



TÍTULO
PRUEBAS COOPERATIVAS



AUDIOVISUAL

NIVEL BÁSICO VERDE: <http://smarturl.it/g7uuyq>
NIVEL MEDIO NARANJA: <http://smarturl.it/1d26t9>
NIVEL AVANZADO AZUL: <http://smarturl.it/c9qm9d>



VARIABLE PRINCIPAL

Habilidades de interacción, Autocontrol, Empatía y Toma de decisiones

ÁREA CURRICULAR

Educación Física

CONTEXTO ESCOLAR

Convivencia

EDAD RECOMENDADA

De 14-16 años

SINOPSIS

Esta herramienta propone un juego por equipos con una estructura de gano-ganas. Se juega por relevos y en cada turno sólo juega una persona de cada equipo; esta persona deberá elegir, aleatoriamente, una tarjeta en la que habrá propuesto un ejercicio acrobático colectivo. La idea es que para realizar el ejercicio no podrá contar con los miembros de su equipo, sino con los jugadores de otros equipos que no están participando en ese turno. Las tarjetas estarán graduadas por dificultad y, a mayor dificultad, más puntos dan; con el fin de que cada equipo pueda hacer un recuento de puntos al finalizar el juego. No se trata de una competición, con los puntos de todos los equipos podrán comprar más fichas, con más elementos y ejercicios de diferente tipo y dificultad. De manera que la próxima vez que jueguen el juego habrá nuevas fichas que jugar; así el juego va adaptándose a las capacidades del grupo y a su aprendizaje. También, a la hora de decidir qué fichas se incluyen, es apropiado que el equipo con más puntos goce de algún beneficio (ser el primero en elegir, tener voto de desempate...)

REFERENTE TEÓRICO: La puesta en práctica de las habilidades de interacción está fuertemente condicionada por la capacidad que tenga la persona para el autocontrol y la empatía. Sabemos que la acrobacia colectiva, cuando se realiza de un modo cooperativo y basándose en un aprendizaje 'peer to peer' es una gran herramienta de enseñanza en estas tres capacidades. Por otro lado, el plantearlo como juego cooperativo no puede más que reforzar esto, pues es también una de las grandes herramientas pedagógicas actuales para desarrollar las habilidades de interacción, el autocontrol y la empatía.

RAZÓN DE SER: Planteamos una actividad de acrobacia colectiva con forma de juego cooperativo con

estructura gano-ganas. En el cual ayudar a los demás grupos a conseguir sus objetivos, y pedir ayuda a los otros grupos es la manera de progresar y obtener beneficios. Tanto la acrobacia colectiva, como el juego cooperativo, son dos actividades con un amplio sustento teórico que respalda su capacidad de mejorar los datos sociométricos en los grupos.

DESARROLLO

Es importante que, antes de empezar esta actividad...

- Hayan realizado un calentamiento adecuado.
- 18 verdes, 14 amarillas, 16 azules
- Que el profesor haya seleccionado, de entre todas las fichas: 10 verdes, 8 amarillas y 6 azules. Las que considere adecuadas para su grupo, esto queda a criterio del profesor, que es quien mejor conoce a su alumnado.
- Que las fichas estén ya dispuestas en su sitio.
- Tener listas las tablas de puntuación, una para cada grupo.
- Tener papel y bolígrafo para anotar las ayudas en cada figura
- Que la clase esté dividida en grupos de entre 4 y 6 personas. Intentando que haya al menos tres grupos.

1ª Fase: Explicación

Con los grupos ya hechos, y el material ya situado en su lugar, procederemos a explicar el juego:

- *"Este juego es muy sencillo. Lo primero que vamos a hacer es situarnos, vamos a ponernos todos los grupos a este lado del aula/gimnasio (el lado opuesto al que se encuentren las fichas). Se juega por relevos, sólo puede salir una persona cada vez en cada grupo, y lo que hará esta persona es ir corriendo a ese lugar que veis al otro lado donde hay unas fichas repartidas por el suelo. Vuestro objetivo será elegir una de esas fichas y realizar el ejercicio que ésta contenga. De momento hasta aquí, hagamos una prueba andando. Que una persona de cada grupo se dirija hacia las fichas y coja una cualquiera (van hasta las fichas y cogen una). Bien, decidme, o decidnos*

al resto de la clase: ¿qué veis? ¿Qué problema tenemos? (si no responden se pregunta directamente a una de las personas que han cogido las fichas. Se trata de que digan que son figuras de acrobacia y que se hacen entre varias personas) ¡Exacto! Tenemos una limitación con los ejercicios, necesitamos a más gente para poderlas realizar. Pues bien, en clase somos un montón de gente, así que no vamos a tener problema para realizar estos ejercicios. Dos pautas os voy a dar para saber con quién hacer las figuras:

