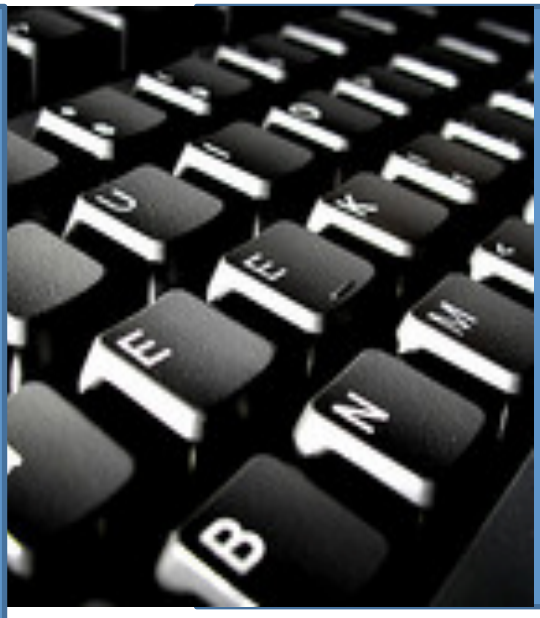

APLICACIONES

Departamento de Didáctica de la

Expresión Musical, Plástica y Corporal

Seminarios de Educación Física por Patricia Pintor, Judith Hernández, Adelto Hernández y Miguel Fernández se encuentra bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.

- APLICACIONES PARA SMARTPHONES.
- Somos partidarios de la utilización con fines educativos de los teléfonos. Un centro educativo debe enseñar el buen uso del mismo, y hacer ver al alumnado que un teléfono móvil es algo más que un instrumento para comunicarse con sus amigos (via whatsapp o similar). El teléfono tiene muchas posibilidades educativas y renunciar a ellas no pensamos que beneficie al alumnado. Una petición argumentada al Consejo Escolar del centro, puede darnos el respaldo necesario para su utilización.
- El uso de los teléfonos además nos abre la posibilidad de trabajar con otras materias como por ejemplo en Secundaria, con Tecnología.
- Hay muchísimas aplicaciones vinculadas al acondicionamiento físico. Mostraremos algunas de las más utilizadas. La mayoría tienen versión gratuita y de pago. Para uso escolar recomendamos la gratuita. Una vez conocida, el alumno puede optar por la versión de pago, pero eso entra ya dentro de su iniciativa y posibilidades económicas. Hay ejemplos de su utilización en Secundaria vinculados a la preparación de una "Carrera Solidaria": todos los grupos de la ESO culminan la primera evaluación realizando una carrera cuyo objetivo es recaudar fondos para una ONG. Este evento es el "producto final" que da sentido al trabajo de distintos aspectos vinculados al acondicionamiento físico. Con las aplicaciones telefónicas, los alumnos pueden registrar, grabar y finalmente comentar su evolución (tiempo trabajado, distancia recorrida, velocidad media…).
- Hay otras aplicaciones que no tienen una relación directa con la EF, como por ejemplo los códigos QR, pero cada vez más se utilizan tanto en carreras de orientación, como vinculadas a cualquier tipo de contenido, incluso deportivo. En las páginas web que sugerimos en este apartado hay propuestas realmente interesantes a este respecto. Pueden utilizarse teléfonos o tablets.
- Aplicaciones:
    - ENDOMONDO. Es una de las aplicaciones con más éxito para el entrenamiento. Permite memorizar las rutas entre otras muchas posibilidades. Es especialmente interesante en la asignatura de Acondicionamiento Físico (optativa de segundo de bachillerato).
      Web de endomondo:
      https://play.google.com/store/apps/details?id=com.endomondo.android&feature=related_apps#?t=W251bGwsMSwxLDEwOSwiY29tLmVuZG9tb25kby5hbmRyb2lkIl0.

Seminarios de Educación Física por Patricia Pintor, Judith Hernández, Adelto Hernández y Miguel Fernández se encuentra bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.

- RUNTASTIC. Similar a la anterior
  Web de Runtastic:
  http://www.runtastic.com/?gclid=CLSt4cColrcCFSbHtAod7BgARg

- Del mismo tipo que las anteriores hay muchas más por ejemplo: Nike + running, Runkeeper, Cardio Trainer, Runmeter gps, Couche to 5km (para preparar maratones), Mi coach (de Adidas)…

- IFITNESS. Ofrece rutinas de acondicionamiento muscular.

- LECTOR DE CÓDIGOS QR: existen muchos lectores de códigos QR. Obviamente, todos necesitan un teléfono con cámara fotográfica. Ver las posibilidades que se muestran en las webs que adjuntamos al final de este capítulo.

- ESTIRAMIENTOS: estiramientos detallados con dibujos y explicación, clasificados por deportes, grupos musculares… permite memorizar nuestra rutina de ejercicios. Tiene temporalización para los ejercicios.

- TABATA: entrenamiento con 8 series de 20 segundos de trabajo y 10 de descanso del mismo del mismo ejercicio. La aplicación para el teléfono tiene un temporalizados y contador de series.

- CÁMARA VÍDEO: los smartphones traen incorporada cámara de vídeo. Los alumnos la pueden utilizar en clase para grabar sus coreografías, montajes de acrosport. También es muy útil que la utilicen para obtener feedback inmediato cuando están preparando proyectos (por ejemplo para corregir posturas en acrosport o detectar errores en coreografías de cuerdas dobles). Si queremos editar un vídeo desde el ordenador pueden utilizar la aplicación MAGISTO.

- CÁMARA DE FOTOS: la cámara de fotos la pueden utilizar para sacar fotos de puntos claves en una excursión y después diseñar un power o prezi con la descripción detallada de la misma. También sirve para verificar los controles en una carrera de orientación o para elaborar un power con una coreografía de acrosport (sin las transiciones).

- INCREDIBOX: es un editor de sonidos que se puede trabajar en otras áreas o materias (música y tecnología) y combinar con montajes de teatro negro o de sombras.

Seminarios de Educación Física por Patricia Pintor, Judith Hernández, Adelto Hernández y Miguel Fernández se encuentra bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.

- WEBS QUE APORTAN SUGERENCIAS DE APLICACIONES PARA MÓVILES

  - FANTÁSTICA ENTRADA SOBRE APLICACIONES EDUCATIVAS MÓVILES DE UN BLOG MUY INTERESANTE DEL MAESTRO JESÚS HERNÁNDEZ (NO ES ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA) http://creaconlaura.blogspot.com.es/p/aplicaciones-educativas-moviles.html

  - PROPUESTA DE APPS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA MÓVILES DEL BLOG "EDUCACIÓN FÍSICA AQUÍ Y AHORA" DEL PROFESOR DE EF SIGFRIDO GONZÁLEZ http://sigfri.blogspot.com.es/search?q=APPS+PARA+M%C3%93VILES

  - WEBS CON APPS DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA SMARTPHONES (NO ESTÁ ACTULIZADA) http://retalesuah.blogspot.com.es/2011_12_01_archive.html

    http://www.mediafire.com/view/?n9hsdvd8trxxfj7

  - CARRERA DE ORIENTACIÓN CON CÓDIGOS QR http://www.wikisaber.es/CentroDeRecursos/content.aspx?id=15919

  - WEB CON PROPUESTA DE POSTERS CON CÓDIGOS QR EN EDUCACIÓN FÍSICA (EN INGLÉS, IDEAL PARA GRUPOS CLIL) http://www.thephysicaleducator.com/resources/skill-posters/

  - PROPUESTA DE CÓDIGOS QR EN EDUCACIÓN (NO ES ESPECÍFICA DE EDUCACIÓN FÍSICA) http://creaconlaura.blogspot.com.es/2012/03/54-ideas-para-utilizar-los-codigos-qr.html

Seminarios de Educación Física por Patricia Pintor, Judith Hernández, Adelto Hernández y Miguel Fernández se encuentra bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.