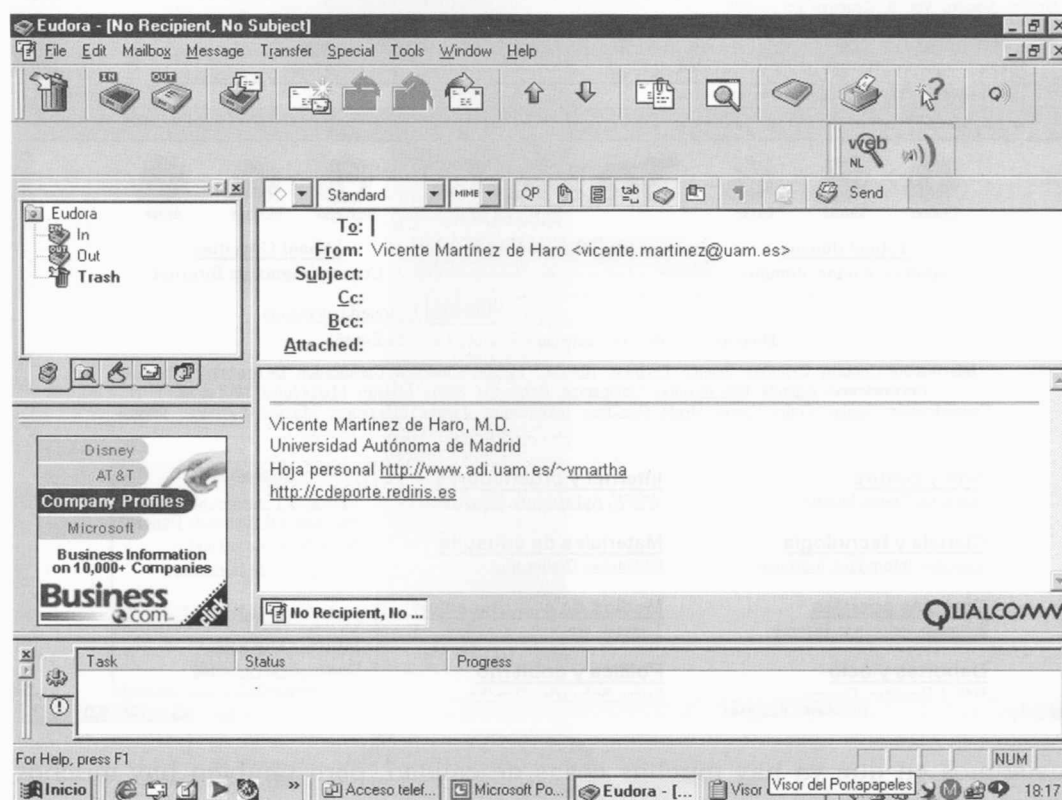
5. CORREO ELECTRÓNICO

Aún cuando las hojas web llaman mucho la atención, la mejor utilidad es el correo electrónico. Y a lo mejor ustedes se hacen la misma pregunta que yo hice en su día cuando les leía a los expertos la misma afirmación ¿Quién me va

a escribir? ¿A quien voy a escribir yo? Bueno, pues en estos momentos recibo y envío una media diaria de 25 mensajes. Con lo que debo dedicar un rato al correo electrónico.

El primer paso consiste en tener una dirección de correo. La mía, por ejemplo, es vicente.martinez@uam.es, fijese que todo son minúsculas y no hay acentos. Le recomiendo que sea del tipo nombre y apellido para simplificar y que sea más fácil de recordar y después de la @ (arroba) va el "dominio", o sea, el servidor y el estado (uam: Universidad Autónoma de Madrid y es: España).

Para ello se utilizan programas de correo electrónico. Particularmente les recomiendo Eudora 5.0, por su seguridad; el programa de correo Outlook Express tiene fallos de seguridad y puede ser atacado por diferentes "virus".



El correo electrónico sirve para intercambiar opiniones y documentos entre particulares, sin necesidad de sobre y rápido de contestar. Además no comunica, y se escribe y contesta cuando se tiene programado.

Pero quizá lo más interesante son las listas de distribución. Las listas de distribución de correo son foros donde uno se suscribe y trata el tema de la lista en cuestión. Cuando uno manda un mensaje les llega a todos los de la lista. Aquí no nos queda más remedio que citar la lista EDUFÍS, que es la lista donde se trata cualquier aspecto sobre la Educación Física en España. La hemos creado en la Red Iris. La Red Iris es la red académica y científica española que engloba a las Universidades y Centros de Investigación, y por lo tanto, pública y gratuita. Hay

más listas creadas sobre temas de las Ciencias del Deporte pero que no tienen un funcionamiento continuado.

Para suscribirse hay que enviar el siguiente mensaje sin firma:

Subscribe EDUFÍS su-nombre-y-apellidos

A la siguiente dirección: listserv@listserv.rediris.es

En un paso posterior, llegará un mensaje pidiendo que se rellene un cuestionario, es lo que se llama suscripción moderada. La lista es sólo para profesores de Educación Física y así filtramos los no profesionales, aunque la lista no está moderada posteriormente. Al suscriptor aceptado le llegará un mensaje de bienvenida comentándole cuál es la política de la lista.

La lista EDUFÍS está relacionada con la lista MEDEPOR de medicina deportiva donde sólo se admite a médicos pero a través de la anterior se pueden hacer consultas y comentarios y viceversa.

Las listas de distribución en la Universidad también son útiles para trabajar con grupos de clase.

El correo electrónico no es nada privado salvo que se encripte con un sistema llamado PGP, prohibido de fuera hacia dentro de los Estados Unidos, que es considerado como introducir munición y más con los últimos atentados terroristas. Este sistema es el que se emplea en la firma electrónica y de momento es imposible de falsificar, siempre que se empleen los estándares correctos (¡¡¡hay entidades bancarias que no poseen esta seguridad!!!)

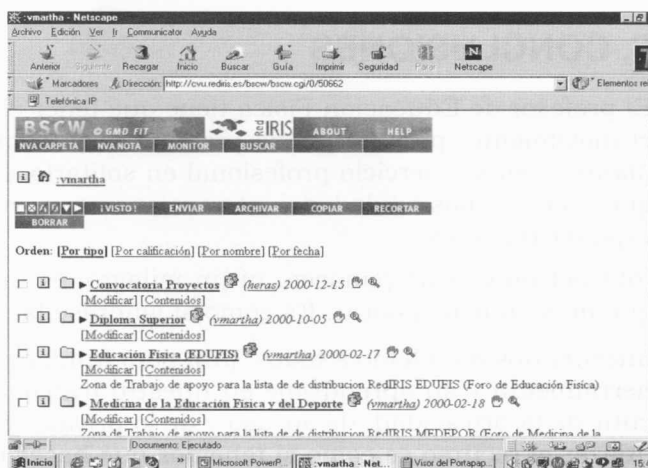
5. ZONAS DE TRABAJO COMPARTIDO (BSCW)

Una utilidad que mezcla las hojas web y el correo electrónico son las llamadas Zonas de Trabajo Compartido o BSCW.

Consiste en una hoja web a la que sólo se puede acceder previa invitación del moderador a través del correo electrónico y sólo a las zonas que él establezca.

En esa zona se pueden depositar documentos escritos que se pueden leer y modificar, poner notas, añadir direcciones de otras hojas e incluso citar para reuniones reales.

Pongamos un ejemplo. Supongamos que los países del espacio común europeo quieren realizar un código ético para profesores de Educación Física (supuesto real). Se elige un moderador que invita a cada representante de los diferentes países. El representante del Reino Unido "envía" a la zona el primer documento. Todos los representantes pueden acceder al documento y añadir



sus propias consideraciones generando diferentes versiones (versión 1, versión 2,... y así sucesivamente) hasta que se llegue a una definitiva. Sólo ellos pueden tener acceso a dicha zona.

6. MI EXPERIENCIA Y RECOMENDACIÓN

1. Aprenda a conectarse.
2. Navegue. Descubra lo que le interese en la red. Recuerde que las hojas cambian continuamente o no. Hay información pagada y libre. Oficial y oficiosa. La información libre y oficiosa puede ser buena o muy mala. Es raro, una vez que se sabe que es esto de la web navegar sin ton ni son, se suele buscar cosas útiles: BOE, BOCM, bibliotecas, callejeros, reserva de entradas, búsquedas en buscadores sobre temas puntuales.
3. Determinadas entidades y servidores incluyen el acceso a bases de datos, que en general son muy caras para particulares.
4. Pruebe el correo electrónico con un alma caritativa que ya lo sepa manejar y realice ejercicios sencillos, según le vaya guiando el compañero.
5. Suscríbase a listas de correo, vea como funcionan y bórrese de aquellas que no le interesen.
6. A partir de aquí vaya descubriendo otras opciones de la red.

7. OTRAS POSIBILIDADES DE LA RED

No hemos hablado de los Chat que son discusiones entre varias personas, a través del correo electrónico pero simultáneamente en el tiempo. Normalmente convocadas sobre un tema concreto.

Las News son listas de distribución donde no es necesario suscribirse, uno busca el tema del que quiera discutir, lee los mensajes existentes e incluye el suyo.

La videoconferencia es un sistema de comunicación a través de cámara y micrófono, actualmente debido al ancho de banda todavía no funciona demasiado bien, pero dentro de muy poco será perfectamente operativo.

8. CONCLUSIONES

El profesor de Educación Física tiene que tener claro que trabaja con el cuerpo y el movimiento, pero no puede pretender solucionar todos los problemas que se planteen en su ejercicio profesional en solitario. Internet le ofrece, por muy lejos que esté, la posibilidad de interactuar con otros profesionales, encontrar y exponer recursos.

Internet no es una panacea, ni un milagro, es un recurso. Un recurso muy útil que no se puede ignorar. Es como si ignorase la radio, la televisión o la prensa.

Internet nos ha pillado a todos. ¡Ah, pero fundamentalmente deben facilitarnos la herramienta y su aprendizaje en nuestro trabajo! A partir de aquí podemos discutir de la privacidad, de su uso y de lo privado y lo público, pero si no podemos utilizar el recurso es como si tenemos que hacer libros a mano.