1. Sólo podréis contar con la ayuda de las personas que no estén jugando el turno (juegan el turno quienes hayan cogido ficha)
2. Y sólo con personas que estén en los otros equipos, nunca de gente de vuestro propio equipo.

- “Dicho esto, prosigamos con el turno de prueba. Habéis elegido unas fichas, es vuestra responsabilidad ahora elegir con quién las hacéis, siempre de acuerdo a las normas que os he dado. Adelante, hagamos las figuras.” (Se dejará un tiempo para que cumplan el turno: seleccionar gente y realizar las figuras. Cada turno puede durar, aproximadamente, entre 5 y 10 minutos. Dependiendo de la experiencia previa del grupo en la realización de figuras de acrosport). Bueno, ya habéis hecho las figuras y cada persona vuelve a su grupo; cuando llegue la persona que salió a elegir ficha, saldrá el siguiente relevo. Hasta aquí, ¿alguna duda? (si la hay se resuelve) Veamos ahora cómo vamos a puntuar el juego, y para qué nos van a servir estos puntos Tomad la tabla de puntuación (se reparte la tabla):

Puntos para el equipo de la persona que selecciona ficha:

Por realizar figura verde: 1 punto.

Por realizar figura naranja: 3 puntos.

Por realizar figura azul: 5 puntos.

1 punto por cada persona implicada en la figura:

2 puntos por figuras de 2 personas

3 puntos por figuras de 3 personas

4 puntos por figuras de 4 personas

5 puntos por figuras de 5 personas

1 punto por persona dando asistencia, si ésta es necesaria.

Puntos para los equipos por prestar ayuda:

2 puntos por cada persona que ayuda a realizar una figura. (las asistencias también cuentan)

- “Así visto suena complicado, vamos a puntuar las figuras que acabáis de realizar. Veréis que es más fácil de lo que parece. Que cada grupo puntúe la figura que ha realizado y se sume también los puntos por ayudar a los otros grupos. ¿Difícil? No mucho si se lleva todo bien apuntado, os voy a dejar papel y bolígrafo para que anotéis las figuras que hace vuestro equipo y quién las realiza. Al volver de cada relevo, al terminar el turno, es vuestra responsabilidad comprobar que está todo bien anotado, o anotarlo si no lo está; puede darse el caso de que todo tu equipo esté atareado y nadie lo haya podido anotar. Ahora sólo nos queda una última cosa: ¿qué vamos a hacer con tantos puntos? Fácil, vamos a cambiarlos por más fichas. ¿Veis que ahí hay 22 fichas? Pues no son ni la mitad de las que tengo preparadas. Cuando hagamos el recuento veremos cuántas fichas podemos obtener con los puntos conseguidos. El equipo que más puntos tenga será el primero en elegir ficha, luego el segundo y así sucesivamente. Podéis sumar los puntos de varios grupos para comprar ficha. Esto será útil especialmente para los grupos con menos puntuación o para comprar las fichas más caras, aunque esto no os lo recomiendo de momento, ya que las fichas más caras son más difíciles, por eso cuesta más conseguirlas. Si sobrasen puntos por gastar, quedarán en una reserva y se sumarán a la puntuación del próximo día que juguemos. Si no hay dudas, vamos a devolver las fichas que hemos hecho ahora al montón y vamos a comenzar el juego. ¿Alguna duda que resolver?”

2ª Fase: Juego

Cada turno durará entre 5 y 10 minutos, dependiendo de la dificultad de las fichas y de la experiencia del grupo en trabajos cooperativos y en la realización de figuras de acrosport. Por lo que una duración adecuada puede ser entre 30 y 40 minutos, dependiendo del tamaño de los grupos; a mayor tamaño más tiempo.

- “Pues vamos allá. Yo voy a estar en la zona de las fichas, que es más o menos por donde realizaréis las figuras. Voy a estar pendiente por si cogéis alguna fi-

cha que requiera ayuda, en cuyo caso os lo indicaré. Si os digo que una ficha requiere ayuda, por favor, buscad una persona de más para que de esa asistencia. Entonces, ahora sí. ¿Están listos todos los grupos? ¿Sabéis en qué orden van los relevos? (si no se deja un minuto para esto) Pues, 3, 2, 1: ¡a por las fichas!

Durante el juego, es tarea del profesor:

- Estar atento a la salud corporal
- Estar atento a que pidan ayuda cuando la necesitan
- Estar atento a posibles conflictos

3ª Fase: Recuento de puntos y "compra" de fichas

Finalizado el juego se recuentan los puntos de cada grupo de acuerdo a lo que han realizado y apuntado. Con los puntos obtenidos podrán obtener más fichas, que pasarán a formar parte del surtido de fichas jugables de que disponen para la próxima vez que se juegue. El equipo que más puntos haya obtenido será el primero en elegir, después el segundo y así sucesivamente. Podrán sumar los puntos de varios equipos para obtener alguna ficha, así que es adecuado dejarles un tiempo de reflexión y negociación antes de proceder a canjear sus puntos.

El valor de las fichas está fijado de acuerdo a su dificultad y al número de personas que intervienen y es el siguiente:

- Ficha verde: 10
- Ficha naranja: 20
- Ficha azul: 30
- A este valor habrá que sumarle 2 puntos por persona que interviene en la figura
 - Figura de 2 personas: +4 puntos
 - Figura de 3 personas +6 puntos
 - Figura de 4 personas +8 puntos
 - Figura de 5 personas +10 puntos

4ª Fase: Reflexión grupal

Al finalizar el juego, dejaremos un espacio para la autoevaluación y para la reflexión grupal. Es algo impor-

tante, sobre todo las primeras veces que realizan este tipo de actividad. Para ello se dispondrá al grupo en círculo, sentados.

- *"Para finalizar la sesión de hoy, quiero que cerréis los ojos y repaséis lo que habéis hecho durante el juego: de qué nos acordamos más; de qué nos acordamos menos... Te lanzo unas preguntas: ¿te has esforzado durante el juego de hoy? ¿Has puesto la misma intensidad cuando trabajabas por tu equipo que cuando trabajabas por los demás? ¿Te ha sido fácil entenderte con tus compañeros a pesar de las prisas? ¿Mejor cuando dirigías o cuando te dirigían? ¿Te has tensado en algún momento? ¿Por qué? ¿Te ha sido fácil mantener la concentración durante los ejercicios de acrobacia? ¿Y mientras cuidabas a tus compañeros? Si es que te ha tocado hacerlo, claro... Vamos a permanecer un par de minutos con los ojos cerrados, reflexionando sobre algunas de estas preguntas que os he lanzado, las que más os resuenen... (se deja entre 2 y 5 minutos de reflexión) Ahora, poco a poco vamos a ir abriendo los ojos y vamos a buscar la mirada de los compañeros, quiero que os miréis a los ojos; a los del compañero del otro lado del círculo y a los del compañero de al lado. Buscamos sus ojos, nos miramos y compartimos esa mirada. Adelante. (se deja un breve espacio de tiempo para que se encuentren y se miren a los ojos) Ahora os pregunto: ¿alguien quiere compartir alguna de sus reflexiones con el resto del grupo?"*

Con esta pregunta invitamos al debate una vez hecho un proceso interno de autoevaluación y de reflexión sobre las emociones sentidas. El debate debería de girar alrededor de las mismas preguntas que se han lanzado previamente para provocar esta autoevaluación. Así que, si hubiese que dinamizarlo, utilizar esas mismas preguntas es una buena idea.

PROPUESTA DE CONTINUIDAD

La actividad está diseñada para continuarse en varias sesiones. Si las fichas se acabasen invitamos a los profesores a buscar más fichas; ya sea en manuales de

acrosport o por internet. También es posible plantear esta búsqueda como proyecto para la clase: ellos mismos pueden buscar y graduar la dificultad que entraña cada figura.

DOCUMENTACIÓN PARA EL DOCENTE

Contenidos curriculares:

1. Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas
3. Resolver situaciones motrices de oposición-colaboración o colaboración-oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes
4. Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con su salud.
5. Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo
9. Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo