

Pablo Miguel Garv Medrano
Luis Miguel García López
Javier Fernández Río

APRENDIZAJE COOPERATIVO

**Materiales curriculares para
Educación Secundaria
en Educación Física**



Ediciones de la Universidad
de Castilla-La Mancha

Aprendizaje cooperativo

Materiales curriculares para Educación Secundaria en Educación Física



Aprendizaje cooperativo

Materiales curriculares para Educación Secundaria en Educación Física

Pablo Miguel GarvÍ Medrano

Luis Miguel García López

Javier Fernández Río



Ediciones de la Universidad
de Castilla-La Mancha

Cuenca, 2022

YPWF; 4Z-ES-AC (Thema)

© de los textos: sus autores.

© de la edición: Universidad de Castilla-La Mancha.

Ilustraciones: M.ª Luisa Garvı Sánchez

Edita: Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha

Colección ATENEA n.º 35

Diseño de cubierta: Servicio de Publicaciones (UCLM).



UNIÓN DE
EDITORIALES
UNIVERSITARIAS
ESPAÑOLAS

Esta editorial es miembro de la UNE, lo que garantiza la difusión y comercialización de sus publicaciones a nivel nacional e internacional.

ISSN: 2792-4610

I.S.B.N.: 978-84-9044-514-3 (Edición impresa)

I.S.B.N.: 978-84-9044-515-0 (Edición electrónica)

D.O.I.: https://doi.org/10.18239/atenea_2022.35.00

ISNI: 0000000506819532 (Ediciones UCLM)

D.L. CU 164-2022

Composición: Compobell

Hecho en España (U.E.) – *Made in Spain (U.E.)*



Esta obra se encuentra bajo una licencia internacional Creative Commons CC BY 4.0. Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra no incluida en la licencia Creative Commons CC BY 4.0 solo puede ser realizada con la autorización expresa de los titulares, salvo excepción prevista por la ley. Puede Vd. acceder al texto completo de la licencia en este enlace:
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.es>

AGRADECIMIENTOS

A nuestras familias, por el incondicional apoyo que recibimos para poder desarrollar nuestro trabajo, proyectos y libros como este.

A Luis y Javier, por vuestros consejos y tiempo dedicado para que nuestra obra sea luz en el caminar de muchos profesionales de la Educación Física.

Índice

PRÓLOGO.....	13
INTRODUCCIÓN.....	17
CAPÍTULO 1. ATERRIZANDO EN EL CONCEPTO DE APRENDIZAJE COOPERATIVO	19
1. Qué entendemos por Aprendizaje Cooperativo	21
2. Qué no es Aprendizaje Cooperativo	23
3. Componentes del Aprendizaje Cooperativo	24
3.1. Interdependencia positiva.....	25
3.2. Interacción promotora cara a cara	27
3.3. Responsabilidad individual.....	28
3.4. Habilidades sociales.....	30
3.5. Procesamiento grupal	31
CAPÍTULO 2. HACIA UNA PRÁCTICA COOPERATIVA DEL ALUMNADO DE EDUCACIÓN FÍSICA.....	35
1. Implementación del Aprendizaje Cooperativo.....	37
1.1. Fase 1. Creación y cohesión de grupo.....	39
1.2. Fase 2. El Aprendizaje Cooperativo como contenido a enseñar y aprender.....	41
1.3. El Aprendizaje Cooperativo como recurso para enseñar y aprender.....	43
2. Ventajas de aplicación del Aprendizaje Cooperativo.....	45
2.1. Aprendizaje académico.....	46
2.2. Aprendizaje social	46
2.3. Participación en equipo	48
2.4. Aprendizaje afectivo	48

CAPÍTULO 3. EL APRENDIZAJE COOPERATIVO EN LA EXPRESIÓN CORPORAL	51
1. Introducción a las unidades didácticas de expresión corporal	53
2. Estructura de la sesión de expresión corporal.....	54
3. Objetivos y contenidos de las unidades didácticas de expresión corporal	55
4. Actividades de enseñanza-aprendizaje de las unidades didácticas de expresión corporal.....	57
5. La evaluación de las unidades didácticas de expresión corporal	87
CAPÍTULO 4. EL APRENDIZAJE COOPERATIVO EN LA CONDICIÓN FÍSICA	89
1. Introducción a la unidad didáctica de condición física	91
2. Estructura de la sesión de condición física	92
3. Objetivos y contenidos de la unidad didáctica de condición física	93
4. Actividades de enseñanza-aprendizaje de la unidad didáctica de condición física.....	94
5. La evaluación de la unidad didáctica de condición física.....	106
CAPÍTULO 5. EL APRENDIZAJE COOPERATIVO EN LOS JUEGOS Y DEPORTES.....	109
1. Introducción a las unidades didácticas de juegos y deportes	111
2. Estructura de la sesión de juegos y deportes.....	113
3. Objetivos y contenidos de las unidades didácticas de juegos y deportes	113
4. Actividades de enseñanza-aprendizaje de las didácticas de juegos y deportes	117
5. La evaluación de las unidades didácticas de juegos y deportes	177
BIBLIOGRAFÍA	181
ANEXOS	193

Índice de anexos

A. Situaciones que escenificar para la unidad didáctica “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	195
B. Lista de control semanal para la unidad didáctica “Nos conocemos”	197
C. Lista de control semanal para la unidad didáctica “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	198
D. Diario de sesiones cooperativas semanales para la unidad didáctica “Nos conocemos”	199
E. Autoevaluación para la unidad didáctica “Desafiando nuestra condición física”	200
F. Coevaluación para la unidad didáctica “Desafiando nuestra condición física”	202
G. Hoja de evaluación de rendimiento deportivo (GPAI alumno) para la unidad didáctica “Cooperar y oponer en baloncesto”	204

Prólogo

Un buen docente de Educación Física aprovecha la sesión desde el primer minuto, los primeros momentos también deben ser de calidad e intensidad pedagógica, con propósito. Limitarlos al calentamiento, es más, denominarlos así, es todo lo contrario, un despropósito, pues no sobran horas de Educación Física, sino que faltan, pues son muchas las finalidades educativas a las que nuestra materia puede y debe contribuir. Igualmente, sería una oportunidad perdida que la parte inicial de un libro de la calidad del que tengo el privilegio de prologar careciera de intensidad y propósito. Este corto prólogo va de modelos pedagógicos, calidad docente, finalidades educativas y dilemas.

El potencial pedagógico de la Educación Física como materia escolar es elevadísimo y a estas alturas debería ser indiscutible, sin embargo, el máximo impacto positivo no está, ni mucho menos, garantizado. Los factores que suman y restan son muchos y diversos, como corresponde a un sistema dinámico complejo. Uno de los más importantes, el más importante en mi opinión, es la labor docente y la metodología utilizada como vehículo de su labor. Debemos demostrar que la ya tradicional demanda de más horas de Educación Física está justificada, precisamente porque la calidad pedagógica hace de factor multiplicador del tiempo disponible en el horario escolar, haciendo irremplazable la Educación Física por otros espacios curriculares o extracurriculares.

Los modelos pedagógicos consolidados, aquellos que tienen suficiente respaldo para afirmar su potencial y entre los que se encuentra el modelo de Aprendizaje Cooperativo, han demostrado ser una buena herramienta didáctica, no la perfecta y seguro que no la definitiva, pero sí probablemente la mejor

en la actualidad. Los modelos tienen la capacidad de desbancar del ideario del docente y de la realidad de las aulas el currículo multiactividad. Ese que precoriza unidades didácticas *express* de seis sesiones o incluso menos, con objetivos a corto plazo donde la profundidad de aprendizajes es muy cuestionable y el impacto a largo plazo más que dudoso. El que atomiza tanto nuestra materia que dificulta enormemente un enfoque global como es el enfoque por competencias. Ese al que podría parecer nos obliga la normativa, pero no, porque el currículo no indica, ni siquiera sugiere, el número de sesiones en cada unidad didáctica, ni el número de unidades didácticas en la programación anual, de hecho, ¡no habla de unidades didácticas! Los modelos pedagógicos, en cambio, nos facilitan el trabajo por competencias al plantearse metas a largo plazo, utilizando, entre otros ingredientes considerados estrategias de éxito, como dar responsabilidad personal, trabajo en grupos reducidos, trabajo por proyectos, etc., unidades didácticas de larga duración. Menos, si es con propósito e intensidad, suele convertirse en más.

El buen docente no escoge el camino fácil, el de la perpetuación de prácticas que sabe que son mejorables. El camino fácil no suele separarse del punto de partida. El buen docente escoge el camino que llega lejos, y este es mejor hacerlo a hombros de gigantes. En nuestro campo, son gigantes quienes son capaces de investigar con rigor científico, a la vez de mantener los pies en las pistas, para luego escribir de forma comprensible y aplicable. Su labor permite que el resto de los docentes hagan realidad el potencial de la Educación Física. Este libro está escrito por tres de estos gigantes.

Son diversas las barreras que se levantan y restan el anteriormente citado potencial pedagógico, incluso cuando disponemos de una metodología contrastada y actual. Un marco muy interesante para analizarlas es el descrito por Windschitl (2002) sobre los dilemas o desafíos a los que se enfrentan los docentes, utilizado en recientes publicaciones para analizar la implementación de los modelos de Educación Deportiva y Enseñanza Comprensiva del Deporte, y fácilmente aplicable al resto de modelos.

En este marco, la implementación de modelos pedagógicos está mediada por desafíos que son categorizados en cuatro tipos de dilemas. 1) Conceptuales: dificultad que puede surgir en la comprensión de los fundamentos teóricos del modelo; 2) Pedagógicos: complejidad agregada al diseño curricular por las demandas de implementación del modelo; 3) Culturales: asociados con la reorientación de los roles y expectativas de docentes y estudiantes; y 4) Políticos: asociados con la resistencia institucional, normas de la comunidad de práctica y rutinas de privilegio.

Analizar la cualidad y la dimensión de los dilemas que encuentra el docente y cómo se enfrenta a ellos nos puede dar una idea clara de por qué cuesta tanto que la práctica basada en evidencias, esa parte contrastada del universo de la innovación (donde todo, lo bueno y lo regular cabe), llegue a las aulas. Así mismo, cuando llega, con qué nivel de fidelidad se aplica, y en función de este, con qué potencial pedagógico cuenta. En este sentido Curtner-Smith et al. (2008), han acuñado diferentes términos para los estilos de implementar el modelo de Educación Deportiva. Estilos perfectamente extensibles al resto de modelos pedagógicos. Estos son: completo (*full*): contempla todos los elementos fundamentales del modelo; aguado (*watered down*): elimina elementos fundamentales, disminuyendo su potencial pedagógico y; estilo buffet (*cafetería style*): elección de diferentes elementos de un modelo sin la pretensión de estar implementándolo en su totalidad. Y el que más me gusta, el full+. Cuando un docente “se curra” una versión full+ es porque ha comprendido que la aplicación de un modelo no es una moda ni una receta cerrada, sino que son herramientas pedagógicas flexibles, adaptables y expandibles, de tal calidad que permiten alcanzar finalidades educativas que sobrepasan en muchas ocasiones las previstas en la programación de aula cuando esta se plantea pensando de forma reduccionista.

Sugiero que dejemos de centrarnos en el estudio de desafíos, barreras, limitantes, excusas, etc., y sigamos la tendencia que se centra en el estudio y desarrollo de aquellos factores que aumentan las posibilidades de un desarrollo exitoso. En educación, el paradigma que mejor plasma esta tendencia es el Desarrollo Positivo de la Juventud (PYD: *Positive Youth Development*). En esta línea, deberíamos centrarnos en estudiar, tenerlos cerca y dejarnos contagiar, a los docentes que son capaces de superar los citados dilemas y que incorporan a su práctica docente habitual las versiones full y full+. Tal y como dicen Casey y Kirk (2021), es difícil superar la luna de miel con ilusión, que traducido sería no quedarse en la ilusión momentánea que nos genera un curso de metodologías activas, o el fantástico Congreso de Actividades Físicas Cooperativas.

El presente libro puede ayudar a afrontar los dilemas descritos. La primera parte del libro, escrita de forma rigurosa, pero de fácil lectura y comprensión, ayudará a superar el dilema conceptual. El dilema pedagógico se ve facilitado al ligar las propuestas de unidades didácticas a diferentes bloques de contenido (Capítulo 3. *El Aprendizaje Cooperativo en la Expresión Corporal*; Capítulo 4. *El Aprendizaje Cooperativo en la Condición Física*; Capítulo 5. *El Aprendizaje Cooperativo en los Juegos y Deportes*). De esta forma, el docente no tiene que buscar un hueco, sino sustituir la metodología en contenidos ya establecidos en su programación. En la aplicación del modelo ayudará un aspecto novedoso incluido

en esta obra, la inclusión del “*Foco Cooperativo*” de cada sesión. Por último, y para afrontar los dilemas culturales y políticos recomiendo al lector la lectura del Capítulo 2. *Hacia una Práctica Cooperativa en el Alumnado de Educación Física*, con vocación pro científica, es decir, aquella en la que consideramos la ciencia como generador de evidencias que nos permite progresar. En esto, la educación no es, o no debería, ser, una excepción. Sólo quienes pasen de la primera frase de este capítulo con ímpetu, “llevar a cabo el modelo pedagógico de Aprendizaje Cooperativo no es una labor sencilla”, podrán acceder con garantías a lo descrito en el apartado *Ventajas de aplicación del Aprendizaje Cooperativo*. Me permito igualmente recomendar al lector que comience por este apartado, junto con el apartado *Qué no es Aprendizaje Cooperativo*. De esta forma no podrá decir “esto ya lo hacía yo”, frase que automáticamente hace desaparecer el cuarto dilema, pero no lo soluciona.

Por lo tanto, bien utilizado, este libro ayudará al docente a hacer frente los diferentes dilemas que podrían repercutir en el cambio de un paradigma pedagógico multiactividad hacia una Educación Física de calidad basada en modelos pedagógicos, y en especial, al uso del Aprendizaje Cooperativo en la programación de Educación Física. Especialmente este libro permite afrontar los dilemas pedagógicos y curriculares y, en parte, los culturales. Los políticos son más complicados, pues tratan de corrientes, prejuicios y malentendidos. Afortunadamente, incluso los dilemas políticos empiezan a no ser insalvables. La actual tendencia a la inclusión en los currículos oficiales de la conveniencia del uso de modelos pedagógicos, entre los que siempre se nombra el modelo de Aprendizaje Cooperativo, será de gran ayuda para que los modelos no tengan que conformarse con la ya obsoleta etiqueta de innovación, sino con una etiqueta más pertinente a su potencial pedagógico como es la de calidad. En este sentido, las redes sociales están contribuyendo a romper la resistencia y persistencia de prácticas docentes obsoletas, haciendo de altavoz de buenas prácticas metodológicas, entre las que se incluyen los modelos pedagógicos. Sin embargo, hay demasiada información, mucha de ella incompleta, incorrecta o inocua, y siempre apresurada. Vuelvo a permitirme hacer otra recomendación al lector, utiliza las redes sociales como motivadoras, pero prepara tus clases con un buen libro, escrito con calma, conocimiento y contrastado en la práctica, como el que tienes en tus manos.

David Gutiérrez Díaz del Campo
Catedrático de Universidad
Universidad de Castilla-La Mancha

Introducción

Este libro sobre Aprendizaje Cooperativo no pretende descubrir “la piedra filosofal” de esta metodología. Sin embargo, sí que desea ofrecer al docente materiales curriculares con los que poder desarrollar diversos contenidos del área de Educación Física empleando una didáctica activa centrada en el alumno que aprende.

En el argot educativo es muy común hacer referencia a la cooperación, pero el Aprendizaje Cooperativo, como modelo pedagógico, no suele ser aplicado por el docente con un mínimo de rigurosidad. Se conocen referencias lo suficientemente antiguas como para dejar a las claras que la metodología ha sido trabajada en el aula y, además, con las orientaciones necesarias como para promoverla de forma adecuada. Si bien, este aspecto genera cierta controversia, por lo que promover la cooperación entre iguales desarrollando correctamente sus cinco componentes es uno de los elementos clave que proponemos en estas experiencias.

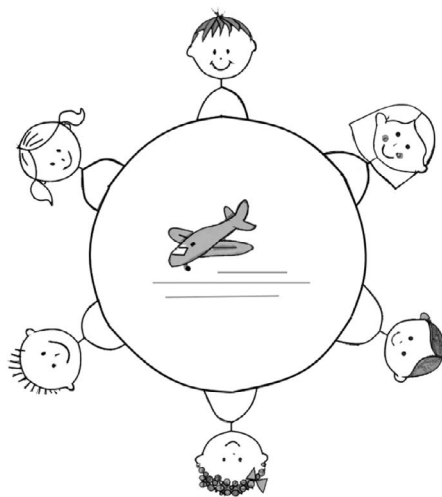
Es fantástico cómo el Aprendizaje Cooperativo genera una enseñanza tridireccional: por un lado, el profesor que modifica su rol para ser el guía del aprendizaje de sus estudiantes; por otro, el alumno como el eje principal de la metodología, aumentando su motivación académica; y, finalmente, como tercera dirección, la capacidad comunicativa y el aprendizaje social que se genera entre los discentes, persiguiendo la ayuda mutua para que todos puedan alcanzar sus objetivos educativos. El grupo cooperativo, de ahora en adelante, formará una estructura muy potente en la que todos reman en la misma dirección, convirtiendo al Aprendizaje Cooperativo en una verdadera filosofía educativa.

No sería adecuado finalizar esta introducción sin dedicar una referencia al profesorado que va a invertir su tiempo en leer estas líneas. Pretendemos que este libro sea una guía para que el docente sea capaz de enseñar aprendizajes mediante el Aprendizaje Cooperativo a su alumnado, encontrándose unos materiales curriculares ágiles y cercanos. En los primeros capítulos, se podrá observar una recopilación de información acerca de esta metodología con la poder aterrizar en el concepto y componentes del Aprendizaje Cooperativo para, más tarde, generar unas orientaciones para poder implementarlo en las aulas.

Para concluir, se han tomado los contenidos de expresión corporal, condición física y juegos y deportes del área de Educación Física en los que se aportan numerosas actividades sobre las que el lector pueda elegir y diseñar su propia sesión, así como herramientas para su correcta intervención, proponiendo además diversas técnicas y estrategias que han sido trabajadas previamente con alumnos de educación secundaria. Si bien existen juegos y actividades que podrían ser adaptadas para la etapa de educación primaria, sobre todo las centradas en los dos primeros bloques de contenidos nombrados, la propuesta realizada se dirige al alumnado de 12 a 16 años. Todo ello, fundamentado en la evaluación individual y a través del grupo cooperativo.

¡Comenzamos!

Capítulo 1
**Aterrizando en el concepto de aprendizaje
cooperativo**



1. QUÉ ENTENDEMOS POR APRENDIZAJE COOPERATIVO

El Aprendizaje Cooperativo es un término que ha variado mucho en su definición en función de los diferentes autores. Según Barkley et al. (2007), esto es debido a que los conceptos cooperación y colaboración tienen un sentido similar. A continuación, proponemos diferentes definiciones con la intención de ofrecer una imagen completa de este modelo pedagógico.

Una primera definición, la cual nos parece la más adecuada para destacar esta metodología didáctica, sería que el Aprendizaje Cooperativo es el trabajo por equipos, normalmente pequeños y heterogéneos, en el que los alumnos trabajan juntos para mejorar el propio aprendizaje y el de los demás (Fernández-Río et al., 2017; Johnson et al., 2013; Sharan, 2014). En una línea parecida, mencionando al trabajo en equipos, se encuentra Pujolàs (2008), que hace referencia a la interacción de los alumnos en equipos reducidos,

señalando el concepto de participación igualitaria como elemento definitorio del Aprendizaje Cooperativo. Su descripción completa sería la siguiente: “podemos definir el Aprendizaje Cooperativo como el uso didáctico de equipos reducidos de alumnos, generalmente de composición heterogénea en rendimiento y capacidad, aunque ocasionalmente pueden ser más homogéneos, utilizando una estructura de la actividad tal que asegure al máximo la participación igualitaria (para que todos los miembros del equipo tengan las mismas oportunidades de participar) y se potencie al máximo la interacción simultánea entre ellos, con la finalidad de que todos los miembros de un equipo aprendan los contenidos escolares, cada uno hasta el máximo de sus posibilidades y aprendan, además, a trabajar en equipo” (Pujolàs, 2008, p. 231).

Partiendo de este planteamiento, otros autores han matizado diversas cuestiones que nos parecen de gran interés. En relación con el trabajo por grupos y refiriéndose al tamaño de alumnos por conjunto, Slavin (1987) destaca que en el Aprendizaje Cooperativo los alumnos trabajan juntos en grupos pequeños, ayudándose conjuntamente para aprender un determinado contenido del currículo. Por su parte, Lobato (1998) hace referencia al Aprendizaje Cooperativo como un medio para conseguir resultados más significativos para todos, aumentando su motivación hacia la tarea, mejorando el clima de aula y permitiendo un desarrollo de sus habilidades sociales. Otros autores como Dyson (2002), también hacen referencia al desarrollo de habilidades sociales y no únicamente a la mejora de determinados objetivos académicos.

Dentro de los enfoques didácticos de la Educación Física, especial mención merece el planteamiento de Casey y Dyson (2012), los cuales aluden al Aprendizaje Cooperativo como un verdadero modelo pedagógico que aúna aprendizaje, enseñanza, contenido y contexto. Éste es observado como un modelo centrado en el alumnado, siendo capaz de promover la participación y la mejora académica de los alumnos (Silva et al., 2021). Como se podrá leer en los siguientes subapartados, el Aprendizaje Cooperativo integra cinco componentes, los cuales hemos tomado como base en la redacción de nuestra propuesta de actividades de enseñanza-aprendizaje, siendo identificados de forma crítica y descritos ampliamente por diversos autores en la literatura científica (Casey & Goodyear, 2015; Dyson & Casey, 2016).

Por todo ello, dentro de nuestra materia de Educación Física, el Aprendizaje Cooperativo ha sido importante en los cuatro dominios de aprendizaje: dominios físico, cognitivo, social y afectivo (Casey & Goodyear, 2015), como se verá desglosado más adelante, en la implementación de nuestra metodología didáctica en el capítulo segundo de este libro.

2. QUÉ NO ES APRENDIZAJE COOPERATIVO

En cualquier caso, el Aprendizaje Cooperativo no puede confundirse con aprendizaje colaborativo. Ambos suelen ser usados de forma indistinta para tratar de explicar la interacción entre los alumnos (Bayer, 1990; Britton et al., 1975; Bruffee, 1973, 1984, 1993; Golub, 1988). En este sentido, Dillenbourg (1999) proporcionó una definición de Aprendizaje Cooperativo y colaborativo de manera conjunta: “es una situación en el que dos o más personas aprenden o intentan aprender algo juntos” (p. 1). Bruffee (1995) hace la distinción entre un término y otro señalando que la meta del Aprendizaje Cooperativo es trabajar juntos en armonía y apoyo mutuo para encontrar la solución al problema, mientras que el aprendizaje colaborativo busca desarrollar personas autónomas y reflexivas. El autor estima que el uso de la expresión “cooperativo” se ha de relacionar con el trabajo con niños o adolescentes y “colaborativo” es más pertinente para personas universitarias o adultas (Bruffee, 1995), si bien este hecho no suele concordar con la redacción de los elementos curriculares en diversas leyes educativas. Por ello, para establecer un enfoque común, Smith y MacGregor (1992) definieron al aprendizaje colaborativo como un término paraguas para una variedad de estrategias educativas que involucran un esfuerzo intelectual conjunto entre los alumnos o de los alumnos y sus profesores.

Por otro lado, el Aprendizaje Cooperativo tampoco debe confundirse con el trabajo en grupos. Todo trabajo cooperativo es grupal, pero no todo el trabajo que se realiza en grupos es cooperativo (Prieto & Nistal, 2009). De hecho, el colocar a los alumnos en grupos de trabajo y ofrecerles una determinada tarea académica, aunque se trabajen uno o varios objetivos de aprendizaje, no es una condición indispensable para conseguir la cooperación (Johnson et al., 1999a, 1999b).

El uso inadecuado de esta búsqueda de trabajo en equipo o trabajo en grupos, muy alejados de la adecuada puesta en escena de técnicas de Aprendizaje Cooperativo, puede conllevar la aparición de conductas perjudiciales para la convivencia. Los miembros con menor capacidad y esfuerzo a veces dejan que otros completen las tareas colectivas, creando el conocido efecto de “polizón” (Kerr & Bruun, 1981). De igual manera, el que hace el trabajo puede esforzarse menos, evitando el efecto de “succión” que provoca el hecho de hacerlo todo (Kerr, 1983). Cuando se trabaja en grupo, también ocurre que los estudiantes menos capaces someten a los más capaces, pudiendo adoptar roles de liderazgo que los beneficien a expensas de los demás, creando el efecto de “el rico se hace más rico” (Johnson et al., 1999a).

Otros autores, por ejemplo, Cohen (1994), hacen referencia al control o dominancia de las discusiones en el grupo o en la tarea. La autora, al igual que otros investigadores, coincide que no basta con poner personas juntas para lograr que elaboren o desarrollen una tarea colaborativa de un modo eficaz, sino que todavía no son capaces de llegar hasta el fondo de esa observación. Esta es una cuestión clave, sobre la que centraremos buena parte de nuestra aportación. Johnson y Johnson (1999), se refieren a la tendencia de algunos alumnos a trabajar de forma individualizada sin aceptar los acuerdos grupales. Y, finalmente, Johnson et al. (1999a), nombran la rebelión contra una tarea mencionando la negativa de un miembro del conjunto a realizar una determinada acción o desempeñar su función en el grupo.

3. COMPONENTES DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

Por lo expuesto en el subapartado anterior, el Aprendizaje Cooperativo pretende evitar los problemas surgidos por el trabajo grupal de los alumnos, asumiendo cada uno de ellos su rol y colaborando para alcanzar los objetivos académicos y sociales propuestos por el docente, el cual será el guía del proceso de aprendizaje del alumno. Como se refiere Gavilán (2009), cuando dos visiones distintas de la realidad entran en contacto, se produce una reestructuración de la cognición que provoca el aprendizaje y la comprensión.

En consecuencia, la cuestión sería determinar qué principios garantizan esa interacción efectiva entre los alumnos que los va a llevar a alcanzar las metas académicas y sociales propuestas por el profesor (Velázquez-Callado, 2013). Johnson y Johnson (1994) plantean que únicamente bajo ciertas condiciones se puede esperar que los esfuerzos cooperativos sean más productivos que los competitivos e individualistas. Ya en su momento, diversos autores afirmaron que las actividades cooperativas deberían ocupar entre el 60% y el 70% del tiempo, las actividades individuales alrededor del 20% y la competición entre el 10 y el 20% (Johnson & Johnson, 1999; Slavin, 1999). Esas condiciones son (Johnson & Johnson, 1994):

1. Interdependencia positiva claramente percibida.
2. Interacción promotora, preferiblemente cara a cara.
3. Percepción clara de responsabilidad individual y responsabilidad personal para alcanzar los objetivos grupales.
4. Uso frecuente y relevante de las habilidades interpersonales y de grupos pequeños.
5. Procesamiento frecuente y regular del funcionamiento del grupo para mejorar la eficacia de este en el futuro.

Estos dos autores se refieren a estos cinco componentes fundamentales que debería tener todo planteamiento para ser considerado Aprendizaje Cooperativo. Así, muchas veces, el docente aplica técnicas de Aprendizaje Cooperativo, como las que veremos en apartados posteriores, y, sin embargo, no asegura que se cumplan estos elementos fundamentales del modelo, lo que, probablemente, no permitirá que se consigan los objetivos esperados. Pasamos, por tanto, a describir cada uno de estos elementos básicos del Aprendizaje Cooperativo.

3.1. INTERDEPENDENCIA POSITIVA

Dentro de la realidad de Aprendizaje Cooperativo, los alumnos han de tener dos responsabilidades: (1) aprender el contenido, la información o las funciones o los roles comprendidos en el material asignado; y (2) asegurarse de que todos los miembros del grupo aprendan ese contenido. El término técnico para esa doble responsabilidad es la interdependencia positiva (Johnson & Johnson, 1994).

Como consecuencia de la interdependencia positiva, los alumnos perciben que están vinculados con los demás miembros de grupo de tal manera que no pueden tener éxito a menos que sus compañeros de grupo lo hagan (y viceversa). Además, la interdependencia positiva favorece la coordinación de sus esfuerzos con los de sus compañeros para completar una tarea (Johnson et al., 1999a).

Cuando se entiende claramente la interdependencia positiva, se establece que (Johnson et al., 1999a):

1. Los esfuerzos de cada miembro del grupo son necesarios e indispensables para el éxito grupal. Es decir, no puede haber “polizones”, alumnos que muestren una clara falta de esfuerzo y que, por tanto, se aprovechan del trabajo de los demás compañeros para alcanzar las mismas metas educativas.
2. Cada integrante del grupo tiene una aportación única que hacer al esfuerzo conjunto debido a sus recursos y responsabilidades de rol y tarea.

Hay diferentes formas de estructurar la interdependencia positiva dentro de un grupo de aprendizaje (Johnson & Johnson, 1994):

- Interdependencia positiva de objetivos. Los alumnos advierten que pueden alcanzar sus objetivos de aprendizaje si y solo si todos los

miembros de su grupo también los logran. El grupo está unido en torno a un objetivo común. Para confirmar que los alumnos creen en ello y se preocupan por lo que aprenden los demás, el profesor debe estructurar un objetivo claro o meta común. La meta del grupo siempre tiene que ser parte de la tarea.

- Interdependencia positiva de recompensa-festejo. Cada miembro del equipo recibe la misma recompensa cuando el grupo logra sus metas. Para complementar la interdependencia positiva, los docentes pueden añadir recompensas conjuntas (por ejemplo, si todos los miembros del grupo obtienen un 90% de puntuación máxima, cada uno de ellos recibirá puntos de bonificación). A veces, los profesores otorgan a los alumnos: 1) Una calificación grupal por la producción general del colectivo; 2) una calificación individual resultante de los exámenes o controles; y 3) puntos extra si todos los miembros del grupo alcanzan los objetivos de las pruebas. Las celebraciones o festejos en reconocimiento a los esfuerzos y el éxito del grupo mejoran la calidad de cooperación.
- Interdependencia positiva de recursos. Cada miembro del grupo tiene solo una parte de los recursos, la información o los materiales necesarios para completar la tarea. Los recursos, por tanto, deben ser conjuntados por los integrantes del grupo para lograr sus objetivos. Los profesores pueden resaltar las relaciones cooperativas dando a los estudiantes recursos limitados que deben compartirse (por ejemplo, una copia del problema o tarea por equipo) o dar a cada alumno parte de los recursos necesarios para que el grupo tenga que encajarlos, creando un procedimiento parecido a un rompecabezas.
- Interdependencia positiva de roles. A cada componente del grupo se le asignan roles complementarios e interconectados con las responsabilidades necesarias para completar la tarea grupal. Los docentes pueden crear una interdependencia de roles entre los alumnos cuando se les ofrecen roles complementarios como “lector, registrador, verificador de comprensión, alentador de participación y elaborador de conocimiento” (Johnson & Johnson, 1994, p. 32), siendo éstos vitales para la calidad del aprendizaje. Si bien los profesores no pueden evaluar continuamente la comprensión de cada alumno, sí es posible diseñar un proceso de verificación haciendo que los estudiantes trabajen de forma cooperativa, asignando a un miembro el rol específico de verificador.

A parte de las mencionadas con anterioridad, existen también otros tipos de interdependencia positiva. La *interdependencia positiva de tareas* posibilita la creación de una división del trabajo, de modo que las acciones de un miembro del grupo han de completarse para conseguir que los siguientes integrantes puedan realizar su propia responsabilidad. La *interdependencia positiva de identidad* permite establecer una identidad común a través de la creación de un nombre o lema. La *interdependencia positiva de amenaza externa* existe cuando los grupos compiten entre sí. Y, finalmente, la *interdependencia positiva de fantasía* se crea una vez que, a los miembros del grupo, se les requiere imaginar una hipotética situación.

Como fruto de un adecuado trabajo de la interdependencia positiva, la investigación ha demostrado que pueden obtenerse los siguientes resultados (Johnson et al., 1999a):

- La pertenencia a un grupo y la interacción personal de los alumnos no produce mayores logros a menos que la interdependencia positiva esté claramente estructurada.
- La combinación de objetivos y recompensas a la interdependencia aumenta más los logros que la interdependencia de objetivos por sí sola, es decir, ambos tipos de interdependencia están interrelacionados y no debemos dejar de trabajar unos por encima de los otros.
- La interdependencia de recursos no aumenta el nivel de logro si no existe interdependencia de objetivos dentro de nuestro grupo cooperativo.
- Y, finalmente, la interdependencia positiva ofrece el contexto adecuado para producir la interacción promotora, la cual expondremos en el siguiente subapartado.

3.2. INTERACCIÓN PROMOTORA CARA A CARA

El primer elemento del Aprendizaje Cooperativo, la interdependencia positiva, da como resultado el segundo componente de esta metodología cooperativa: la interacción promotora. Este tipo de interacción es aquella en que los discentes “alientan y facilitan los esfuerzos de los demás para lograr, completar y producir tareas para alcanzar las metas del grupo” (Johnson & Johnson, 1994, p. 33). Por sí misma, la interdependencia positiva puede tener algún efecto sobre los resultados en la tarea, si bien es la interacción promotora cara a cara la que realmente fomenta las interrelaciones positivas entre los alumnos, además de ofrecer un mejor ajuste psicológico y competencia social (Johnson et al., 1999a).

La interacción promotora se caracteriza por (Johnson & Johnson, 1994):

- Conseguir mutuamente ayuda y asistencia eficiente y efectiva. Esto es, ofrecer la información precisa que necesita cada alumno, mostrando en todo momento cercanía y colaboración.
- Intercambiar los recursos necesarios, como información y materiales, procesando, además, la información de manera más eficiente y efectiva. Para los alumnos, esto conlleva ser capaces de poder dialogar y llegar a acuerdos para que la búsqueda de información sea lo más concreta posible a los requerimientos pedidos por el docente.
- Proporcionar retroalimentación entre los alumnos para mejorar su posterior desempeño. En algunas de las actividades que proponemos en los siguientes apartados, se puede observar cómo los alumnos de los grupos o parejas entre sí recopilan información mediante la observación, o a través de algún instrumento de evaluación, para ofrecer feedback de calidad a los compañeros.
- Desafiar las conclusiones y el razonamiento de los demás miembros del grupo para promover una mayor calidad en la toma de decisiones y una mejor comprensión de los problemas acaecidos, siendo capaces de llegar a acuerdos comunes entre todos los integrantes del grupo.
- Animar e influenciar a los demás compañeros para el logro de metas comunes mediante el esfuerzo. Dicho de otra manera, el esfuerzo es innegociable y todos los alumnos han de ser ejemplo para alcanzar las metas comunes de su grupo cooperativo.
- Actuar de manera confiada y confiable, ofreciendo las herramientas necesarias para que los alumnos confíen en sus posibilidades y en las del equipo.
- Mantener una adecuada motivación para luchar por el beneficio común o, en otras palabras, el lenguaje oral y corporal ha de ser positivo para que todos los alumnos vayan a una y actúen como estructura muy potente.
- Y, finalmente, conseguir un equilibrado nivel de excitación caracterizado por baja ansiedad y estrés.

3.3. RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL

El tercer elemento esencial del Aprendizaje Cooperativo es la responsabilidad individual. La interdependencia positiva llevaba al alumno a percibir que el aprendizaje debe tener una doble perspectiva, en la que se debe tener siempre en cuenta tanto su propio avance como el de los compañeros. En este

sentido, la responsabilidad de cada uno en los aprendizajes también debe ser evaluada con esa doble perspectiva: si bien, en un primer momento, se debe evaluar el desempeño de cada alumno de forma individualizada, los resultados también deben reflejar cómo el trabajo del alumno ha colaborado al éxito del grupo. De esta manera trataremos de que cada alumno sea responsable de su parte del trabajo para el éxito del conjunto (Johnson et al., 1999a).

Es importante que el grupo sepa discernir quién necesita más ayuda, apoyo y aliento para completar las tareas, además de que todos los miembros sepan que no pueden “hacer autostop” en el trabajo de los demás (Johnson & Johnson, 1994, p. 33). Sin embargo, esta acción intentan hacerla algunos individuos debido a que, en ocasiones, es difícil identificar las contribuciones de cada miembro del grupo, cuando éstas son redundantes y cuando los componentes de ese conjunto no son responsables del resultado final del grupo (Harkins & Petty, 1982; Johnson et al., 1999a; Kerr & Bruun, 1981; Williams, 1981; Williams et al., 1981). Este hecho social se ha denominado “holgazanear” (Johnson & Johnson, 1994, p. 33).

El término holgazanear, o haraganería social, choca de frente con el propósito de los grupos de Aprendizaje Cooperativo, que no es otro que hacer que cada componente sea un individuo más fuerte por derecho propio. La responsabilidad individual es la clave para asegurar que todos los alumnos del grupo se refuercen mediante esta metodología. Después de participar en una lección cooperativa, todos los alumnos de cada equipo deben estar mejor preparados para completar tareas similares por sí solos (Johnson & Johnson, 1994), tal y como hizo referencia Vygotsky (1978) cuando afirmó “lo que los niños puedan hacer juntos en el presente, podrán hacerlo solos en el mañana” (p. 87).

A propósito de esa afirmación, Johnson y Johnson (1994), ofrecen un patrón para desarrollar el Aprendizaje Cooperativo en las aulas. En primer lugar, los alumnos asimilan conocimientos, habilidades, estrategias o procedimientos en cada grupo cooperativo. En segundo lugar, aplican ese conocimiento adquirido o realizan la habilidad, estrategia o procedimiento únicamente para demostrar su dominio personal de la materia. Finalmente, ese patrón asegura que los alumnos aprenden juntos y luego lo hacen solos. Para ello, los docentes deben evaluar cuánto esfuerzo está aportando cada miembro de forma individual, ofrecer feedback a los grupos y a cada uno, evitar que realicen esfuerzos innecesarios y asegurarse de que cada alumno sea responsable del resultado final de su equipo (Johnson et al., 1999a).

Las formas más frecuentes de estructurar la responsabilidad individual incluyen (Johnson & Johnson, 1994):

- Mantener un tamaño reducido del grupo. Cuanto menor sea el grupo, mayor será la responsabilidad individual.
- Evaluar de forma individual a cada alumno y, de manera paralela, evaluar de forma grupal.
- Examinar oralmente y de manera aleatoria a los alumnos, llamando a uno de ellos a presentar el trabajo de su grupo al profesor (en presencia del mismo grupo) o de toda la clase.
- Realizar una observación sistemática a cada grupo y registrar la frecuencia con la que cada alumno contribuye al trabajo grupal.
- Asignar a un alumno de cada grupo el papel de verificador, el cual ha de solicitar a los otros miembros del grupo que expliquen las razones y los razonamientos subyacentes de las respuestas del conjunto.
- Hacer que los alumnos muestren lo aprendido a otros compañeros, desarrollando una práctica conocida como explicación simultánea.

3.4. HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades interpersonales y de grupos pequeños constituyen el cuarto elemento del Aprendizaje Cooperativo. Los grupos cooperativos exigen que los alumnos aprendan tanto los contenidos académicos como habilidades interpersonales y de grupos pequeños necesarias para trabajar en equipo. Si no se aprenden estas habilidades, no será posible realizar las tareas. Cuanto mayor sea el éxito en el desarrollo de las habilidades interpersonales de los grupos de Aprendizaje Cooperativo, superior será la calidad y cantidad del aprendizaje (Johnson et al., 1999a).

Según Johnson y Johnson (1994), para coordinar los esfuerzos en el logro de objetivos comunes, los alumnos deben:

1. Conocer y confiar unos en otros.
2. Comunicarse con precisión y sin ambigüedades.
3. Aceptarse y apoyarse mutuamente.
4. Resolver el conflicto constructivamente.

Sin embargo, los alumnos, al igual que el resto de las personas, no saben de forma instintiva cómo interactuar con los demás de manera eficaz. Por ello, han de aprender las habilidades interpersonales y de grupos pequeños que necesitarán para la colaboración de alta calidad, sintiéndose motivados para emplearlas. Cuanto más hábiles socialmente sean los alumnos y más atención

presten a sus docentes en la enseñanza de habilidades sociales, mayor será el nivel de logro que se podrá esperar de los grupos de Aprendizaje Cooperativo (Johnson et al., 1999a).

Lew y Mesch (Lew et al., 1986a, 1986b; Mesch et al., 1986; Mesch et al., 1988), en sus estudios sobre la implementación del Aprendizaje Cooperativo a largo plazo, investigaron el impacto que produce ofrecer recompensas por el uso de habilidades sociales en la interdependencia positiva, así como por el logro académico en la dedicación de los grupos de Aprendizaje Cooperativo. En las tareas de habilidades cooperativas, se capacitó a los alumnos en el uso de cuatro habilidades sociales, con una frecuencia semanal, y a cada miembro de un grupo se le ofrecían puntos de bonificación en la calificación de una prueba si el profesor comprobaba que todos los miembros de su grupo demostraban poseer y utilizar por lo menos tres de las cuatro habilidades. La conclusión de estos estudios fue que, la combinación de interdependencia positiva, bonificación académica por el alto desempeño de todos los miembros del grupo y por las habilidades sociales, fomentaba un mayor nivel de logro.

3.5. PROCESAMIENTO GRUPAL

El quinto, y último, elemento esencial del Aprendizaje Cooperativo es el procesamiento grupal. El trabajo adecuado de un grupo se ve influenciado por el hecho de reflexionar o no sobre su funcionamiento, es decir, sobre su proceso. Por tanto, el docente debe habilitar momentos para la reflexión a lo largo de las sesiones sobre la práctica del Aprendizaje Cooperativo. Estos espacios permiten, por un lado, describir qué acciones de los miembros fueron útiles, cuáles y por qué, así como tomar decisiones sobre qué tipo de acciones continuar o, por el contrario, modificar (Johnson & Johnson, 1994, p. 34). Por tanto, el propósito de este quinto componente del Aprendizaje Cooperativo es aclarar y mejorar la efectividad en la aportación de sus integrantes a los esfuerzos del grupo para poder alcanzar los objetivos comunes.

Mientras tanto, el propio maestro observa de manera sistemática a los grupos de Aprendizaje Cooperativo, logrando una “ventana” a lo que los alumnos entienden o no mientras se explican unos a otros cómo completar la tarea. Al escuchar las explicaciones de estos, se genera una valiosa información al mismo tiempo que ellos comprenden las instrucciones dadas, los principales conceptos y estrategias que se están aprendiendo, además de los elementos básicos del Aprendizaje Cooperativo (Johnson & Johnson, 1994).

Existen dos niveles de procesamiento: por un lado, en grupos pequeños y por otro contando con la totalidad de la clase. Con la finalidad de garantizar que

se lleve a cabo el procesamiento en grupos pequeños, los docentes designan un tiempo al final de cada sesión para que cada grupo cooperativo procese la eficacia con la que trabajaron juntos. Dicho procesamiento (Johnson et al., 1999a):

1. Posibilita a los equipos concentrarse en mantener buenas relaciones entre sus componentes.
2. Facilita el aprendizaje de habilidades cooperativas.
3. Permite que los miembros reciban feedback sobre su participación.
4. Garantiza que los alumnos piensen tanto en su trabajo cognitivo como metacognitivo.
5. Provee una forma de festejar y reforzar el éxito grupal y las conductas positivas de sus miembros.

Algunas de las claves para el éxito en el procesamiento en grupos pequeños son (Johnson et al., 1999a):

- Ofrecer un suficiente y adecuado tiempo para que su realización.
- Proveer una estructura para el procesamiento.
- Enfatizar una retroalimentación positiva, permitiendo ir de lo general a lo específico.
- Conseguir mantener la participación de los alumnos en el procesamiento, animándolos a utilizar sus habilidades cooperativas durante el mismo.
- Transmitir experiencias manifiestas sobre el sentido del procesamiento.

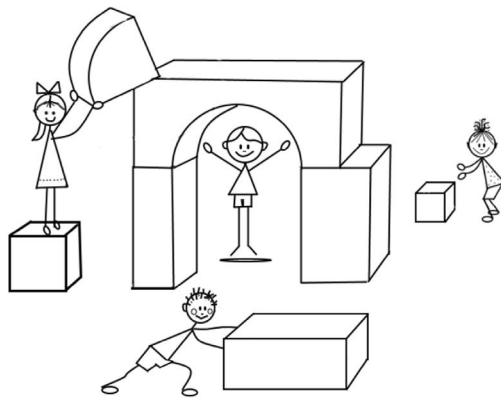
Además del procesamiento en grupos pequeños, el profesorado debe desarrollar periódicamente el procesamiento con toda la clase. Cuando se emplean grupos de Aprendizaje Cooperativo, el profesor observa los grupos, analiza los problemas que tienen como conjunto y ofrecer retroalimentación a cada grupo sobre el buen trabajo compartido. El docente observa y se mueve sistemáticamente de un grupo a otro, pudiendo usar una hoja de observación formal para recoger datos específicos de cada grupo. Al finalizar la clase, el profesor puede desarrollar una sesión de procesamiento conjunta, compartiendo con la clase los resultados de sus observaciones. Si en cada grupo hay un observador trabajando, los resultados de sus observaciones también pueden sumarse para obtener datos generales del grupo (Johnson & Johnson, 1994).

Un aspecto relevante del procesamiento tanto de grupos pequeños como de todo el grupo-clase son las celebraciones grupales y festejos. Sentirse exi-

toso, apreciado y respetado genera el compromiso de aprender, el entusiasmo por trabajar en grupos cooperativos y un sentimiento de autoeficacia hacia el dominio de la materia y el trabajo cooperativo con compañeros de la clase (Johnson & Johnson, 1994).

Capítulo 2

Hacia una práctica cooperativa del alumnado de Educación Física



1. IMPLEMENTACIÓN DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

Llevar a cabo el modelo pedagógico de Aprendizaje Cooperativo no es una labor sencilla. Muchos docentes han tratado de trabajarlo, aunque únicamente un pequeño porcentaje lo desarrolla de forma continuada, estable (Velázquez-Callado, 2015) y concienzuda (Fernández-Río, 2017). Durante los últimos años las propuestas para poner en práctica esta metodología en el área de Educación Física, se han centrado en el uso de los juegos cooperativos y no en estructuras o técnicas cooperativas (Fernández-Río, 2017), limitando su evolución. Entre los errores, miedos y problemas que definen su uso limitado encontramos los siguientes (Fernández-Río et al., 2013; Omeñaca & Ruiz-Omeñaca, 1999):

1. La preferencia de poner en escena planteamientos didácticos experimentados en la vida de alumno o recibidos en la formación previa como profesores.
2. El empleo en exceso de actividades o unidades didácticas con un planteamiento competitivo como motivación de los alumnos, incluso en las

- propias tareas cooperativas. Este elemento competitivo produce una desconexión excesiva de los alumnos de los objetivos cooperativos.
3. La desconfianza por cambiar de roles por parte de los docentes, asociado con una pérdida del control del aula. Para cooperar es necesario comunicarse con los alumnos, discutir, hablar en voz alta, etcétera.
 4. El lenguaje empleado en las clases de Educación Física por el profesor no ayuda, en ocasiones, a promover la cooperación. Algunos ejemplos serían: “a ver quién llega primero..., quién termine antes..., gana el que..., queda eliminado el que...” (Fernández-Río, 2017, p. 265).
 5. Las ganas de jugar a deportes o tareas competitivas por parte de algunos alumnos. La mayoría de la clase, gran parte de ellos se mantienen en silencio, es ahogada por ese porcentaje de alumnos disruptivos que, en algunas ocasiones, consiguen lo que desean.
 6. El incumplimiento de las normas durante el desarrollo de las actividades cooperativas, con objetivo de lograr el triunfo, hacen que los educandos se olviden del proceso del modelo para centrarse en los resultados. Ello es derivado por la influencia de la Educación Física tradicional.
 7. La actitud negativa y los reproches de algunos alumnos hacia los demás compañeros del grupo por no lograr ser los primeros, pese a que el objeto de la tarea no es competitivo.

Goodyear y Casey (2015) exponen que implementar el Aprendizaje Cooperativo no es uno de los conocimientos que reciben los profesores en el inicio de su formación en países como Reino Unido. En España, no hay estudios al respecto de esta cuestión, por ello, tanto formadores como investigadores, han de tener la obligación de impulsar y ofrecer las herramientas para ayudar y facilitar la labor docente a la hora de desarrollar modelos pedagógicos complejos como el citado en esta investigación. Como señala Cazden (1991), a veces, por déficit de estructuración o de una adecuada planificación, los únicos que trabajan de forma cooperativa en las aulas son las propias sillas y pupitres, y no los alumnos entre sí.

La puesta en práctica del Aprendizaje Cooperativo debe ser progresiva, con el fin de que el alumnado vaya asumiendo propiamente las distintas rutinas que implica este modelo pedagógico en Educación Física. Para ello, proponemos seguir el “Ciclo del Aprendizaje Cooperativo”, planteado por Fernández-Río (2017), como una propuesta metodológica dividida en tres fases fundamentales. A continuación, describimos estas.

1.1. FASE 1. CREACIÓN Y COHESIÓN DE GRUPO

El objetivo principal de esta primera fase sería crear grupos o clases donde todos los alumnos aprendan que pueden trabajar de forma conjunta con los demás compañeros. Asimismo, podrán empezar a sentir la generosidad de trabajar de forma conjunta con otros individuos (Fernández-Río, 2017).

Para conseguir alcanzar estos objetivos, es esencial que los agrupamientos de los alumnos sean flexibles en todas las actividades y tareas propuestas. No deben existir grupos fijos, sino que estos deben variar, dependiendo de la organización de la clase, pasando de formar a los alumnos en gran grupo, grupos pequeños o parejas. Tampoco existe una única manera de realizar los agrupamientos. En determinados momentos será el propio profesor el que organice el grupo-clase, animando, en otras ocasiones, a que sean los propios alumnos quienes lo organicen. Lo fundamental es que los alumnos hayan trabajado de diversas formas y con diversos compañeros prácticamente sin ser conscientes de ello. Algunos ejemplos de organización del aula serían preparar actividades o juegos por parejas, solicitándoles que, durante un tiempo concreto de la acción, habrían de trabajar con un número específico de compañeros; otra medida sería apremiar, desde las primeras sesiones del curso académico, a que las parejas de trabajo sean de organización mixta. De esta manera, animamos a nuestros alumnos a trabajar los unos con los otros dejando a un lado la barrera de la división de género que, habitualmente, se ha generado en la materia de Educación Física (Fernández-Río, 2017).

En consecuencia, el objetivo principal que se persigue en esta primera fase es conseguir que los alumnos vean a la clase como un gran grupo cooperativo, debido a que “solo se puede alcanzar con constancia y perseverancia por parte del docente en la formación de grupos durante todas las actividades” (Fernández-Río, 2017, p. 266). Se recomienda emplear esta primera etapa al inicio del curso escolar o estableciendo una rutina al comienzo de toda clase de Educación Física. Para poder alcanzar estos objetivos marcados, esta fase se ha de subdividir en otras cuatro que se presentan seguidamente (Fernández-Río, 2017):

1. **Presentación:** lo primero que se ha de conseguir es que todos los alumnos conozcan los nombres de sus iguales. Es por ello más sencillo integrar a un alumno si conoce los nombres de los demás y estos, a su vez, el suyo (Rohnke & Butler, 1986). Estas tareas de presentación no pueden estar exentas de trabajar elementos motores, ya que, en otras materias diferentes a la Educación Física, quedan en un segundo plano o ni se plantean. En segundo lugar, se persigue conocer a los compañeros un poco más a fondo, descubriendo aquellos aspectos más personales relacionados

con sus gustos y aficiones e, incluso, intereses de cara al futuro. Estos hallazgos permiten cohesionar a las personas entre sí, aspecto esencial para cimentar la cooperación (Fernández-Río, 2017).

2. Rompehielos: como su propio nombre indica, el objetivo primordial de esta subfase es romper el hielo y perder la vergüenza de trabajar de manera conjunta con otros compañeros (Rohnke, 1984). Las actividades y tareas han de ser amenas y divertidas, animando a los estudiantes a tomar contacto directo, incluyendo el propio contacto físico, entre sí. Asimismo, esos juegos ayudan los alumnos a definir y/o preservar un contacto físico respetuoso, sin incomodar o herir los sentimientos de sus iguales. Es, por tanto, responsabilidad del propio profesor controlar las acciones, pero también los sentimientos y sensaciones de los alumnos para conseguir crear un adecuado clima de aula cooperativo.
3. Confianza: cimentar adecuadamente la confianza entre los integrantes de un grupo es uno de los primeros aspectos que se ha de conseguir para posibilitar la cooperación entre estos. El objetivo es formar y generar las oportunidades necesarias para mostrar que los unos pueden confiar en los otros, depender de ellos y sentirse a gusto y realizados, sabiendo que sus compañeros los van a ayudar y cuidar (Henton, 1996). En Educación Física existen algunos contenidos que implican desafíos o retos que ofrecen un riesgo real y percibido por el propio participante. Estas dificultades son más sencillas de superar cuando los alumnos pueden confiar plenamente en su equipo. Sin embargo, la confianza no es un aspecto que se consiga de repente, requiere tiempo, dedicación, esfuerzo y ha de ser construido desde el interior de la persona. Reconocer a los compañeros de tu grupo-clase permite fortalecer la cooperación dentro de ese colectivo.
4. Autoconocimiento: conocerse mejor a uno mismo y descubrir sus virtudes y defectos es el objetivo principal de esta subfase. Este planteamiento persigue saber lo que uno es capaz de hacer, con la ayuda de los compañeros, para poder generar una colaboración hacia los demás. La mayoría de las tareas que se proyectan son con los ojos cerrados, de ahí la importancia de emplear los demás sentidos y, especialmente, de los componentes del equipo, lo que origina una cohesión grupal.

1.2. FASE 2. EL APRENDIZAJE COOPERATIVO COMO CONTENIDO A ENSEÑAR Y APRENDER

En esta segunda fase, el objetivo primordial reside en mostrar a los alumnos que pueden aprender a cooperar mediante unas sencillas técnicas. Los agrupamientos, al igual que en la primera fase, se mantienen flexibles, si bien, en determinadas actividades, ejercicios o sesiones, el profesor puede mantener las mismas parejas o pequeños grupos. Es recomendable trabajar las tareas en parejas, grupos de cuatro alumnos o en gran grupo (Fernández-Río, 2017).

Seguidamente, se presentan las técnicas más apropiadas para emplear en la materia de Educación Física (Fernández-Río, 2017):

- a) Resultado colectivo (del inglés “Collective Score”, Orlick, 1982). El objetivo básico de esta técnica es alcanzar un resultado global de la clase en vez de triunfos individuales, parejas o pequeños grupos. Con ese matiz de lograr un marcador colectivo, se le indica al alumnado el nuevo objetivo a trabajar, que no es otro que alcanzar la cooperación por encima de la competición. Cada alumno, por tanto, aportará su grano de arena al resultado colectivo. De esta forma, se empieza a desarrollar una de las características principales de la cooperación: la responsabilidad individual.

Con el fin de dar mayor relevancia al esfuerzo colectivo, es importante ofrecer una segunda oportunidad para intentar superar el primer marcador obtenido. El docente, en voz alta, preguntará qué se puede hacer para intentar alcanzar un mayor resultado, persiguiendo en los estudiantes trabajar un segundo elemento clave en el Aprendizaje Cooperativo: el procesamiento grupal.

De igual manera, el compartir ideas, escuchando y respetando a todos los compañeros para alcanzar la mejor solución posible, logra el desarrollo de habilidades interpersonales entre los alumnos.

- b) Desafío y cambio (del inglés “Challenge-Challenge-Trade, Colby, en Dyson & Casey, 2016, basado en “Quiz-quiz-Trade de Kagan, 1990). La finalidad es conseguir que todos los alumnos que conforman la clase sean capaces de trabajar los unos con los otros en cualquier instante. En esta técnica, “a cada estudiante se le da una tarjeta-desafío que contiene una tarea relacionada con la habilidad que se ha trabajado en la sesión” (Fernández-Río, 2017, p. 267). En un momento dado, el profesor solicita que todas las tarjetas se levanten a una mano y se organicen por parejas, chocándolas e intercambiándolas para realizar

el desafío que a cada uno le corresponde. Una vez se ha terminado esa tarea, los alumnos vuelven a levantar la mano y se reagrupan de nuevo formando nuevas parejas y cumpliendo nuevos desafíos.

- c) Parejas-Comprueban-Ejecutan (del inglés “Pairs-Check-Perform”, Grineski, 1996, basado en “Pairs-Check”, Kagan, 1992). En esta técnica se organizan grupos de cuatro alumnos en los que unos a otros se ayudan en su aprendizaje. En cada uno de los grupos, se unen dos parejas, dentro de las cuales un miembro se encarga de la ejecución de la tarea y el otro le ofrece feedback.

Tras un tiempo de ejecución, o cuando ambos miembros de cada una de las parejas han realizado correctamente la práctica, se juntan de nuevo en el grupo y comprueban la correcta ejecución de la tarea solicitada. En esta técnica, para poder ayudarse unos a otros, el profesor debe proporcionar a los alumnos una herramienta, o “claves” (Fernández-Río, 2017, p. 267), que les permita dar la información y ofrecer feedback de manera adecuada y concreta a los demás. Esta enseñanza a través de claves (Fernández-Río, 2006; Fernández-Río & Méndez-Giménez, 2013), propicia que los alumnos manejen la suficiente información para procesarla, memorizarla y difundirla, lo que permite el aprendizaje, y la consecuente cooperación, entre los estudiantes (Fernández-Río, 2017).

- d) Ejecutor y Entrenador Ganan Recompensas (del inglés “Performer and Coach Earn Rewards” (PACER), Barrett, 2005). Esta es una técnica parecida a la anterior, en la cual el docente expone el contenido de una o varias tareas (normalmente habilidades deportivas) mediante fichas o tarjetas. En ese material, los alumnos cuentan con una serie de propuestas prácticas y el número mínimo que han de ejecutar de estas. En cada uno de los grupos, los alumnos se van organizando para realizar las tareas solicitadas y ejercer el rol de docente, mediante el uso de claves (Fernández-Río, 2006; Fernández-Río & Méndez-Giménez, 2013). Una vez los estudiantes han alcanzado ese número mínimo de tareas, el profesor comprobará si todos los alumnos son capaces de ejecutarlas correctamente, pudiendo otorgar puntos por la correcta ejecución. Si todos los integrantes del grupo consiguen el visto bueno del docente, tendrán la oportunidad de realizar una práctica de juego real de la modalidad deportiva trabajada.

1.3. EL APRENDIZAJE COOPERATIVO COMO RECURSO PARA ENSEÑAR Y APRENDER

Una vez se llega a esta tercera, y última fase, los alumnos ya han adquirido una adecuada experiencia en el modelo pedagógico de Aprendizaje Cooperativo. Por consiguiente, es el momento oportuno para que el profesor plantee nuevas estructuras y técnicas más complejas donde la cooperación se trabaje de forma constante. Los agrupamientos en este momento son de grupos de base (Pujolàs, 2008) de cuatro estudiantes, los cuales se mantendrán estables durante toda una unidad didáctica, o varias. La elección de cuatro alumnos por grupo se debe a que en grupos mayores la cooperación es más complicada y dista de la premisa de cooperar de modo efectivo y real. La formación de estas agrupaciones es tarea del docente “en función de las sinergias existentes en el grupo-clase” (Fernández-Río, 2017, p. 267), y de forma heterogénea en función del género, etnia, niveles de habilidad y amistades, etcétera.

Algunas de las complejas técnicas que pueden ser empleadas en Educación Física, son las siguientes (Fernández-Río, 2017):

- a) Piensa-Comparte-Actúa (del inglés “Think-Share-Perform”, Grineski, 1996, basado en “Think-Pair-Share”, Kagan, 1992). Esta técnica ofrece, inicialmente, a los alumnos un problema que deben resolver en equipo. Los alumnos han pensar de manera individual, para después exponer, discutir y negociar las ideas de cada uno. Únicamente, tras haber trabajado esta secuencia se puede encontrar una solución común a todos los integrantes del grupo, habiendo de reevaluar la propuesta planteada en caso de no alcanzar los objetivos planteados. Al encontrarnos en un área como la Educación Física, los problemas han de ser, fundamentalmente, de ámbito motor y que requieran esfuerzo físico destacando, por ejemplo, los desafíos físicos cooperativos (Fernández-Río, 1999).

Es esencial concienciar a los grupos de alumnos que no completen las actividades sin haber desarrollado la secuencia nombrada anteriormente. Solo si se cumple ésta, se estará poniendo en práctica el Aprendizaje Cooperativo de forma adecuada, por lo que se requiere paciencia en el proceso enseñanza-aprendizaje.

- b) Grupos de Aprendizaje (Fernández-Río, 2006, del inglés “Learning Teams”, Grineski, 1996; “Learning Together”, Johnson & Johnson, 1975; “Students Teams-Achievement Divisions”(STAD), Slavin, 1980). La premisa fundamental de esta técnica es incrementar el aprendizaje, elevando el tiempo de trabajo motriz de los alumnos. En cada uno de los equipos se establecen dos roles: un alumno ejecutor, es decir, el que

realiza la actividad concreta; y otro alumno pasivo a nivel motor, aunque no a nivel cognitivo, pudiendo desarrollar tareas de instructor, árbitro o anotador. Es necesario, por tanto, el uso de claves para posibilitar el rol de profesor a los alumnos (Fernández-Río, 2006; Fernández-Río & Méndez-Giménez, 2013).

- c) Rompecabezas o Puzzle (del inglés “Jigsaw”, Aronson et al., 1978). Esta es una de las técnicas de Aprendizaje Cooperativo más conocidas, pero también exige que los docentes y estudiantes la preparen adecuadamente para su correcta aplicación dada su complejidad. En este sentido, cada integrante del grupo cooperativo es el encargado de aprender una parte de la información a trabajar hasta convertirse en experto de ese contenido. Una vez ocurre esto, cada alumno experto en su materia vuelve a su grupo y expone la información a sus compañeros, dependiendo los unos de los otros para desarrollar el contenido a trabajar (Fernández-Río, 2017).
- d) Invención de Juegos/Tareas (Fernández-Río, 1999, basado en Orlick, 1978, 1982). Esta técnica es el escalafón de dificultad más elevado en Aprendizaje Cooperativo. Para ello, según Kirchner (2005), el diseño o invención de una tarea requiere de un elevado nivel de cooperación. El profesor solicita a los grupos de alumnos que “diseñen un juego/tarea en base a unas premisas: objetivo principal, número de participantes, espacio de juego, materiales necesarios y reglas básicas” (Fernández-Río, 2017, p. 268). Previamente a compartir ese invento, los alumnos han de probar ese juego/tarea e, incluso, realizar las modificaciones oportunas. Para finalizar, cada grupo de Aprendizaje Cooperativo muestra a los demás las actividades que han creado.
- e) Competición sin excesos. Integramos en este libro una nueva técnica con la cual buscamos cooperativizar la competición. Es decir, se mantiene la estructura competitiva, pero con tiempos tan cortos (de unos dos a cuatro minutos, aproximadamente) o la victoria a tanteos bajos (alcanzar dos, tres o cuatro puntos) que siempre existe una reválida cercana para que los alumnos se recuperen de la derrota o para que no saboreen en exceso la victoria porque inmediatamente después juegan una nueva partida.

En resumen, el Ciclo del Aprendizaje Cooperativo (Fernández-Río, 2017), es una propuesta metodológica en la que los profesores puede pasar de una fase a otra, según las características y necesidades de su grupo de alumnos,

para alcanzar y reforzar sus objetivos cooperativos. Para la consecución de una adecuada cohesión grupal es necesario empezar con técnicas simples y poder, así, continuar el trabajo cooperativo con técnicas más complejas. No se debe finalizar este apartado sin nombrar uno de los elementos que más pasa inadvertido, el cual permite, además, fijar el Aprendizaje Cooperativo: la reflexión común final (Fernández-Río, 2003). El docente realiza preguntas tales como: “¿Todo el mundo pudo expresar su opinión?, ¿habéis tenido todos suficiente tiempo de práctica?, ¿cómo te sentiste con tu aportación a la tarea? o ¿qué situaciones requirieron paciencia?” (Fernández-Río, 2017, p. 268) en los últimos cinco minutos de cada sesión, centrando la atención en algún aspecto cooperativo que se quiera destacar.

2. VENTAJAS DE APLICACIÓN DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

Metzler (2011) argumenta que el Aprendizaje Cooperativo es un modelo que aborda tanto el proceso como los resultados. Es decir, al aplicar los logros del aprendizaje a esta metodología en Educación Física, el Aprendizaje Cooperativo fomenta el desarrollo de las capacidades físicas que puede influir en la mejora del rendimiento académico.

Diversos estudios han mostrado las bondades del uso de las técnicas de Aprendizaje Cooperativo para la mejora de las habilidades y el conocimiento táctico en deportes (Casey et al., 2009), incrementar el tiempo de práctica y de aprendizaje motor (Barba, 2010), reforzar las relaciones motrices entre los estudiantes (Sáez de Ocáriz & Lavega, 2015), fomentar la inclusión de alumnos con necesidades educativas especiales (ACNEE) (Lavega et al., 2014), generar profundas emociones positivas (Miralles et al., 2017) o, incluso, el desarrollo de la identidad profesional del profesor (Córdoba et al., 2016).

De igual forma, existe una conexión entre el desarrollo y el uso de las habilidades interpersonales en los alumnos, vinculados con una participación significativa en el aprendizaje (aprendizaje social), así como su fomento entre los alumnos para mejorar la motivación, la autoestima o la confianza en sí mismo dentro de su proceso de aprendizaje (aprendizaje afectivo) (Bailey et al., 2009; Casey & Dyson, 2009). Por medio del Aprendizaje Cooperativo, los alumnos aprenden sobre el movimiento relacionado con la actividad física y comprenden cómo sus acciones son relevantes, significativas y transferibles al desarrollar juntos su aprendizaje sin la instrucción directa del docente (Bähr & Wibowo, 2012).

Con el fin de analizar todas estas contribuciones del Aprendizaje Cooperativo, seguiremos la revisión de la literatura científica realizada por Casey

y Goodyear (2015). Tras analizar 27 estudios, estos autores clasifican las contribuciones de la metodología cooperativa en cuatro ámbitos: (a) aprendizaje académico; (b) aprendizaje social, (c) participación en equipo, y (d) aprendizaje afectivo. A continuación, se exponen las ventajas de este método en cada uno de estos ámbitos.

2.1. APRENDIZAJE ACADÉMICO

El Aprendizaje Cooperativo, como principio, estrategia o método pedagógico, es señalado, por una gran cantidad de autores, como aquel que permite obtener un mayor logro escolar basado en que el éxito de cada alumno repercutirá en el éxito del grupo (Cohen, 1994, Ovejero, 1990, Slavin, 1982). La unión del desarrollo de habilidades sociales, junto con el aprendizaje propiamente académico, permite al Aprendizaje Cooperativo ser visto como un método para promover las habilidades interpersonales entre el alumnado, siendo capaces de interactuar en un mundo económico y social en constante variación (Kagan & Kagan, 2009).

Otra de las razones para la mejora del aprendizaje académico es el aumento de las ocasiones para comunicar entre los alumnos. Las discusiones y el aumento del tiempo de aula, para posibilitar una mayor interacción cara a cara, brindaron a los estudiantes la oportunidad de resolver problemas y participar en pensamientos de orden superior (Casey, 2004; Darnis & Lafont, 2013; Dyson & Strachan, 2004; Gossett & Fischer, 2005; Hastie & Casey, 2010). Las interacciones entre los compañeros se convierten en promotoras de los resultados de aprendizaje, centradas en la tarea, en lugar de ser banales y centradas en cualquier otro aspecto que no sea la acción en sí misma (Smith & Parr, 2007). El Aprendizaje Cooperativo creó más oportunidades para disipar el uso y la comprensión de las tácticas complejas, ofreciendo un valioso tiempo para que los estudiantes tuvieran más oportunidades en diversas actividades centradas en sus intereses (Casey & Goodyear, 2015).

Para finalizar este primer dominio académico, según Parker (1997), el Aprendizaje Cooperativo facilita un estupendo formato instruccional para desarrollar un aprendizaje activo en el aula. Por su parte, Dyson et al. (2004) animan a los alumnos a interactuar entre sí para aprender de las experiencias que son creadas en gran medida por ellos mismos.

2.2. APRENDIZAJE SOCIAL

Grineski (1998), en colaboración con los hermanos Johnson, manifiestan que el Aprendizaje Cooperativo no es una solución mágica, pero que pone

al alcance del profesor una herramienta muy potente para ser más efectivo al promocionar interacciones sociales positivas. Kagan (1994) se refiere al Aprendizaje Cooperativo como una metodología de trabajo colaborativa, solidaria y socializadora que permite que los alumnos se animen, apoyen y trabajen juntos para mejorar su aprendizaje y el de los demás, siendo responsables tanto de sus éxitos como de sus fracasos. Pliego Prenda (2011), señala que una estructura de Aprendizaje Cooperativo fomenta interacciones positivas entre los alumnos, y entre estos y el propio docente, convirtiéndose, según la autora, en una estrategia instruccional de primer nivel, incluso con alumnos con necesidades de integración social.

De acuerdo con los argumentos de Casey et al. (2009), existe una similitud entre aprendizaje social y académico, dentro del Aprendizaje Cooperativo. Por ello, mencionando las discusiones de Metzler (2011) sobre su modelo basado en los logros y los procesos, el aprendizaje social se presupone como el resultado de aprendizaje fundamental en este modelo pedagógico. Estos resultados informan de las ventajas del aprendizaje social, incluyendo: la mejora de habilidades y relaciones interpersonales; la capacidad de escuchar a los demás integrantes del grupo; y el intercambio de ideas y la creación de nuevas vías de entendimiento conjuntas (Casey, 2013; Casey & Dyson, 2009; Casey et al., 2009; Dyson, 2001, 2002; Dyson & Strachan, 2000, 2004; Goudas & Magotsiou, 2009).

Sin embargo, el Aprendizaje Cooperativo no es únicamente lo nombrado en los párrafos anteriores, hay más, puesto que el aprendizaje social también consistió en mostrar cuidado, preocupación, empatía, respeto mutuo, apoyo y estímulo conjunto para posibilitar el aprendizaje (Bayraktar, 2011; Casey et al., 2009; Dyson, 2001, 2002; Dyson & Strachan, 2000; Goudas & Magotsiou, 2009; Johnson et al., 1984; Yoder, 1993).

Uno de los motivos por los que los alumnos manifiestan su cooperación y muestran empatía y respeto por los demás compañeros de equipo, es el desarrollo de una habilidad de liderazgo establecida previamente por los mismos (Darnis & Lafont, 2013; Dyson, 2001; Dyson & Strachan, 2000). Estas habilidades de liderazgo mencionadas fueron evidentes mediante la capacidad de los alumnos para guiar a sus equipos durante el proceso de aprendizaje, la capacidad para asumir responsabilidades, tanto propias como de los demás integrantes, mejoradas habilidades de comunicación y, en especial, la capacidad para escuchar y hablar con claridad (Casey, 2004; Darnis & Lafont, 2013; Dyson, 2002; Dyson & Strachan, 2000, 2004; O'Leary & Griggs, 2010).

2.3. PARTICIPACIÓN EN EQUIPO

A través de la integración de técnicas de equipos de aprendizaje en la metodología cooperativa, se observó que una gran cantidad de estudios incluían algunos de los elementos esenciales del Aprendizaje Cooperativo vistos con anterioridad. La interdependencia positiva, implementada mediante la asunción de roles relativos a los equipos de aprendizaje (Dyson, 2001, 2002; Goodyear et al., 2013, 2014), y la responsabilidad individual, puesta en práctica a través de las firmas de los alumnos en los contratos de equipo, críticas constructivas de los compañeros, constante supervisión de los integrantes del grupo, además de las interacciones del propio docente y el registro de hojas de verificación sobre el desempeño en la acción (Dyson et al., 2010).

Cuando los alumnos se familiarizaban con la metodología de Aprendizaje Cooperativo, su participación fue más activa, ya que los alumnos mejoraron su capacidad de concentración en la mayoría de las sesiones (Dyson & Strachan, 2004; Dyson et al., 2010; Goudas & Magotsiou, 2009; O'Leary & Griggs, 2010), volviéndose cada vez menos dependientes del profesor y más autónomos.

2.4. APRENDIZAJE AFECTIVO

Tomando como referencia la reciente revisión de Dyson et al. (2020), en relación con la enseñanza social y emocional, se ha observado que, cuando se produce la combinación de aprendizaje social y afectivo, se contribuye al desarrollo de esa enseñanza socioemocional como elementos esenciales dentro de un programa integral de Educación Física (Dyson, 2014; Jacobs & Wright, 2014; Richards et al., 2019).

Tomando como referencia los trabajos de Bailey et al. (2009), Kretchmar (2005) y Pope (2005), el aprendizaje afectivo en Educación Física, y dentro también de la pedagogía deportiva, se vincula con aspectos psicológicos como la confianza en uno mismo, la autoestima y la motivación. Esta falta de investigación empírica en este campo parece ser debida a que el aprendizaje afectivo es un tanto difícil de definir debido a su naturaleza subjetiva y personal (Pope, 2005).

Sin embargo, aunque falten estudios en este sentido, existen evidencias sobre el dominio afectivo, en el cual los alumnos aumentaron su autoconfianza, autoestima y motivación (Goodyear et al., 2014). Autores como Cohen y Zach (2013), emplearon instrumentos para medir la autoeficacia del docente en prácticas, observando que los profesores que usaron una metodología más tradicional mostraban una mayor autoeficacia. Casey (2014) justifica este

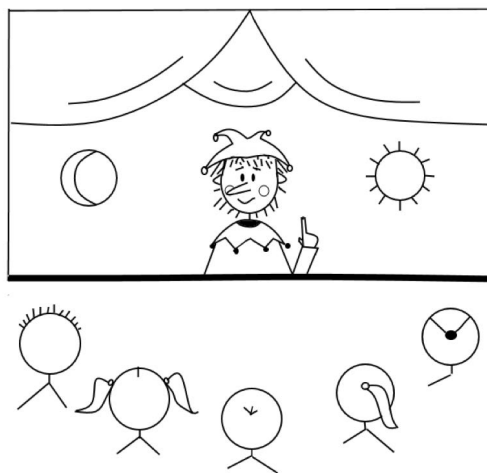
hecho debido a que tanto los profesores en prácticas como en servicio, frecuentemente se sienten fuera de su zona de confort cuando les toca aprender a enseñar con una nueva didáctica.

Tras este hecho, Wang (2012) empleó una escala de motivación de logro con alumnos de estudios superiores empleando unidades didácticas de Aprendizaje Cooperativo. El autor observó que los alumnos que experimentaron la metodología cooperativa mostraron una mayor motivación de logro. Wang (2012) sugirió que el aumento de esta motivación podría estar interrelacionado con una mayor autoeficacia de los alumnos, experiencias exitosas, metas grupales y relaciones positivas entre iguales. Por ello, el estudio de Wang (2012) es el primero en el área de Educación Física que proporciona una orientación similar a las tesis de Johnson y Johnson (2009) y de Slavin (1996), afirmando que, para aumentar la motivación y el compromiso en el grupo, los alumnos deberían recibir recompensas por su aprendizaje. Estos descubrimientos inspiran a pensar que los objetivos positivamente interrelacionados y las recompensas individuales o de equipo, pueden impulsar la motivación de los alumnos al satisfacer sus necesidades, es decir, su autonomía, su competencia y su relación con los demás (Deci & Ryan, 2000).

Por otro lado, haremos referencia a la revisión de Dyson et al. (2020), dentro de la cual se encontraron estudios en relación al impacto de una intervención en Aprendizaje Cooperativo sobre la motivación de estudiantes de educación secundaria. En esta, los autores destacaron que el propio alumnado fue capaz de exponer sus sentimientos de disfrute y decepción dentro de la propia unidad didáctica desarrollada, lo que les facilitó el conocimiento de experiencias negativas sobre su propio aprendizaje y comportamiento. Asimismo, este hecho les ayudó indirectamente a nombrar y abordar los casos de decepción con miras a superarlos potencialmente.

En definitiva, y como ya predijo la autora Joyce L. Epstein (1985), lo que mejora el rendimiento y la motivación de los alumnos y sus relaciones intergrupales son las prácticas responsables, activas y participativas, y, por ello, el Aprendizaje Cooperativo facilita tales prácticas.

Capítulo 3
**El aprendizaje cooperativo en la expresión
corporal**



1. INTRODUCCIÓN A LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL

Estas dos primeras unidades didácticas están relacionadas con la expresión corporal y artística. Para Brikman y Yantorno (2006), la expresión corporal se configura como un proceso de enseñanza-aprendizaje donde el alumno reconoce sus posibilidades, las desarrolla dentro de acciones y secuencias de forma sensible y consciente, asumiéndolas como experiencias que pueden transmitirse a otras situaciones. Para Larraz (2008, p. 50), “la expresión corporal solicita la creatividad y la sensibilidad, desarrolla el poder expresivo del cuerpo y permite la construcción de una motricidad expresiva”. Otros autores, como López-Tejeda y Fernández-Río (2004), hacían referencia a este contenido como caldo de cultivo excelente para potenciar capacidades como “el pensamiento crítico, las funciones reflexivas o determinados atributos personales como la creatividad o el pensamiento divergente” (p. 3).

La expresión corporal cuenta con diversos componentes dentro de la dimensión expresiva del movimiento. Esta concepción aglutina todas las manifestaciones motrices que implican el deseo de revelar el propio mundo (expresividad) y ponerlo en conocimiento de las demás personas (comunicación), mediante procesos de elaboración (creación) originales con un elemento estético significativo (estética) (Coterón & Sánchez, 2010). Dentro del ámbito de la Educación Física, estos componentes generan esa necesidad de formar íntegramente al estudiante. Por ello, y siguiendo a Parlebas (2003), prácticas como la danza, la gimnasia artística, la natación sincronizada o el acrosport, forman parte de las “acciones con intenciones artísticas y expresivas” que generan proyectos de acción colectiva (Coterón & Sánchez, 2010, p. 122).

Teniendo en cuenta lo anterior, Learreta et al. (2006) se preguntan: “¿no es posible asociar la expresión corporal con el gesto deportivo, la condición física, con las actividades en el medio natural, o con el desarrollo de las habilidades perceptivas?” (p. 22). En efecto, la expresión corporal está presente en todas las acciones motrices de nuestra materia y, aunque las respuestas que se generan de este contenido suelen ser siempre positivas, todavía existen ciertas reticencias a poder desarrollar adecuadamente la expresión corporal por su grado de reflexión, preparación y compromiso que genera el diseño de esta unidad didáctica a los docentes de Educación Física.

2. ESTRUCTURA DE LA SESIÓN DE EXPRESIÓN CORPORAL

La estructura de la sesión de expresión corporal se distribuirá en tres momentos, diferentes a la estructura del resto de unidades didácticas, basadas en el eje vertebrador planificación-acción-reflexión de Vaca (1996).

- Momento de encuentro: este momento es empleado por el profesor y los alumnos para predisponerse para la clase. En ella, se desarrollan un saludo y una explicación del trabajo a realizar.
- Momento de adquisición de los aprendizajes o tiempo de práctica motriz: se ponen en marcha todas las tareas planificadas y comentadas en el anterior momento, siendo transformadas, adaptadas y enriquecidas por los verdaderos protagonistas de la acción, los alumnos.
- Momento de reflexión: momento en el que es analizada la práctica motriz y se plantean temas a reflexionar sobre las actividades. En nuestra unidad didáctica, se han reflexionado temas como la confianza, la cultura, la pobreza, la amistad, la importancia del lenguaje verbal y no verbal y la no violencia.

3. OBJETIVOS Y CONTENIDOS DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL

Para desarrollar estas unidades didácticas, para un alumnado entre los 25 y 30 participantes, de manera cooperativa, y garantizar así su “carácter innovador, global y educativo” (Learreta et al., 2006, p. 23) se van a dividir en dos fases diferenciadas siguiendo el Ciclo del Aprendizaje Cooperativo (Fernández-Río, 2017). En la primera de ellas, perteneciente a la fase de **Dinámicas cooperativas de presentación**, se busca la creación y cohesión grupal mediante actividades de presentación, conocimiento personal y grupal y desinhibición, desarrollando estrategias cooperativas como rompehielos.

Teniendo en cuenta los contenidos a tratar en esta primera fase, se plantean los objetivos didácticos de la primera unidad que lleva por nombre “Nos conocemos”, tal y como se observa en la tabla nº 1 mostrada a continuación. Además, como novedad en este libro, incorporamos en esta, y en sucesivas tablas, los objetivos cooperativos que proponemos sobre la base de los componentes del Aprendizaje Cooperativo expuestos en el primer capítulo. En esta primera tabla, el primer componente que es esencial trabajar es la interdependencia positiva.

Tabla 1

Objetivos didácticos y cooperativos de la unidad didáctica “Nos conocemos”

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
1	<ul style="list-style-type: none">• Bienvenida a la unidad didáctica a través del trabajo de la cohesión grupal mediante actividades dinámicas cooperativas
2	<ul style="list-style-type: none">• Crear un clima de convivencia y adhesión al grupo a través de la participación en actividades dinámicas cooperativas
3	<ul style="list-style-type: none">• Fomentar la cohesión y participación, tanto individual como grupal, en las actividades dinámicas cooperativas• Percibir la necesidad de cooperar con los demás de forma simultánea [OC]
4	<ul style="list-style-type: none">• Buscar respuestas variadas y originales a través de la comunicación verbal y no verbal• Confiar en el trabajo de los demás como medio para adquirir una adecuada cohesión grupal [OC]
5	<ul style="list-style-type: none">• Acentuar la búsqueda y expresión de respuestas variadas y creativas empleando distintas manifestaciones expresivas• Valorar positivamente la ayuda mutua entre los alumnos [OC]

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
6	<ul style="list-style-type: none"> • Expresar respuestas variadas, originales y creativas utilizando las distintas manifestaciones expresivas • Ser capaz de construir el propio aprendizaje y el de los demás [OC]
7	<ul style="list-style-type: none"> • Respetar y valorar de forma crítica nuestras propias acciones y las de los demás • Valorar la cooperación entre todos los miembros del grupo [OC]

Una vez se ha conseguido animar a los alumnos a trabajar unos con otros creando un adecuado clima de grupo, se avanzará a la siguiente fase, **Aprendizaje Cooperativo como un contenido a enseñar**. En ésta, se desarrollarán los contenidos de expresión corporal a trabajar para los alumnos de educación secundaria, relacionados con la expresión a través del cuerpo y el movimiento, desarrollo de la conciencia corporal, y descubrimiento y experimentación de las posibilidades expresivas y comunicativas del cuerpo y del movimiento, así como otros conceptos como el espacio, el tiempo y la intensidad. Todo ello, empleando el uso de estrategias cooperativo como, por ejemplo, resultado colectivo.

Sobre esta segunda unidad de expresión corporal, “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”, la distribución de los objetivos didácticos y cooperativos se muestran en la tabla nº 2. El segundo componente para trabajar es la interacción promotora cara a cara, seguido, en el último objetivo, por la responsabilidad individual.

Tabla 2

Objetivos didácticos y cooperativos de la unidad didáctica “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
1	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer los elementos básicos de la expresión corporal • Trabajar de forma coordinada y eficiente en la búsqueda de recursos para completar las tareas propuestas [OC]
2	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar el cuerpo y sus posibilidades de movimiento y disfrutar del mismo para transmitir sentimientos, ideas, pensamientos y emociones • Fomentar el diálogo y el intercambio de ideas para trabajar de forma cooperativa en las dinámicas a desarrollar [OC]

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
3	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar las manifestaciones de la expresión corporal: gesto, postura y mímica • Influir con nuestras acciones positivas al resto de compañeros del grupo [OC]
4	<ul style="list-style-type: none"> • Conocer la improvisación como medio de expresión y creación • Animar a los compañeros del grupo a alcanzar las metas comunes valorando el esfuerzo y la superación [OC]
5	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentar la capacidad de improvisación a través de la creación de escenas y situaciones cotidianas • Dar la retroalimentación adecuada y necesaria para aumentar la motivación grupal [OC]
6	<ul style="list-style-type: none"> • Mejorar la improvisación mediante la puesta en escena de situaciones reales • Seguir esforzándose y participando de forma activa para obtener los resultados deseados [OC]
7	<ul style="list-style-type: none"> • Representar escenas y situaciones reales o ficticias utilizando la expresión del cuerpo y la comunicación verbal y no verbal • Trabajar de forma responsable para alcanzar el éxito individual y grupal [OC]

4. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL

Seguidamente, se desglosan las actividades de enseñanza-aprendizaje, así como sus estrategias cooperativas, que configuran las siete sesiones de la unidad didáctica “Nos conocemos”.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos conocemos”	1	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> o Comunicación lingüística o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor o Conciencia y expresiones culturales 	<ul style="list-style-type: none"> o Bienvenida a la unidad didáctica a través del trabajo de la cohesión grupal mediante actividades dinámicas cooperativas 	

**METODOLOGÍA DE
APRENDIZAJE
COOPERATIVO**

**RECURSOS MATERIALES
Y ESPACIALES**

- o Fase 1. Creación y cohesión de grupo
- o Estrategias cooperativas: presentación, rompehielos y construcción de confianza
- o Materiales: pelotas pequeñas de tenis o similar, pañuelos o cualquier otro material del área de Educación Física
- o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Esta primera sesión es esencial para trabajar la cooperación y la adecuada cohesión grupal. Con ciertos matices, es posible trabajarla desde la etapa de educación primaria hasta el último curso de secundaria. Como docentes debemos asegurar que lo primero que se “conecten” entre sí a través del conocimiento del nombre de todos los alumnos, asegurando el contacto mutuo, el respeto y la atención a la intervención de cada uno.

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ El profesor realiza un ejemplo de un elemento básico de dinámica y cohesión grupal a través de la actividad “me pica aquí”. Una persona se presenta y dice su nombre: “soy Carlos y me pica aquí” señalándose una parte del cuerpo. La siguiente dice: “se llama Carlos y le pica aquí (rascándole a él) y yo me llamo María y me pica aquí (rascándose ella)”. Así sucesivamente hasta que todos quedan conectados (**PRESENTACIÓN**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Parejas”. Nos sentamos en parejas y realizamos preguntas entre sí para conocerse mejor. Deben recordar estos datos, ya que posteriormente se sentarán en círculo en gran grupo, para presentarse mutuamente al resto de compañeros de la clase (**ROMPEHIELOS**).
- ✓ “Encuentra el animal”. Por parejas, uno de la misma se ubica solo en una zona del espacio, mientras que su compañero realiza una serie de onomatopeyas o sonidos de animales, para intentar que el compañero, con los ojos vendados, llegue a encontrarlo por el espacio marcado para el mismo. Cuando el solitario ha encontrado a sus compañeros, se cambian los papeles (**ROMPEHIELOS Y CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).
- ✓ “Soledad”. Cada persona con los ojos vendados anda por la sala en silencio y al tocar a alguien se cogen de una mano, mientras continúan andando; cuando se encuentran con otra persona se sueltan y se unen a ella, y así

sucesivamente, uniéndose y separándose continuamente (percibir sensación de soledad y cercanía al juntarse y separarse) (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).

- ✓ “La avioneta”. Finaliza la sesión en grupos de cuatro personas, de los cuales tres trasladan a uno que se tumba en el suelo adoptando la forma de una avioneta. Realizamos un recorrido conjunto cronometrado de todas las avionetas de la clase (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la dinámica positiva del grupo) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos conocemos”	2	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
-----------------------------	--

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">o Comunicación lingüísticao Sentido de iniciativa y espíritu emprendedoro Conciencia y expresiones culturales | <ul style="list-style-type: none">o Crear un clima de convivencia y adhesión al grupo a través de la participación en actividades dinámicas cooperativas |
|---|--|

METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
---	---

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">o Fase 1. Creación y cohesión de grupoo Estrategias cooperativas: presentación, rompehielos y auto-conocimiento | <ul style="list-style-type: none">o Materiales: pelotas pequeñas de tenis o similar o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva |
|--|---|

FOCO COOPERATIVO

Al igual que se comentó en la primera sesión, para asegurar un clima de convivencia próspero, todos deben conocerse, respetarse (por ello se dan las gracias en juegos como “lanzando un nombre”) y seguir trabajando un contacto estrecho entre ellos, evitando situaciones incómodas. El profesor debe evitar que los alumnos se junten por círculos de amistad externa a los centros. Hemos de motivar a que todos se conozcan entre sí.

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ El profesor realiza un ejemplo para presentar la primera actividad “lanzando un nombre”. En círculo, decimos nuestro nombre y lanzamos la pelota a otro. Una vez que todos lo han hecho, ahora se lanza la pelota a la persona a la que decimos su nombre, y si no lo conocemos, se lo preguntamos. Es determinante que la persona que hemos nombrado nos mire para asegurar que nos ha escuchado. Después, la persona que recibe la pelota tiene que decir el nombre de la que se la lanzó (en caso de no saberlo, pregunta al grupo) y le da las gracias por ello (**PRESENTACIÓN**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Presentarse”. Caminamos de forma libre por el espacio, cuando el profesor lo indique nos paramos con un compañero y nos presentamos diciendo cuánto tiempo llevamos en el colegio o centro de procedencia, y hablar de nuestras aficiones (duración sobre 15-30 segundos cada parada). Seguimos las veces que indique el profesor conociendo a un compañero diferente cada vez (**PRESENTACIÓN**).
- ✓ “Colores”. Inicialmente, comenzamos caminando y, a la palmada, nos ponemos con otra persona y elegimos un color: rojo o azul; contamos hasta dos y decimos los colores a la vez. Si coinciden nos damos un abrazo y si no seguimos nuestro camino. Cambiamos cada vez de compañero, así como el profesor puede aumentar o disminuir el ritmo de los movimientos, pudiendo finalizar la última palmada a gran velocidad de desplazamientos (**ROMPEHIELOS**).
- ✓ “Fax”. Inicialmente, nos ubicamos en grupos de seis, sentados en filas uno detrás de otro. El último pasa una letra/figura escribiéndola en la espalda del compañero de delante y así sucesivamente hasta llegar al primero. Es interesante poder ir aumentando el número de alumnos en el grupo del fax hasta conseguir llegar a formar un único grupo y transmitir una letra/figura, o incluso palabra, desde el final al principio de la fila (**ROMPEHIELOS**).
- ✓ “Reconectar”. Por parejas, se ponen enfrente uno del otro uniendo las palmas de sus manos. Después de cinco segundos bajan los brazos, dan dos pasos hacia atrás, dan tres vueltas a sí mismos e intentan reconectar sus manos otra vez. Esta actividad no solo la podemos trabajar en parejas, sino que también se puede ir cambiando las mismas o generar grupos de más alumnos en una organización circular. Igualmente, se puede repetir

la acción con cualquier otra parte corporal, siendo una actividad interdisciplinar (**AUTOCONOCIMIENTO**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (el conocimiento de uno mismo y sus límites) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos conocemos”	3	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none">o Comunicación lingüísticao Sentido de iniciativa y espíritu emprendedoro Conciencia y expresiones culturales	<ul style="list-style-type: none">o Fomentar la cohesión y participación, tanto individual como grupal, en las actividades dinámicas cooperativaso Percibir la necesidad de cooperar con los demás de forma simultánea [OC]	
METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none">o Fase 1. Creación y cohesión de grupoo Estrategias cooperativas: presentación, rompehielos, autoco-nocimiento y construcción de confianza	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: colchonetas, conos o setas o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva	
FOCO COOPERATIVO		
<p>El objetivo cooperativo del día refleja la necesidad de cooperar entre todos de forma simultánea, yendo a una como equipo y no dejando a nadie atrás. Accio-nes como “conectar con los ojos”, que permite no solo tener un contacto físico entre los alumnos, el más difícil de trabajar, sino también visual, les hará perder la vergüenza y generar confianza y seguridad para poder dialogar y discutir con respeto mirándose a los ojos.</p>		

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ El profesor realiza un modelo para presentar la primera actividad denominada “la ola del nombre”. Cogidos de las manos levantamos una de ellas, por ejemplo, del que está a nuestra izquierda, y decimos su nombre. Así sucesivamente todos seguidos para hacer una ola. Lo hacemos varias veces cambiando de sitio y comenzando con diferentes niños (intentando comenzar por aquellos menos integrados en la clase) (**PRESENTACIÓN**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ En el mismo círculo que la primera actividad, el profesor realiza un ejemplo de un elemento básico de la expresión corporal, en este caso, la comunicación no verbal. Los alumnos tendrán que adivinar qué tipo de sentimiento, pensamiento, acción está representando. Después dará la alternativa a algunos voluntarios a que experimenten la misma (**ROMPEHIELOS**).
- ✓ “Conectar con los ojos”. En círculo y sin hablar, hombro con hombro, nos miramos a los ojos y cuando dos personas “conectan” con sus ojos durante unos segundos y están de acuerdo, se cambian las posiciones. Se recomienda realizar esta actividad con la mayor cantidad posible de alumnos acompañada, además, de una música relajante (**ROMPEHIELOS**).
- ✓ Tras las dos primeras tareas, empezamos a caminar libremente por el espacio y al encontrarse con un compañero saludarlo sin decir nada. Únicamente podemos gesticular un saludo, un saludo inventado, pero sólo a través del gesto y la expresión no verbal (**AUTOCONOCIMIENTO**).
- ✓ “La alfombra voladora”. Dividimos a los alumnos en grupos de cuatro o cinco alumnos con una colchoneta cada uno. El juego trata de trasladar a un compañero que estará tumbado en la colchoneta. Al llegar a las diferentes estaciones marcadas por el profesor en el espacio se irán cambiando las funciones (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la confianza) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
"Nos conocemos"	4	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none">o Comunicación lingüísticao Sentido de iniciativa y espíritu emprendedoro Conciencia y expresiones culturales	<ul style="list-style-type: none">o Buscar respuestas variadas y originales a través de la comunicación verbal y no verbalo Confiar en el trabajo de los demás como medio para adquirir una adecuada cohesión grupal [OC]	
METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none">o Fase 1. Creación y cohesión de grupoo Estrategias cooperativas: presentación, rompehielos y construcción de confianza	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: pelotas pequeñas de tenis o similar o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva	
FOCO COOPERATIVO		
<p>En muchas películas de cine infantil se motiva a aprender a confiar para ganarte la confianza de los demás. En la sesión de hoy, se ha de trabajar la confianza en el compañero mediante juegos como "el vendado" o "tacto", debiendo el docente asegurarse que la actividad se desarrolle seriamente para evitar que ciertas imprudencias puedan disminuir la confianza depositada en ellos. La confianza ha de ganarse poco a poco y desde el interior de la persona.</p>		

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Repasamos de nuevo la primera actividad de dinámica y cohesión grupal "me pica aquí". Una persona se presenta y dice su nombre: "soy Carlos y me pica aquí" señalándose una parte del cuerpo. La siguiente dice: "se llama Carlos y le pica aquí (rascándole a él) y yo me llamo María y me pica aquí (rascándose ella)", y así sucesivamente. Teniendo en cuenta que sería la repetición de la actividad propuesta en la sesión nº 1, en lugar de señalar una parte del cuerpo, se podría proponer con gustos, aficiones, hobbies... para quedar todos conectados (**PRESENTACIÓN**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Parte a parte”. En gran grupo tras la actividad de presentación inicial, se les dice a los alumnos que, con la mano derecha, tocar en algún otro compañero algo de color “rojo”, por ejemplo; sin soltarlo, tocar con la mano izquierda algo de color “amarillo”; igualmente, sin soltarlo, tocar con el pie izquierdo algo de color “blanco”; y, finalmente, al igual que con toda la retahíla anterior, tocar con la oreja algo de color “azul” (**ROMPEHIELOS**).
- ✓ “El vendado”. Por grupos de cuatro alumnos, y con todos sus miembros salvo uno con los ojos vendados, éste último ha de dirigir a sus compañeros mediante el tacto por el espacio, evitando que se choque con el resto de los grupos. Se pueden generar una serie de consignas como: tocar en el hombro derecho significa girar a la derecha; tocar en el hombro izquierdo significa girar a la izquierda; tocar en la espalda significa avanzar; y tocar en la cabeza al compañero señala que se ha de parar. Al encontrarse con otro compañero de otro grupo, se ha de intentar adivinar quién es y decir su nombre. Todo ello empleando únicamente el sentido del tacto (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).
- ✓ “Tacto”. Aprovechando la organización de cuatro alumnos del ejercicio anterior, les pediremos a los alumnos que dividan sus grupos y se organicen por parejas. Uno de los alumnos serán un “ciego” y el otro el “guía”. El ciego pondrá las palmas de las manos hacia arriba y una pelota en cada mano; el guía, por su parte, pone sus manos sobre las pelotas y va dirigiendo al ciego por el espacio de juego al mover las pelotas sobre las palmas de éste. En primer lugar, se desplazarán muy despacio y poco a poco vamos aumentando la velocidad de la ejecución dependiendo de la confianza que vaya adquiriendo el alumno con el rol de ciego en esta actividad (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).
- ✓ “La sombra”. Aprovechando las últimas parejas del ejercicio anterior, un alumno realiza diferentes tipos de gestos y movimientos (tanto de forma activa como pasiva) y su compañero tendrá que imitar cada uno de ellos. No solamente podemos ofrecer gestos y movimientos, también han de ser capaces de expresar emociones diversas, primero de manera no verbal e, incluso, verbalizando la emoción en voz alta. A la señal se cambian los roles (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (repaso sobre el concepto de la confianza del día anterior y la

empatía en reconocer las capacidades de los demás) y recogida de material por los responsables del día.

- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
------------------	-----------	-------

“Nos conocemos”

5

1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
----------------------	-------------------------------------

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">o Comunicación lingüísticao Sentido de iniciativa y espíritu emprendedoro Conciencia y expresiones culturales | <ul style="list-style-type: none">o Acentuar la búsqueda y expresión de respuestas variadas y creativas empleando distintas manifestaciones expresivaso Valorar positivamente la ayuda mutua entre los alumnos [OC] |
|---|--|

METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
--	----------------------------------

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">o Fase 1. Creación y cohesión de grupoo Estrategias cooperativas: presentación, construcción de confianza y autoconocimiento | <ul style="list-style-type: none">o Materiales: música variada, colchonetas o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva |
|---|---|

FOCO COOPERATIVO

Seguimos trabajando con intensidad la adecuada cohesión grupal, haciendo ver la importancia del valor de la amistad y la ayuda entre iguales, indispensable para generar una correcta interdependencia positiva. Es decir, hasta que mis compañeros no hayan obtenido el éxito, yo tampoco lo obtendré. Por ello, se establece un vínculo estrecho donde se ha de “remar” conjuntamente en la misma dirección. En la tarea de “el espejo”, se ha de animar a los alumnos a que las notas se centren en la expresión y creatividad de los sentimientos expuestos, generando propuestas de mejora siempre en el plano positivo.

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Repasamos una vez más un ejemplo de un elemento básico de la expresión corporal como es la actividad de la sesión nº 2: “lanzar un nombre”. En círculo, decimos nuestro nombre y lanzamos la pelota a otro, no olvidando dar las gracias tras recibirla. Una vez que todos lo han hecho, ahora se lanza la pelota a una persona y éste ha de decir los nombres

de los compañeros que tiene a su derecha e izquierda. En caso de que alguno de los nombres todavía no los controle, se le puede preguntar al grupo. Para darle mayor dinamismo al ejercicio, el profesor podría cronometrar cuánto tiempo tardan los alumnos en realizar la ronda completa y poder superar sus marcas (**PRESENTACIÓN**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Buscando amigos”. Corriendo los alumnos por un espacio marcado de la pista, vamos subiendo o bajando el volumen de la música para aumentar o disminuir la intensidad de movimiento de estos. Cuando se pare la música, tendrán que buscar a un amigo (a poder ser distinto de los compañeros con los que habitualmente forman parejas o grupos), decir su nombre y contar alguna historia del momento, sin detener su actividad (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).
- ✓ Con música variada propuesta por el docente y por parejas (aprovechando la última organización de la actividad anterior), ambos alumnos realizan cualquier acción o movimiento que acompase al ritmo de la música y al parar esta quedan inmóviles. Las parejas han de observar la última postura ejecutada y se la copian o intercambian entre sí. Al sonar de nuevo la música comienzan a realizar otras acciones distintas a las que hacía el compañero pudiendo, incluso, desplazarse libremente por el espacio (**AUTOCONOCIMIENTO**).
- ✓ “El espejo”. Por parejas, uno de ellos realizará una serie de gestos y movimientos que su compañero tendrá que imitar. A la señal, cambiar la persona que realiza el espejo. Además de la organización por parejas, también se puede proponer la organización en grupos de cuatro alumnos. En este caso, será un compañero el que ejecute la acción ante otros dos del grupo, mientras que el cuarto tomará notas sobre la ejecución de los imitantes y ofrecerá feedback. Se han de ir rotando los roles del ejercicio a la señal del profesor (**AUTOCONOCIMIENTO**).
- ✓ “El surfista”. Aprovechando los grupos de cuatro alumnos de la tarea anterior, cada grupo contará con una colchoneta. Se trasladará la colchoneta de un extremo al otro del espacio con un compañero de pie en la colchoneta, como si fuera un “surfista”. Si ese compañero cae al suelo o sale de la colchoneta, el equipo tendrá que volver al inicio para realizar de nuevo el recorrido (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la amistad) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos conocemos”	6	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
-----------------------------	--

- | | |
|--|--|
| o Comunicación lingüística | o Expresar respuestas variadas, originales y creativas utilizando las distintas manifestaciones expresivas |
| o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor | o Ser capaz de construir el propio aprendizaje y el de los demás [OC] |
| o Conciencia y expresiones culturales | |

METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
---	---

- | | |
|---|---|
| o Fase 1. Creación y cohesión de grupo | o Materiales: espalderas o cualquier otro material del área de Educación Física |
| o Estrategias cooperativas: presentación, rompehielos, autoconocimiento y construcción de confianza | o Espacios: gimnasio/pista polideportiva |

FOCO COOPERATIVO

Insistiendo en los valores reflexionados en la sesión anterior, hoy se ha de hacer hincapié en que sean conscientes de lo esencial de animar a construir su propio aprendizaje y ayudar al de los demás como el origen de la cooperación. En caso de que los cimientos del grupo no sean firmes, podrá ocurrir como en “el teléfono roto”, a medida que va avanzando el curso, iremos perdiendo capacidad de trabajar unidos, generándose una actitud individualista.

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ “La cadena expresiva”. Situados los alumnos en un gran círculo, uno de ellos comienza haciendo un gesto que el resto de los alumnos han de imitar diciendo el nombre del compañero que tiene a su lado. Así hasta que todos hayan ejecutado un gesto y haya sido imitado por todos los demás.

Igualmente, se le podrá dar mayor dinamismo a la acción generando cada alumno un gesto nuevo al de al lado, que tendrá que realizarlo lo más rápido posible (**PRESENTACIÓN**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Caras animadas”. Los alumnos se desplazan libremente por todo el espacio. Una vez que el profesor de una palmada, el alumnado se parará bruscamente y creará una expresión facial lo más extraña posible, cambiando los alumnos la expresión de su cara tantas veces como el profesor emita palmadas. Esta misma actividad la podemos realizar organizando a los alumnos en grupos de cuatro, donde será un representante de cada grupo quien vaya indicando el momento en que se improvisarán nuevas caras animadas, ofreciendo la posibilidad de no solo experimentar un gesto, sino también un sonido animado (**ROMPEHIELOS**).
- ✓ Manteniendo los mismos grupos de la actividad anterior, desarrollamos el juego: “el teléfono roto”. Los alumnos se ubicarán sentados en filas o de pie uno al lado del otro. El primero de ellos pensará una frase de unas cuatro o cinco palabras que le transmitirá al siguiente. Así sucesivamente hasta llegar al último de la fila que tendrá que reproducir lo dicho por el primero. Al igual que ya se hizo en otras sesiones, se puede ir aumentando el número de alumnos en el grupo del teléfono hasta conseguir llegar a formar un único grupo y transmitir una frase desde el final al principio de la fila (**ROMPEHIELOS**).
- ✓ “Sprint ciego”. En los mismos grupos formados, se organizan los alumnos en filas, bien en una única fila o separados dos a dos, aproximadamente a unos 10 metros de distancia. El primero de los alumnos se vendará los ojos para realizar un “sprint” corto ayudado por las indicaciones de sus compañeros. De esta manera, el alumno ha de ser capaz de conocer sus posibilidades y limitaciones en la carrera, así como confiar en lo indicado por el grupo (**AUTOCONOCIMIENTO Y CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).
- ✓ “Trepas en espaldas”. Finalizamos la parte de adquisición de los aprendizajes, organizados los alumnos en los grupos de cuatro alumnos o divididos estos en parejas dependiendo de la dificultad que entrañe el ejercicio. Uno de los alumnos se sitúa en una espaldera y los demás tienen que “atravesarlo” de arriba hacia abajo y de izquierda a derecha sin tocarlo (el que está en la espaldera se mueve para ayudarlo) (**AUTOCONOCIMIENTO**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la importancia de la verdad en nuestra vida) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos conocemos”	7	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none">o Comunicación lingüísticao Sentido de iniciativa y espíritu emprendedoro Conciencia y expresiones culturales	<ul style="list-style-type: none">o Respetar y valorar de forma crítica nuestras propias acciones y las de los demáso Valorar la cooperación entre todos los miembros del grupo [OC]	
METODOLOGÍA DE APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none">o Fase 1. Creación y cohesión de grupoo Estrategias cooperativas: presentación, rompehielos, construcción de confianza y autoconocimiento	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: música variada o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva	
FOCO COOPERATIVO		

Para valorar el objetivo cooperativo del día disponemos de una palabra muy potente para trabajar: el respeto. Este permite que todos los alumnos se valoren a sí mismos y a los demás, con sus virtudes y sus defectos, pero primando la construcción de la cooperación grupal por encima del éxito individual. A lo largo de la presente unidad, se ha establecido un importante trabajo de cooperación donde dar las gracias, conectarse con los demás a través de la vista o el tacto, conocer los gustos y aficiones de los compañeros, ser responsables de cómo afectan las propias decisiones en las personas y trabajar enfocados en el mismo objetivo, han sido las piedras angulares de este ambicioso proyecto.

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ “Así me llamo y así soy yo”. Sentados los alumnos en círculo en gran grupo con una pelota, cada uno tendrá que decir una afición. Una vez que todos han hablado, comenzará una segunda rueda, en la cual cada compañero intentará recordar la afición del compañero del cual ha recibido la pelota y decir la suya propia. Por ejemplo, “soy Pablo, me gusta el tenis y a mi compañero Luis le gusta el baloncesto”. Además de expresar hobbies, se

puede realizar una nueva rueda expresando una cualidad que caracteriza a cada uno (**PRESENTACIÓN**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ Para comenzar con la segunda parte de la sesión, todos los alumnos se distribuirán libremente por el espacio, donde el profesor dará una serie de consignas que tendrán que hacer mientras caminan por el gimnasio o la pista polideportiva (**ROMPEHIELOS**). Entre estas consignas pueden estar las siguientes:
 - o Caminar a ritmo normal, lo más rápido que se pueda, nos desplazamos a cámara lenta...
 - o Andar, pero el viento nos lleva, no nos deja andar y luchamos contra una tormenta.
 - o Haciendo lo contrario que indique el profesor.
 - o Expresiones de tristeza, felicidad, rabia, variar los diferentes sentimientos...
 - o Realizar acciones como pisar la cáscara de un plátano, caminar por arenas movedizas o unas brasas, tirarte a nadar a una piscina o al mar...
 - o De repente se pone a llover y hay que evitar pisar los charcos de agua que se han formado.
 - o Caminamos como un niño gateando, dando los primeros pasos, luego corriendo, como un gigante.
 - o Finalmente, al ritmo que nos marca la música, caminamos como más cómodo se sienta uno.

- ✓ “Conocer el grupo”. En grupos de cuatro personas, uno de ellos se venda los ojos y tendrá que intentar reconocer, a través del sentido del tacto, a otro de los compañeros que forma su grupo. Ir cambiando los miembros de los grupos para hacer que todos se conozcan. Es este preciso momento, donde se comienzan a trabajar los grupos de Aprendizaje Cooperativo estables (**CONSTRUCCIÓN DE CONFIANZA**).

- ✓ “Puente de picas”. Dentro de los grupos de aprendizaje, por parejas, cada una sujeta una pica paralela al suelo. En primer lugar, cada grupo forma un camino de picas para que un compañero camine sobre ellas. Una vez

se ha logrado el objetivo de la acción, se intentará generar ese camino de picas entre todos los alumnos de la clase (**AUTOCONOCIMIENTO**).

- ✓ Finalmente, nos sentamos (o nos tumbamos) todos, separados unos de otros e intentamos relajarnos. Relajamos todas las partes del cuerpo desde la cabeza hasta los pies, sintiendo cómo pesan mucho cada parte del cuerpo. Antes de levantarnos, vamos moviendo poco a poco cada parte del cuerpo hasta llegar a abrir los ojos de forma definitiva y acabar la sesión. Este ejercicio de relajación será acompañado de una música seleccionada por el profesor (**AUTOCONOCIMIENTO**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (el respeto por uno mismo y por los demás) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida de la unidad didáctica “Nos conocemos”.

Al igual que en la anterior unidad didáctica, se exponen las actividades de enseñanza-aprendizaje y las estrategias cooperativas pertenecientes a las siete sesiones de las que se compone la unidad “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”. Como se comentó al final de la anterior unidad, la organización de los alumnos es estable por grupos de aprendizaje de cuatro personas.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	1	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none">o Comunicación lingüísticao Sentido de iniciativa y espíritu emprendedoro Conciencia y expresiones culturaleso Digital	<ul style="list-style-type: none">o Conocer los elementos básicos de la expresión corporalo Trabajar de forma coordinada y eficiente en la búsqueda de recursos para completar las tareas propuestas [OC]	

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES

- o Fase 2. El aprendizaje cooperativo como contenido a enseñar y aprender
- o Estrategias cooperativas: resultado colectivo y juego cooperativo
- o Materiales: papel de periódico, música variada o cualquier otro material del área de Educación Física
- o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

En esta sesión continuamos el trabajo del tercer componente del Aprendizaje Cooperativo, la responsabilidad individual. Es por ello, que hemos de transmitir la importancia del trabajo individual como base para conseguir el éxito en el grupo, poniendo en valor el esfuerzo de cada alumno en la búsqueda de los recursos motrices y psicológicos para completar las tareas. Por tanto, estrategias cooperativas como resultado colectivo, anima a los alumnos a trabajar de forma conjunta e incentivar la superación, ofreciendo siempre segundas oportunidades de éxito.

Además, sabiendo que se propone la creación de un muro virtual, como docentes se ha de incentivar la creatividad para esta tarea, generando su participación en el debate sobre la cultura artística, y animando a su participación coordinada como grupo para que el anotador pueda volcar toda la información recibida.

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Comenzamos esta unidad de Aprendizaje Cooperativo como contenido a enseñar y aprender con la actividad “impulso del nombre”. Todos los alumnos situados en círculo van diciendo los nombres en un sentido y se cronometra cuánto tiempo se tarda en completar toda la rueda para comprobar el resultado colectivo de la clase. Se les pueden dar soluciones como: ¿Cómo se puede mejorar ese tiempo? Por ejemplo, acortando los nombres, no moviendo la cabeza... (**RESULTADO COLECTIVO**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ Tras la unidad anterior, con el objetivo de fortalecer la unión del grupo y trabajar diferentes dinámicas cooperativas, seguidamente se realiza una explicación inicial de la presente unidad a través de los medios digitales (presentación tipo Prezi o similar). ¿Qué es la expresión corporal? ¿Qué formas se tienen de transmitir sentimientos, ideas, pensamientos...? Nociones sobre comunicación verbal y no verbal: el gesto, la postura y la mímica. Para ello, por grupos de aprendizaje, se les propone la creación de

un muro virtual, mediante una aplicación digital (tipo Padlet) en donde un representante de cada grupo, normalmente el anotador, vuelca toda la información trabajada por todos los integrantes para que el resto de los grupos cooperativos puedan ver los diferentes trabajos de sus compañeros y ponerlos en común en la clase.

- ✓ “Parejas II”. En los grupos de aprendizaje, nos sentamos en parejas y realizamos preguntas diferentes a las del primer día para conocerse mejor. Después de varios minutos, cambiarán de pareja por otra del mismo grupo. Deben recordar estos datos, ya que se sentarán otra vez en el círculo con sus compañeros de grupo para presentarse mutuamente ante los demás (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ “El periódico”. Los alumnos se desplazan caminando con una o varias hojas de un periódico debiendo realizar cualquier acción posible con ese material. Por ejemplo, un avión, un barco, un gorro, una máscara. Tras ello, el profesor pondrá una música variada y los alumnos desplegarán los periódicos en el suelo por parejas dentro de sus grupos de aprendizaje. Cuando la música pare la primera vez, cada pareja tendrá que ubicarse en un papel de periódico. Al reanudar la música, tendrán que bailar dentro de su papel de periódico, debiendo, tras cada parón de la melodía, doblar por la mitad ese papel. Se sumará al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase la mayor cantidad de estudiantes que han quedado jugando hasta la última nota musical (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ “La obra de arte”. En los grupos cooperativos de cuatro alumnos, cada grupo elige a un escultor. Este prepara una representación mediante la utilización del lenguaje no verbal en la que se exponga al resto del grupo una obra de arte. Para ello, el grupo debe pensar y manifestar todos los acontecimientos anteriores a la realización de la obra, entre otros, detener el tiempo durante algunos segundos para trabajar la imagen mental que representa el artista en su obra para, más tarde, continuar las acciones que han de representar la citada obra. En definitiva, tratar de dar vida al discurrir de los acontecimientos que el artista quiere inmortalizar (**JUEGO COOPERATIVO**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la cultura artística) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	2	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Comunicación lingüística o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor o Conciencia y expresiones culturales 	<ul style="list-style-type: none"> o Valorar el cuerpo y sus posibilidades de movimiento y disfrutar del mismo para transmitir sentimientos, ideas, pensamientos y emociones o Fomentar el diálogo y el intercambio de ideas para trabajar de forma cooperativa en las dinámicas a desarrollar [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 2. El aprendizaje cooperativo como contenido a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: juego cooperativo y parejas-comprueban-ejecutan 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: sin material o cualquier otro del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO	
<p>Transmitir la importancia del lenguaje no verbal en nuestra vida es fundamental para ser capaces de exponer nuestros sentimientos y emociones ante los demás. Por ello, cualquier intercambio de información, consejo o propuesta de mejora que se observe entre los alumnos en la práctica debe ser aplaudida y valorada.</p> <p>El docente propondrá por grupos cooperativos ciertas claves del lenguaje no verbal como observar los movimientos corporales, la mirada y qué sentimientos transmitir con la expresión facial, entre otros. Después, en actividades como “cine mudo”, se ha de animar a reconocer ese diálogo no verbal, lo difícil que es transmitirlo, pero lo esencial que es trabajarlo.</p>	

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ El profesor realiza un ejemplo de un elemento básico de la expresión corporal: la comunicación no verbal. Los alumnos tendrán que adivinar qué tipo de sentimiento, pensamiento, acción está representando. Después dará la alternativa a algunos voluntarios a que lo experimenten. Tras esto, les solicitaremos a los alumnos que empiecen a caminar libremente por el espacio y al encontrarse con un compañero saludarlo sin decir nada.

Únicamente podemos gesticular un saludo, un saludo inventado, pero sólo a través del gesto y la expresión no verbal.

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “El espejo”. Organizados en los alumnos en los grupos de aprendizaje, uno de ellos realizará una serie de gestos y posturas que sus compañeros tendrán que imitar. A la señal del docente, cambiar la persona que realiza el espejo (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ Una variante del juego anterior, dentro de cada grupo y por parejas, sería que uno es ahora el que decide qué gestos o posturas debe realizar su compañero, ofreciendo feedback para comprobar que la tarea ha sido realizada correctamente. Después, se juntan los cuatro componentes del grupo y se demuestran entre sí lo aprendido (**PAREJAS-COMPRUEBAN-EJECUTAN**).
- ✓ “Formar palabras”. Cada grupo tiene una hoja con una letra del abecedario y cuatro con un asterisco que vale por cualquier letra. Sin hablar deben formar el mayor número posible de palabras en un tiempo limitado. De igual manera, esta actividad se puede enfocar de forma interdisciplinar, debiendo formar una palabra correspondiente al temario de otras asignaturas, por ejemplo, de Lengua Castellana y Literatura o Biología y Geología (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ “Cine mudo”. Cada grupo debe inventar una pequeña historia o situación en la que todos los componentes tengan un papel. El único requisito es que no pueden hablar, teniendo que transmitir su historia a los demás compañeros y hacer que éstos la entiendan mediante el gesto, la postura y la mímica. Cada grupo representa su historia y, al terminar la representación, el resto de los grupos deben decir qué es lo que han entendido. Si no aciertan, el grupo que la haya representado deberá contar lo que ellos querían transmitir (**JUEGO COOPERATIVO**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la importancia del lenguaje no verbal en la vida diaria) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	3	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS		OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Comunicación lingüística o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor o Conciencia y expresiones culturales 	<ul style="list-style-type: none"> o Desarrollar las manifestaciones de la expresión corporal: gesto, postura y mímica o Influenciar con nuestras acciones positivas al resto de compañeros del grupo [OC] 	
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 2. El aprendizaje cooperativo como contenido a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: juego cooperativo 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: sin material o cualquier otro del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva 	
FOCO COOPERATIVO		
<p>En la sesión de hoy se va a exponer la información creada por cada grupo en su muro virtual (explicación simultánea). El profesor, ha de valorar y dar las gracias a cada grupo por su trabajo (es el primero en generar acciones positivas ante su alumnado, como propuesta de objetivo cooperativo de la sesión), pudiendo plantear algunas cuestiones como: ¿os ha parecido creativa la información ofrecida por los compañeros? ¿Propondríais alguna mejora a la información dada de manera positiva?</p> <p>Una vez que ha finalizado esta primera acción, hemos de observar de forma sistemática cualquier acción positiva que haya ido ocurriendo en la sesión, comentarla en la reflexión final nombrando a los alumnos concretos, y darle todo el valor posible para influenciar al resto del alumnado a ser responsables de sus actos, siendo ejemplo de los demás.</p>		

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Recordatorio de la explicación de la unidad didáctica. Tras la elaboración de la práctica del muro virtual solicitada a los grupos de aprendizaje, un representante, normalmente el portavoz, expone las nociones sobre comunicación verbal y no verbal: el gesto, la postura y la mímica, las cuales son comentadas y debatidas por el profesor con los grupos cooperativos.

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Caminamos y compartimos el espacio”. Los alumnos se desplazan caminando o trotando sin parar de moverse en el espacio señalado, con la condición de no tocar o tropezar con nadie; poco a poco va disminuyendo el espacio cada vez más (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ Por grupos de aprendizaje, comenzamos andando por todo el espacio utilizando la comunicación no verbal, trabajada en la sesión anterior. Es necesario recordar la importancia de la respiración, inspirando por la nariz, descubriendo la fase de apnea y espirando por la boca para hacerse partícipes de una respiración profunda. Después de unos segundos, los grupos encuentran un lugar cómodo y tranquilo donde realicen las consignas dadas por el profesor, al tiempo que, cada vez que realicen las mismas, un compañero del grupo toma notas y ofrece feedback sobre los gestos, postura y mímica realizadas (**JUEGO COOPERATIVO**):
 - o Los alumnos intentan pensar una melodía que les guste y se dejen llevar por esa música.
 - o Además de pensar en esa melodía, se concentran en su mano izquierda y en las posibilidades de movimiento que tiene esta y todos sus dedos.
 - o Seguidamente, vamos añadiendo zonas del cuerpo: ambas manos, todo el brazo izquierdo y derecho, el cuello y cabeza, hasta completar el tren superior del cuerpo.
 - o Lo hacemos igual, pero con el tren inferior.
 - o Todo el cuerpo en movimiento, pero sin desplazamiento.
 - o Finalmente, en sentido contrario, vamos dejando de tener movimiento en todas las partes del cuerpo hasta llegar de nuevo a la mano izquierda donde habremos de concentrarnos de nuevo y cesar el movimiento.
- ✓ “Levantarse”. Dos personas dentro de cada grupo se sitúan sentados, espalda contra espalda con los brazos cruzados sobre el pecho, las piernas dobladas y los pies bien apoyados en el suelo. El objetivo es intentar levantarse los dos a la vez empujando uno contra otro. Tras esta primera acción de levantarse con una pareja, se realiza la misma actividad con los otros dos compañeros del grupo (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ “Un día en la vida de un personaje famoso”. Durante unos minutos, por grupos imaginan y preparan una serie de actividades cotidianas de un personaje famoso y cómo es el mundo y las distintas situaciones en las que se desenvuelve habitualmente. Finalmente, se representan las

mismas ante el resto de los grupos de aprendizaje con el objetivo de utilizarlo posteriormente para reflexionar sobre las desigualdades en el reparto de la riqueza del mundo (**JUEGO COOPERATIVO**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la humildad y la pobreza) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	4	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS		OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Comunicación lingüística o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor o Conciencia y expresiones culturales 	<ul style="list-style-type: none"> o Conocer la improvisación como medio de expresión y creación o Animar a los compañeros del grupo a alcanzar las metas comunes valorando el esfuerzo y la superación [OC] 	
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO		RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 2. El aprendizaje cooperativo como contenido a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: juego cooperativo, resultado colectivo y parejas-comprueban-ejecutan 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: un silbato, combas de diferentes tamaños, pelotas de ping-pong o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva 	
FOCO COOPERATIVO		

Durante el momento de reflexión, el docente centrará la atención en el objetivo cooperativo del día dentro de cada grupo, por lo que se ha de proponer a nuestros alumnos que expongan qué actividades les ha costado más trabajar y si se han superado o no estas. En caso de que haya sido así, motivar a seguir trabajando su responsabilidad dentro del colectivo. En caso de que no se haya podido superar alguno de los retos propuestos, evitar reproches y comentarios negativos, únicamente se han de emplear calificativos positivos para hacer ver a ese alumno su importancia en el grupo y que en la responsabilidad de su trabajo individual reside el éxito grupal.

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ “El silbato”. Sentados los alumnos en un círculo en gran grupo, seleccionamos a algunos de ellos que saldrán de la actividad inicialmente. Mientras tanto, el profesor se ubicará un silbato colgado por la parte trasera de su cintura y explicará a los alumnos presentes que él ha dejado un silbato a uno de ellos y que, en un momento dado, realizarán un silbido. El alumno externo tendrá que adivinar quién ha emitido ese silbido (**JUEGO COOPERATIVO**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Contar hasta 10”. En grupos de aprendizaje y todos con los ojos vendados, el grupo tiene que contar de 0 a 10, pero un mismo jugador no puede contar dos números consecutivos, aunque sí puede decir más de un número. Si dos personas dicen a la vez un número hay que empezar de cero. No se puede hablar durante la realización del ejercicio (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ “¿Cómo de lejos podemos llegar?”. Siguiendo la clase dividida en los grupos aprendizaje, cada alumno sólo puede dar dos saltos con los dos pies; uno comienza donde ha terminado el anterior. El objetivo es ver hasta dónde se pueden llegar a desplazar y si pueden mejorar el desplazamiento de su anterior compañero. Se reinicia la actividad una vez que todos los alumnos han finalizado sus saltos (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ “¿Cuántos saltos a la comba?”. El objetivo de esta dinámica es intentar dar el mayor número de saltos a la comba durante 15 segundos, entre todos los alumnos de la clase, para comprobar el resultado colectivo. Primero comenzamos el ejercicio entrando de poco en poco hasta completar que todos los alumnos hayan realizado la actividad. Así sucesivamente hasta que toda la clase sea la que consiga permanecer esos 15 segundos saltando (**RESULTADO COLECTIVO**).
- ✓ “Recorrido cooperativo”. Cada grupo de cuatro alumnos dispone de dos pelotas de ping-pong y cuatro cuerdas. En parejas, dentro de cada grupo cooperativo, deben hacer un recorrido con las cuerdas y hacer que la pelota lo realice sin tocar las cuerdas. Las pelotas han de moverse únicamente soplando (**PAREJAS-COMPRUEBAN-EJECUTAN**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión dentro de cada uno de los grupos cooperativos para la mejora de la responsabilidad individual y la reflexión sobre los conceptos trabajados (la superación). Después, se procederá a la recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	5	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Comunicación lingüística o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor o Conciencia y expresiones culturales 	<ul style="list-style-type: none"> o Experimentar la capacidad de improvisación a través de la creación de escenas y situaciones cotidianas o Dar la retroalimentación adecuada y necesaria para aumentar la motivación grupal [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 2. El aprendizaje cooperativo como contenido a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: juego cooperativo, resultado colectivo y parejas-comprueban-ejecutan 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: música variada o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Como se verá en la primera tarea propuesta, a pesar de haber trabajado con estrategias cooperativas como rompehielos, aún existe cierto reparo y sensación de vergüenza para que un alumno salga delante de los demás a expresar una situación. Por tanto, en caso de que un estudiante se animase a participar de forma voluntaria, es muy interesante que el docente valore positivamente su improvisación, animando a los demás a dejar “fluir” los sentimientos y que sean capaces de meterse en el papel encomendado.

A lo largo de las tareas y, sobre todo, en la reflexión final, se recomienda valorar el rol que ha recibido cada uno y el esfuerzo en alcanzar el objetivo común. En esta última, podemos preguntar a los alumnos qué feedback se han ido dando entre sí para mantener la motivación grupal: ¿cuál ha sido el papel de cada uno en la tarea de cliente y vendedor (por ejemplo)? ¿Cómo os habéis sentido en el papel que os ha tocado representar? ¿Os ha sido sencillo llegar a acuerdos sobre cómo preparar vuestro rol para que el mensaje llegase a los demás? ¿Os habéis felicitado tras la improvisación viendo el resultado final de la tarea?

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Colocamos una silla en el centro del gimnasio/pista polideportiva y el resto de los alumnos sentados en círculo. Le pedimos voluntariamente a los alumnos que improvisen un monólogo, un cuento, una historia de aventuras, de miedo... En muchas ocasiones, esta primera dinámica suele costar a los alumnos al sentir vergüenza de expresarse ante los demás, por lo que el profesor puede ser el primero en “romper el hielo” y generar esa primera actuación improvisada.

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Caras animadas”. Por grupos de aprendizaje, los alumnos se desplazan libremente por todo el espacio. Una vez que el profesor de una palmada o un toque de silbato, el alumnado se parará bruscamente y creará una expresión facial lo más extraña posible, cambiando la expresión de su cara tantas veces como el profesor emita palmadas. También se puede ofrecer la oportunidad a que un representante de cada grupo sea quien vaya indicando el momento en que se improvisarán nuevas caras animadas, ofreciendo la posibilidad de no solo experimentar un gesto, sino también un sonido animado (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ En cada grupo improvisamos situaciones entre un cliente y un vendedor, por ejemplo, en una farmacia, una joyería, un hotel, una tienda de ropa... Intentar llegar hasta las últimas consecuencias de la acción, pero que acaben de forma positiva resolviendo, incluso, un posible conflicto. Los alumnos que observan la improvisación ofrecen feedback tras la acción teatral (**PAREJAS-COMPRUEBAN-EJECUTAN**).
- ✓ “Un día de campamento”. Se proporcionará un papel a cada grupo con la situación que han de experimentar. Las representaciones que deberán escenificar los alumnos, en un minuto de tiempo como máximo, serán (**RESULTADO COLECTIVO**):
 - o Primer día, nadie se conoce y todos somos muy tímidos, ¿qué hacemos?
 - o De acampada al aire libre.
 - o Jugamos todos en la piscina.
 - o La hora de comer.
 - o Talleres de la tarde.
 - o Batida de reciclaje del campamento.

- o Fiesta de la última noche.
- o A dormir (juerga en las cabañas).
- o La despedida.

Tras cada escenificación, se les preguntará a los grupos de aprendizaje que conforman el público qué escena realizaban los compañeros y ofrecer, si lo estiman oportuno, retroalimentación. Cada acierto sobre la escenificación de sus compañeros conlleva una puntuación que se sumará al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase.

- ✓ “Pelota de ping-pong”. Los alumnos y profesor cantan la canción pelota de ping-pong yendo de menos a más intensidad del sonido, de saltos, de improvisación de movimientos... La secuencia de la canción sería así (**JUEGO COOPERATIVO**):

*“Yo soy pelota de ping-pong,
y boto, boto, boto por todo el salón,
y si te toco, botas,
botas, botas, botas”.*

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (el compañerismo) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	6	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> o Comunicación lingüística o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor o Conciencia y expresiones culturales 	<ul style="list-style-type: none"> o Mejorar la improvisación mediante la puesta en escena de situaciones reales o Seguir esforzándose y participando de forma activa para obtener los resultados deseados [OC] 	

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
o Fase 2. El aprendizaje cooperativo como contenido a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: juego cooperativo, resultado colectivo y parejas-comprueban-ejecutan	o Materiales: folios, lápices o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

En esta sesión se ha de persistir en concienciar de lo clave de la responsabilidad de cada uno en el éxito final de las tareas como se reflexionó en el día anterior. Como docentes, hemos de seguir animando a esforzarse y pulir los posibles errores de improvisación que surgiesen para que en actividades como “continua la historia”, surjan situaciones creativas y divertidas que mantengan la tensión, pero que generen un clima de distensión y compañerismo.

En cuanto al momento de reflexión, bien en gran grupo o dentro de cada grupo cooperativo, podemos solicitarles que valoren qué pequeñas acciones pueden surgir de ellos para cuidar nuestro medio natural. Por ejemplo: como grupo, ¿a qué acuerdo podéis llegar para realizar una acción que genere un cuidado del medio ambiente?

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ “Buenos días”. Situados todos los alumnos en un círculo, uno de ellos se la queda y tendrá que situarse fuera del círculo con los ojos vendados. A su vez, algún compañero tendrá que decir “buenos días” con diferentes tipos de voz o bien la suya propia, teniendo que adivinar éste quién ha sido (**JUEGO COOPERATIVO**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “La bola energética”. Uno de los alumnos pasa una bola imaginaria al resto del grupo realizando un gesto. Una vez que la pelota vaya pasando poco a poco por todos, irá pesando más y más hasta que no puedan levantarla del suelo (**JUEGO COOPERATIVO**).
- ✓ Seguidamente, realizaremos un juego parecido al juego de mesa “party” en el que se dará una situación a cada alumno que tendrá que representar al resto de su grupo, a través de la mímica o la pintura. Si lo consi-

guen adivinar, el grupo sumará un punto, el cual se sumará al resultado colectivo de la clase. En caso contrario, pasará el turno a otro compañero del equipo. Las representaciones que deberán escenificar nuestros alumnos serán como máximo en un minuto de tiempo (**RESULTADO COLECTIVO**).

- ✓ Continuamos improvisando, en este caso, “¡nos vamos de safari!”. En esta historia tendrán que entrar en juego el personaje principal, un turista que visita el safari, además del guía, los indígenas, el cazador furtivo, los animales... A cada alumno, por grupo, se le asignará o elegirá un personaje, sobre el cual tendrá que crear gestos y situaciones a representar. Tras unos minutos de reflexión, cada grupo representará la historia solventando las situaciones acaecidas gracias a la improvisación y recibiendo, posteriormente, feedback por parte de su pareja dentro de cada grupo cooperativo (**PAREJAS-COMPRUEBAN-EJECUTAN**).
- ✓ “Continúa la historia”. Sentados en círculo todos los grupos de aprendizaje, un grupo al azar se levantará y comenzará a narrar y a gesticular una historia. Cuando lo considere oportuno, se sentará y el siguiente grupo será el encargado de continuar la historia (**JUEGO COOPERATIVO**).

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la importancia del cuidado de nuestro medio natural) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”	7	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> o Comunicación lingüística o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor o Conciencia y expresiones culturales 	<ul style="list-style-type: none"> o Representar escenas y situaciones reales o ficticias utilizando la expresión del cuerpo y la comunicación verbal y no verbal o Trabajar de forma responsable para alcanzar el éxito individual y grupal [OC] 	

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES

- o Fase 2. El aprendizaje cooperativo como contenido a enseñar y aprender
- o Estrategias cooperativas: juego cooperativo, parejas-comprueban-ejecutan y resultado colectivo
- o Materiales: sin material o cualquier otro del área de Educación Física
- o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Al inicio de la sesión, se recomienda que el profesor anime a dar lo mejor de cada uno en esta despedida, dando las gracias por la labor de cada uno, al igual que valorando el trabajo ejecutado después de cada escena, siendo necesario generar una pequeña “celebración” observando el resultado colectivo de la clase tras la finalización de las improvisaciones. Después, dentro de cada grupo cooperativo, se les solicita que sean sinceros en la valoración como grupo y que fomenten su espíritu crítico, pero de forma constructiva a la hora de considerar el esfuerzo y trabajo de los demás.

Momento de encuentro

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ “El establo”. Se solicitan cuatro o cinco voluntarios entre el grupo que abandonan la clase. Se llama al primero, y en presencia de este alumno y del resto del grupo, el profesor realiza una representación describiendo verbalmente, a la vez que realiza cada movimiento, sobre la historia de un pastor que llega a un establo donde hay una vaca que debe ordeñar. Para ello, recoge dos cubos, una banqueta, acaricia a la vaca, se sitúa y comienza la acción. Una vez realizada la operación, vuelve a colocar todos los útiles en su sitio y se marcha. Cuando termina la acción, se hace entrar al segundo, que asiste a la ejecución que ahora realizará el primero. La actividad se desarrollará con esta misma secuencia hasta que hayan entrado todos los alumnos por turnos, momento en que se les hace repetir a cada uno su actuación, pero, esta vez, pidiéndoles que verbalicen su actuación. Se podría poner claramente de manifiesto cómo se produce la pérdida de información a medida que los alumnos van interviniendo (**JUEGO COOPERATIVO**).

Momento de adquisición de los aprendizajes

- ✓ El profesor plantea la siguiente situación: un espía se aloja en un hotel para descubrir un secreto que afecta a la seguridad nacional. Para coger

información, deberá introducirse en las distintas habitaciones del hotel y hacerse pasar por un huésped que habita en dicha habitación. Para pasar desapercibidos, los alumnos se han de transformar en los siguientes personajes que se les ofrecen:

- o Acróbatas de circo.
- o Aristócratas.
- o Artistas.
- o Ladrones.
- o Cualquier otro personaje que el alumno pueda crear.

A cada alumno por grupo se le asignará o elegirá un personaje, sobre el cual tendrá que crear gestos y situaciones a representar. Tras unos minutos de reflexión, se juntará con otros compañeros de su mismo personaje con los que compartirá su propuesta. Tras la tormenta de ideas, volverá a su grupo para representar junto con sus compañeros la historia (**PAREJAS-COMPRUEBAN-EJECUTAN**).

- ✓ Cada grupo realizará una prueba práctica final durante, al menos, un minuto en la que tendrán que improvisar y escenificar una de las situaciones planteadas (Anexo A). Un componente de cada grupo será el jurado que valorará positivamente y ofrecerá feedback al resto de alumnos. Al igual que en otras situaciones teatrales, los aciertos de los compañeros serán sumados al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase.

Esta será la última actividad, por lo que cada uno realizará su propia auto-evaluación, así como cada grupo evaluará, de manera coeducativa, la labor de improvisación del resto de grupos cooperativos.

Momento de reflexión

- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo, reflexión sobre los conceptos trabajados (la no violencia y los peligros en la adolescencia) y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida de la unidad didáctica “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”.

5. LA EVALUACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DE EXPRESIÓN CORPORAL

Para evaluar nuestras unidades de expresión corporal, tomaremos como referencia una serie de criterios de evaluación, así como sus respectivos indicadores de logro, haciendo mención, igualmente, a los procedimientos e instrumentos de evaluación empleados.

Con respecto a la primera unidad didáctica, “Nos conocemos”, se han tenido en cuenta los siguientes criterios de evaluación e indicadores de logro (tabla nº 3).

Tabla 3

Relación de criterios de evaluación e indicadores de logro de la unidad didáctica “Nos conocemos”

Criterios de evaluación	Indicadores de logro
Fomentar adecuadas actitudes de adhesión al grupo, empleando diversas vías de comunicación verbal y no verbal	<ul style="list-style-type: none">o Reconoce el valor de la cooperación como aspecto clave para la integración en el grupo-claseo Emplea diferentes tipos de comunicación verbal y no verbal
Permitir la libre expresión del cuerpo a través del uso de sencillos gestos y movimientos creativos	<ul style="list-style-type: none">o Realiza gestos y movimientos expresivos originales y variados
Reconocer la importancia de los valores y las adecuadas actitudes de respeto ante las opiniones de los compañeros	<ul style="list-style-type: none">o Participa de manera desinhibida, facilitando el desarrollo de la claseo Muestra adecuadas actitudes de respeto por el profesor, los compañeros y las normas del aula

En cuanto a la segunda unidad de expresión corporal, se exponen en la tabla nº 4 los criterios e indicadores de logro que permiten su evaluación.

Tabla 4

Relación de criterios de evaluación e indicadores de logro de la unidad didáctica “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”

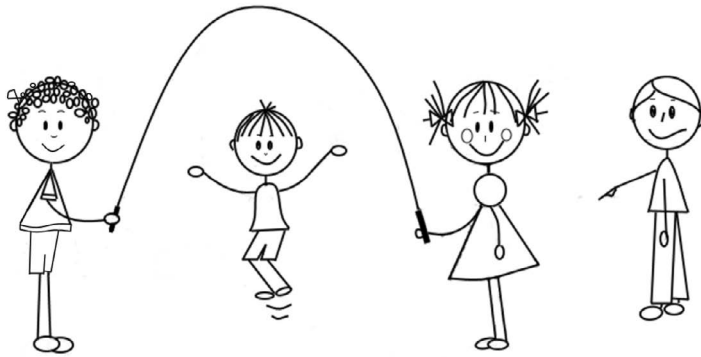
Criterios de evaluación	Indicadores de logro
Producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, empleando diversas técnicas de expresión corporal	<ul style="list-style-type: none"> o Manifiesta las posibilidades expresivas de su cuerpo y del movimiento mediante el desarrollo de juegos y actividades de expresión o Elabora acciones motrices variadas empleando el uso de gestos, posturas y mímica o Realiza improvisaciones y desarrolla construcciones sencillas basados en retos expresivos corporales reales y ficticios

Para finalizar este apartado, se van a nombrar una serie de procedimientos e instrumentos empleados para la evaluación de las dos unidades desarrolladas hasta el momento:

- Procedimiento de evaluación del aprendizaje:
 - Cuaderno de sesiones de cada grupo cooperativo
 - Autoevaluación y coevaluación de cada grupo cooperativo
 - Utilización de herramientas digitales para la consecución de los objetivos: Prezi, Padlet o similar...
- Procedimiento de evaluación de la enseñanza:
 - Observación directa de las sesiones
 - Listas de control semanales (véase anexos B y C)
 - Diario de sesiones cooperativas semanales (véase anexo D)

Capítulo 4

El aprendizaje cooperativo en la condición física



1. INTRODUCCIÓN A LA UNIDAD DIDÁCTICA DE CONDICIÓN FÍSICA

Una vez experimentado cómo trabajar la metodología de Aprendizaje Cooperativo con contenidos de expresión corporal, seguidamente se justifica el desarrollo de la tercera unidad didáctica que queremos desarrollar. En esta ocasión, hemos de hacer referencia a la condición física, la cual ha sido definida por los autores como el “conjunto de cualidades o condiciones orgánicas, anatómicas y fisiológicas que debe reunir una persona para poder realizar esfuerzos físicos, tanto en el trabajo como en los ejercicios musculares y deportivos” (Legido et al., 1996, citado por Guillén García & Ramírez Gómez, 2011, p. 47-48).

Ese conjunto de cualidades físicas que los autores han desglosado en distintas habilidades, destacando la resistencia, la fuerza, la velocidad, la flexibilidad, entre otras (Corbin et al., 2000), han de ser trabajadas en todas las etapas educativas, pero, sobre todo, en la adolescencia, como periodo sensible del crecimiento, debido a que más del 80% de esa población joven en el

mundo tiene un nivel insuficiente de actividad física (Organización Mundial de la Salud, 2020). Sin embargo, no solamente existen beneficios a nivel de la salud física, como, por ejemplo, la mejora de los sistemas cardiorrespiratorio y muscular o el desempeño académico (Organización Mundial de la Salud, 2020), sino que, además, contribuye a la mejora del autoconcepto físico y la autoestima, y a combatir procesos como la depresión o la ansiedad (Rodríguez García et al., 2015, citado por Rosa-Guillamón, 2018).

Para abordar todo lo expuesto anteriormente en relación con la condición física, consideramos que una de las mejores herramientas metodológicas de Aprendizaje Cooperativo son los desafíos físicos cooperativos. Éstos constituyen “situaciones de aprendizaje donde se combina un determinado reto, a veces incluso con un componente de riesgo subjetivo, con la cooperación necesaria para superarlo” (Fernández-Río & Velázquez-Callado, 2005, p. 17). Dentro de cualquier reto, los autores manifiestan encontrar tres componentes fundamentales:

- Conceptual: hace referencia a una situación problema y las herramientas posibles para solventarlo.
- Motriz: referida a la ejecución motora (capacidad física básica, habilidad o destreza) necesaria para solucionar ese reto.
- Afectivo-relacional: referida a los factores intrapersonales e interpersonales que repercuten dentro del éxito o fracaso de la acción.

2. ESTRUCTURA DE LA SESIÓN DE CONDICIÓN FÍSICA

De forma tradicional, la sesión de Educación Física se ha estructurado en tres partes bien diferenciadas, según una visión de carácter didáctico: calentamiento o animación, parte principal o fundamental de la clase, y parte final o calmante (Contreras Jordán, 1998). Sin embargo, como se ha expuesto en este mismo subapartado del anterior capítulo nº 3, la sesión puede variar su planteamiento teniendo en cuenta aspectos psicológicos o afectivos, encontrando otras propuestas como las del profesor Vaca (1996).

Teniendo en cuenta que el contenido a trabajar en esta unidad es la condición física, vamos a organizar nuestra clase en las tres partes nombradas con anterioridad, centrándonos en su carácter fisiológico, comenzando con un calentamiento inicial, encontrando una segunda parte, o parte principal, donde se desarrollen los contenidos físicos, adaptándonos a las curvas de esfuerzo y fatiga, y una parte de vuelta a la calma, en la que se buscará la disminución de las pulsaciones de nuestro alumnado.

3. OBJETIVOS Y CONTENIDOS DE LA UNIDAD DIDÁCTICA DE CONDICIÓN FÍSICA

Al igual que ocurrió en el mismo subapartado del capítulo anterior, seguiremos las directrices del Ciclo del Aprendizaje Cooperativo (Fernández-Río, 2017). En esta ocasión, todos los contenidos propios de la condición física se engloban dentro de una tercera fase: **el Aprendizaje Cooperativo como recurso para enseñar y aprender**, que contempla estrategias de Aprendizaje Cooperativo como piensa-comparte-actúa, entre otras, destacando el carácter cooperativo y no competitivo de su puesta en escena.

Los desafíos físicos cooperativos, nombrados con anterioridad, contienen actividades propias para el desarrollo de las capacidades físicas básicas de resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad, además de otros aspectos a trabajar propios de la programación didáctica de Educación Física como la toma de pulsaciones, la alimentación o la higiene postural.

Por ello, teniendo en cuenta los contenidos de la condición física a tratar en esta tercera fase, distribuiremos los objetivos didácticos y cooperativos tal y como se observa en la tabla nº 5. La unidad didáctica de condición física, “Desafiando nuestra condición física”, cuenta con seis sesiones para un total de 25-30 alumnos, en los que el tercer componente que se ha de seguir desarrollando es la responsabilidad individual.

Tabla 5

Objetivos didácticos y cooperativos de la unidad didáctica “Desafiando nuestra condición física”

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
1	<ul style="list-style-type: none">• Desarrollar el calentamiento y la vuelta a la calma en Educación Física, siendo conscientes de su importancia• Conocer y llevar a cabo los retos propuestos para la mejora de nuestra condición física• Mostrar un adecuado compromiso académico y motivar a la hora de participar en todas las tareas propuestas [OC]
2	<ul style="list-style-type: none">• Trabajar los variados ejercicios de movilidad articular y estiramientos propuestos en los grupos cooperativos• Seguir desarrollando nuestras capacidades físicas básicas a través de la consecución de desafíos• Contribuir de forma equitativa, dentro de cada grupo, al trabajo de los diversos desafíos físicos cooperativos propuestos por el docente [OC]

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
3	<ul style="list-style-type: none"> • Valorar la importancia de nuestra postura corporal, practicando los diferentes ejercicios de manera correcta • Participar activamente en los desafíos físicos cooperativos propuestos, reconociendo el esfuerzo de los compañeros • Seguir madurando un grado de responsabilidad necesario para obtener los resultados deseados por el grupo [OC]
4	<ul style="list-style-type: none"> • Preparar en equipo y desarrollar los desafíos físicos cooperativos propuestos integrando y respetando a todos los miembros del grupo • Alcanzar la responsabilidad individual en la planificación, exposición y evaluación de los diferentes retos para obtener el éxito grupal [OC]
5	<ul style="list-style-type: none"> • Preparar en equipo y desarrollar los desafíos físicos cooperativos propuestos integrando y respetando a todos los miembros del grupo • Alcanzar la responsabilidad individual en la planificación, exposición y evaluación de los diferentes retos para obtener el éxito grupal [OC]
6	<ul style="list-style-type: none"> • Preparar en equipo y desarrollar los desafíos físicos cooperativos propuestos integrando y respetando a todos los miembros del grupo • Alcanzar la responsabilidad individual en la planificación, exposición y evaluación de los diferentes retos para obtener el éxito grupal [OC]

4. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA UNIDAD DIDÁCTICA DE CONDICIÓN FÍSICA

A continuación, se exponen las actividades de enseñanza-aprendizaje y las técnicas de Aprendizaje Cooperativo que conforman las seis sesiones de las que se compone la unidad didáctica de condición física. Al igual que la anterior unidad didáctica, la organización general de los alumnos será estable por grupos de aprendizaje de cuatro personas.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Desafiando nuestra condición física”	1	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none">o Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnologíao Aprender a aprendero Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor	<ul style="list-style-type: none">o Desarrollar el calentamiento y la vuelta a la calma en Educación Física, siendo conscientes de su importanciao Conocer y llevar a cabo los retos propuestos para la mejora de nuestra condición físicao Mostrar un adecuado compromiso académico y motivador a la hora de participar en todas las tareas propuestas [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje y piensa-comparte-actúa	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: esquis cooperativos, pelotas de gomaespuma o pelotas blandas, cuerdas, picas y colchonetas o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

En esta primera sesión de la unidad didáctica, debemos disciplinar al alumno en el cambio de estructura de la clase, siendo responsables y cuidadosos en calentar adecuadamente, siguiendo las directrices marcadas por el compañero, así como en realizar sus estiramientos en grupo al finalizar la misma. En cuanto a la estructura de la parte principal, se ofrecen diversos retos en los que cada grupo trabajará durante un tiempo determinado, siendo la observación directa del docente clave a la hora de analizar si ese compromiso académico y motivador, al que se alude en el objetivo cooperativo del día, se está o no cumpliendo.

Con relación a la reflexión final, podemos plantear algunas cuestiones como: ¿quién ha sido el organizador del grupo en los desafíos? ¿Qué estilo ha empleado para motivar la participación del equipo? ¿Todos los alumnos habéis podido dar vuestra opinión para superar los desafíos propuestos?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Comienzo del calentamiento en esta unidad didáctica con un trote suave por grupos de aprendizaje. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo, dentro de cada grupo cooperativo, y se

procede a realizar un calentamiento general basado en movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo. Normalmente, el encargado de realizar estos calentamientos es un miembro del grupo con ese rol determinado o bien puede ser rotativo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Parte principal

- ✓ Explicación inicial a través de los medios digitales (presentación tipo Prezi o similar) y toma de notas por el secretario de los grupos de aprendizaje sobre las características de la tarea de desafíos físicos cooperativos (sesión 1). El alumnado encargado anotará las siguientes directrices:
 - o Capacidad física para desarrollar
 - o Tiempo y/o número de repeticiones a realizar
 - o Material disponible

La clase se organizará alrededor de una serie de postas, o desafíos, donde los grupos irán rotando en el sentido de las agujas del reloj. Cada una tendrá un tiempo determinado de acción, por lo que en la reflexión final comprobaremos si todos los alumnos han podido desarrollar todos los retos propuestos y, en caso de que no haya sido así, comprobar qué ha ocurrido y dar feedback para las siguientes sesiones.

Igualmente, en esta presentación inicial, se les solicitará a los grupos que elaboren dos desafíos, teniendo en cuenta las directrices dadas por el profesor, para exponerlos y desarrollarlos en las sesiones 4, 5 y 6 de la presente unidad didáctica.

- ✓ “La pista de hielo cooperativa”. Cada grupo dispone de dos plataformas deslizantes (contamos con un material llamado esquís cooperativos, pero también se podría trabajar con ladrillos y dos cuerdas por pareja o emplear material reciclado) al comienzo de la actividad. El objetivo del desafío es que todo el grupo tiene que recorrer una determinada distancia, evitando tocar el hielo con alguna parte del cuerpo.
 - o Reglas que cumplir: si alguien tocaba el suelo en algún momento tenían que volver todos a comenzar la tarea; todos los alumnos han de alcanzar la distancia propuesta para terminar el desafío (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “La tripulación”. Cada grupo dispone de una colchoneta, dos pelotas blandas y dos cuerdas al comienzo de la actividad. El objetivo es cruzar el mar que estaba delante del grupo, al igual que el anterior, una determinada distancia, sin tocar el agua con ninguna parte del cuerpo y sin doblar la colchoneta.

- o Reglas que cumplir: si alguien tocaba el suelo en algún momento tenían que volver todos a comenzar la tarea; todo el material debía ser desplazado al otro lado del mar para terminar el desafío (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “Trasporte humano”. Cada grupo dispone de una colchoneta para realizar el siguiente desafío. El objetivo es trasladar a los diferentes compañeros del grupo durante una cierta distancia sin poder tocarlos de forma directa. En este sentido, se hará hincapié en la importancia del trabajo de fuerza para elevar al compañero suspendido en la colchoneta, así como en la correcta postura de nuestra espalda para subir peso.
 - o Reglas que cumplir: no se puede tocar a la persona transportada, ni que toque el suelo, ni que ésta ayude al resto de compañeros en la ejecución (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “El aro cooperativo”. Cada grupo tiene que levantar un aro grande del suelo para que todos los miembros del grupo pasen dos veces por él. Una vez finalizado el desafío con el aro grande, se procederá a continuar este empleando aros de menor tamaño, aumentando la dificultad en la ejecución.
 - o Regla que cumplir: no se puede tocar el aro con la cabeza, brazos o manos en ningún momento, además de que todos los alumnos han de permanecer cogidos de estas últimas sin poder ayudarse entre sí para pasar el aro (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).

Vuelta a la calma

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizados los retos realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados durante la sesión (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Desafiando nuestra condición física”	2	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología o Aprender a aprender o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor 	<ul style="list-style-type: none"> o Trabajar los variados ejercicios de movilidad articular y estiramientos propuestos en los grupos cooperativos o Seguir desarrollando nuestras capacidades físicas básicas a través de la consecución de desafíos o Contribuir de forma equitativa, dentro de cada grupo, al trabajo de los diversos desafíos físicos cooperativos propuestos por el docente [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje y piensa-comparte-actúa 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: pelotas de gomaespuma o pelotas blandas, aros, conos o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Iniciamos el trabajo en esta segunda sesión, reconduciendo, si fuese necesario, aquellos aspectos que no permitieron la superación de los desafíos anteriores. En esta clase, se debe animar a que los alumnos trabajen a partes iguales, evitando el efecto “polizón” o la “holgazanería” de algunos compañeros que difieren de la responsabilidad individual.

Por tanto, en la reflexión final en grupo, podemos preparar cuestiones como: ¿todos los miembros del grupo han participado de forma equitativa? Si algún compañero ha tenido dificultades, por su nivel de habilidad, ¿le habéis ayudado a superar el desafío? ¿Ha habido algún reto que ha necesitado mayor cooperación que otros? Si ha sido así, ¿hemos sido responsables y hecho todo lo posible para superarlo?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Parte principal

- ✓ Repaso y reconducción, si fuese necesario, de las tareas desarrolladas el día anterior. Durante la presente sesión trabajarán en grupos las actividades de la segunda sesión de desafíos físicos cooperativos.
- ✓ “Apoyos”. El grupo determinará previamente cuál es el número mínimo de puntos que puede conseguir en un espacio previamente delimitado, teniendo en cuenta que cada mano apoyada en el suelo equivale un punto y cada pie equivale a cuatro puntos.
 - o Reglas que cumplir: todo el grupo debe encontrarse en el espacio perfectamente delimitado para realizar la ejecución a tal fin. Únicamente se puede tocar el suelo con las manos o los pies no utilizando objetos ni mobiliario del patio; cada puntuación será sumada dependiendo del número de apoyos que haya (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “La senda peligrosa”. Cada grupo dispone de un determinado número de aros de diferente color para crear una senda por donde puedan cruzar un pantano. Cada aro tiene un significado diferente: un aro grande es seguridad, una o más personas pueden estar en él; un aro **rojo** o **naranja** es peligro, no se puede estar en él; un aro **azul** solo admite un pie cada vez; un aro **amarillo** admite dos manos (de una o dos personas); y un aro **verde** admite solo una mano. Una vez realizada la senda y recorrida por todos los miembros del grupo, se debe intentar cruzar las sendas diseñadas por el resto.
 - o Regla que cumplir: al cruzar la senda, los alumnos deben ir de dos en dos cogidos de la mano (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “El balón encantado”. Todos los compañeros del grupo han de elevar un balón (normalmente un balón blando o de gomaespuma) desde el suelo y tocarlo con las extremidades inferiores o con la cabeza antes de que vuelva a botar.
 - o Reglas que cumplir: desde que una persona hace su contacto con el balón, éste no puede volver a tocar el suelo hasta que todos los miembros del equipo lo hayan tocado previamente. Además, ningún miembro del equipo puede tocar el balón con las extremidades superiores (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “El punto limpio cooperativo”. El grupo debe sacar todos los objetos depositados en un espacio previamente determinado sin que nadie acceda dentro de dicho espacio. Para ello se dispone de varios balones blandos. Los objetos que se encontrarán son latas, tetrabriks, botellas de plásticos, bolas de papel... los cuales, una vez eliminados del punto limpio, tendrán

que reciclarlos en sus respectivos de cubos: **azul**, **amarillo** o **verde**. Se dispondrá de un tiempo máximo para eliminar la mayor cantidad, o toda la cantidad, de residuo de ese espacio.

o Reglas que cumplir: nadie puede tocar con las manos dentro del punto limpio. Los alumnos no se podrán mover de su posición y tendrán que pasar el balón al compañero mejor colocado para conseguir eliminar el residuo (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).

Vuelta a la calma

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizados los retos realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados durante la sesión (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Desafiando nuestra condición física”	3	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS		OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología o Aprender a aprender o Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor 		<ul style="list-style-type: none"> o Valorar la importancia de nuestra postura corporal, practicando los diferentes ejercicios de manera correcta o Participar activamente en los desafíos físicos cooperativos propuestos, reconociendo el esfuerzo de los compañeros o Seguir madurando un grado de responsabilidad necesario para obtener los resultados deseados por el grupo [OC]
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO		RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje y piensa-comparte-actúa 		<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: espalderas, cuerdas, pelotas de gomaespuma o pelotas blandas, aros, conos o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

En esta tercera sesión de la unidad didáctica, hemos de mantener el discurso que apele a la responsabilidad de cada uno para superar los desafíos propuestos, recordando a los alumnos que han de actuar como un todo unitario a la hora de preparar sus exposiciones de las siguientes clases. Es un buen momento para que el docente pueda escuchar a los grupos cooperativos de manera individual para generar sinergias positivas de cara a la participación en las tres siguientes clases.

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Parte principal

- ✓ Repaso y reconducción, si fuese necesario, de las tareas desarrolladas el día anterior. Durante la presente sesión trabajarán en grupos las actividades de la tercera sesión de desafíos físicos cooperativos. Además, se les recordará a los grupos las fechas de exposición y desarrollo de sus desafíos físicos cooperativos a partir de la siguiente sesión.
- ✓ “Escritores en las alturas”. Cada grupo tiene que representar un número concreto de letras o palabras con sus cuerpos, pero subidos a las espalderas del gimnasio (o buscando un espacio alto en un patio o pista polideportiva) y en un tiempo determinado.
 - o Regla que cumplir: todas las personas deben estar en contacto al formar la letra en las espalderas o en altura (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “Pequeños escaladores”. Cada alumno del grupo tendrá que efectuar un recorrido de escalada por las espalderas del gimnasio o si se dispone de un rocódromo en la instalación. Comenzarán por el inicio de las espalderas, teniendo que llegar a tocar un punto elevado de un color concreto. Después tendrán que descender, únicamente apoyando por los puntos marcados, hasta tocar con una parte del cuerpo el nuevo punto perceptible en el suelo. Así sucesivamente hasta que consigan tocar los cuatro puntos o estaciones del recorrido de escalada.

- o Reglas que cumplir: ningún miembro del equipo, salvo excepciones por discapacidad o problemas a nivel motriz (a los que se les prepararía una acción adaptada a sus posibilidades), podrá salirse de la zona preparada por realizar el apoyo de manos y pies (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “Arriba y abajo”. Todos los componentes del grupo han de realizar una serie de tareas con una cuerda atada a una espaldera o a otro elemento que se considere del patio o pista polideportiva. En primer lugar, tendrán que pasar debajo de la cuerda a cuatro niveles: reptando, en cuadrupedia, de cuclillas y de rodillas. Tras ello, el alumnado tendrá que realizar diferentes saltos subiendo la altura de la cuerda al nivel por el que ha pasado bajo la misma, es decir, tendrá que elegir qué salto conviene más hacer para superar la altura de la cuerda, encontrando diversos saltos como: salto con pies juntos, pies alternos, salto de altura, en longitud...
 - o Reglas que cumplir: Hasta que un compañero no haya terminado de pasar por debajo de la cuerda y por encima, no puede comenzar el siguiente (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “Desafiando las minas”. Todo el grupo debe atravesar un espacio rectangular de unos 10 metros de largo por uno de ancho en el que se han dispuesto varias minas, representadas por conos, que no pueden ser tocadas. El recorrido se efectuará en dos ocasiones. En la primera de ellas se perderá el sentido de la vista; en la segunda se perderá el sentido del oído y, además, recibirán una serie de “bombas” externas que dificultará el paso.
 - o Regla que cumplir: nadie puede tocar los conos que limitan y se encuentran en el recorrido del espacio minado; los lanzadores de las “bombas” (pelotas de gomaespuma o pelotas blandas) se ubicarán a dos metros de distancia del espacio rectangular, pudiendo, única y exclusivamente, lanzar entre la cintura y los tobillos del jugador (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).

Vuelta a la calma

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizados los retos realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados durante la sesión (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Desafiando nuestra condición física”	4, 5 y 6	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none">o Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnologíao Aprender a aprendero Sentido de iniciativa y espíritu emprendedor	<ul style="list-style-type: none">o Preparar en equipo y desarrollar los desafíos físicos cooperativos propuestos integrando y respetando a todos los miembros del grupoo Alcanzar la responsabilidad individual en la planificación, exposición y evaluación de los diferentes retos para obtener el éxito grupal [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje e invención de juegos/tareas	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: cualquier material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Durante las siguientes tres sesiones se ponen en práctica los desafíos que los alumnos de cada grupo de aprendizaje han preparado. Por ello, el profesor solicitará una actitud de empatía y respeto hacia las exposiciones de los demás, sabiendo que ellos también tendrán que exponer sus desafíos en algún momento de las tres clases.

Al inicio de las sesiones se mantiene la reflexión inicial para conocer el grado de cumplimiento de los desafíos propuestos, en los que el docente ofrecerá las herramientas suficientes, centradas en la fuerza del grupo cooperativo, para superarlo los retos.

Finalmente, se solicitará a los alumnos de cada grupo la máxima sinceridad y responsabilidad a la hora de cumplimentar los instrumentos de evaluación que, posteriormente, serán analizados por el profesor. En cuanto a la reflexión final sobre los desafíos, podemos solicitar su participación exponiendo cuestiones como las siguientes: ¿completasteis todos los desafíos de los compañeros sin romper las reglas? ¿Qué desafíos requirieron más paciencia que otros para superarse? Con relación a lo anterior, piensa en alguna palabra o frase que se haya dicho en tu grupo que haya animado a tener paciencia y conseguir el éxito buscado.

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Parte principal

- ✓ Repaso y reconducción, si fuese necesario, de las tareas desarrolladas el día anterior.
- ✓ Durante las siguientes tres sesiones, los grupos expositores de cada día proponen, en fichas o bien de forma explicada, sus dos desafíos físicos cooperativos al resto de grupos para que los vayan poniendo en práctica. Una vez hayan terminado, dichos componentes del grupo evaluarán el grado de consecución del citado desafío (**INVENCIÓN DE JUEGOS/TAREAS**).

Algunos ejemplos de los desafíos físicos cooperativos más destacados creados por los alumnos son los siguientes:

- ✓ “Relevos saludables”. Cada grupo realizará salidas de relevos tanto corriendo de forma individual como en parejas donde se ha de formar una “carretilla”. Es decir, un alumno será la carretilla e irá desplazándose con las manos y, el otro jugador será el “jornalero”, que lleva la carretilla cogiendo los pies al compañero. Al llegar a su posta correspondiente tendrán que anotar un hábito saludable, trabajado anteriormente. En caso de hacerlo individualmente, se trabajará la velocidad, pero si se hace en parejas se han de realizar tres flexiones de brazos. Al finalizar la sesión, comprobaremos los hábitos saludables anotados por cada grupo cooperativo y los pondremos en común, observando aquellos que se repiten o aquellos que han sido recordados por algunos grupos.
 - o Reglas que cumplir: todos los alumnos realizarán el rol de carretilla y el rol de jornalero durante el tiempo empleado en esa posta. Es esencial que se mantenga una correcta higiene postural cuando se realice la carretilla, por lo que el compañero será el que vaya dando feedback para mejorar, si fuese preciso, la postura de su pareja de juego (**PAREJAS-COMPRUEBAN-EJECUTAN**).

- ✓ “Saltacojo”. Dentro de cada grupo cooperativo se realizará este desafío tanto de forma individual como en parejas. Este consiste en que los alumnos han de saltar desde una determinada distancia lo más lejos posible, realizando tantas marcas como mayor distancia se va superando. Sin embargo, el salto no es el único reto en este desafío, pues, además de saltar de forma longitudinal, se ha de recepcionar un móvil, lanzado por sus compañeros de grupo, durante la fase de vuelo. Una vez que se ha obtenido la mejor marca individual, se procede a realizar la misma acción por parejas.
 - o Reglas que cumplir: los alumnos pueden tomar una carrera previa al salto, pero no pueden pisar la línea marcada, pudiendo caer tanto con un pie como con los dos; en parejas, el salto se ha de hacer de forma coordinada cogidos de la mano, habiendo de recepcionar ambos compañeros el móvil para que sea válido el salto (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “A que no la metes”. En esta tarea los alumnos tendrían que conseguir encestar 10 tiros desde la línea de tiros libres del campo de baloncesto y, una vez que el balón se colase por el aro, otro alumno tendría que evitar que éste hiciese punto, lanzando su móvil por dentro del aro, pero en la dirección contraria.
 - o Reglas que cumplir: tanto si el alumno encesta como si el compañero evita que el balón entre por el aro, se ha de realizar una tarea de fuerza consistente en completar “burpees”. Si el alumno encesta correctamente su canasta, realizaría un burpee, al igual que si el compañero evita que se enceste. En caso de que no se consiga el objetivo, se realizarían dos repeticiones de la tarea (**PIENSA-COMPARTE-ACTÚA**).
- ✓ “Resistiré”. Este desafío consiste en que todos los integrantes del grupo realizan un recorrido de resistencia aeróbica intentando obtener el mayor número de vueltas posibles durante un tiempo determinado. Una vez finalicen todos los desafíos, se sumarán el total de vueltas por cada equipo al resultado colectivo de la clase.
 - o Reglas que cumplir: la única regla que se les pide a los alumnos es que estén todo el tiempo de ejecución corriendo, a mayor o menor velocidad, dependiendo de su condición física (**RESULTADO COLECTIVO**).

Vuelta a la calma

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizados los retos realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados durante la sesión (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día, así como la cumplimentación de los instrumentos de autoevaluación y coevaluación de cada grupo cooperativo en la sesión nº 6.
- ✓ Aseo básico y despedida de la unidad didáctica “Desafiando nuestra condición física”.

5. LA EVALUACIÓN DE LA UNIDAD DIDÁCTICA DE CONDICIÓN FÍSICA

Con la finalidad de evaluar esta unidad de condición física, tendremos en cuenta nuevamente una serie de criterios de evaluación, así como sus respectivos indicadores de logro para, más tarde, referirnos a los procedimientos e instrumentos de evaluación empleados. A continuación, se describen los criterios de evaluación y sus correspondientes indicadores de logro para esta unidad didáctica (tabla nº 6).

Tabla 6

Relación de criterios de evaluación e indicadores de logro de la unidad didáctica “Desafiando nuestra condición física”

Criterios de evaluación	Indicadores de logro
Conocer y poner en práctica un adecuado calentamiento general y vuelta a la calma, valorando sus beneficios para nuestra salud	<ul style="list-style-type: none"> o Desarrolla un extenso conjunto de ejercicios de aplicación al calentamiento y la vuelta a la calma o Pone en práctica propuestas variadas de ejercicios de movilidad articular y estiramiento para reforzar nuestra musculatura
Desarrollar actividades de acondicionamiento físico para la mejora de las capacidades físicas básicas de forma globalizada	<ul style="list-style-type: none"> o Conoce el significado de la condición física y de las capacidades físicas básicas relacionadas con la salud o Mejora las capacidades de resistencia aeróbica, fuerza, velocidad y flexibilidad a través de la ejecución de juegos y ejercicios motivadores

Criterios de evaluación	Indicadores de logro
Ser consciente de la importancia de la higiene postural como hábito saludable	o Es responsable para controlar su propia postura, tanto en su día a día como en actividades deportivas
Ser capaz de vencer los retos y desafíos propuestos de forma cooperativa, asumiendo el rol encomendado con independencia de las cualidades de cada compañero	o Valora el trabajo en equipo y respeta los diferentes niveles de condición física o Contribuye a facilitar un buen clima de trabajo en las sesiones

Seguidamente, se van a nombrar una serie de procedimientos e instrumentos empleados para la evaluación de la presente unidad didáctica:

- Procedimiento de evaluación del aprendizaje:
 - Cuaderno de sesiones de cada grupo cooperativo
 - Autoevaluación y coevaluación de cada grupo cooperativo (véase los anexos E y F)
 - Utilización de herramientas digitales para la consecución de los objetivos: Prezi, Genially o similar...
- Procedimiento de evaluación de la enseñanza:
 - Observación directa de las sesiones
 - Listas de control semanales
 - Diario de sesiones cooperativas semanales

Capítulo 5

El aprendizaje cooperativo en los juegos y deportes



1. INTRODUCCIÓN A LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DE JUEGOS Y DEPORTES

En nuestro último capítulo, toca tratar las dos últimas unidades didácticas relacionadas con los juegos y deportes. De estos contenidos se ha escrito en demasía ofreciendo conceptos y características muy variadas a lo largo de la historia. Nosotros hemos recogido aquellas que nos parecen más esenciales para introducir este capítulo.

Comenzaremos explicando la definición de juego como actividad intrínseca al propio ser desde su nacimiento hasta la vejez. El epistemólogo y reconocido autor de la teoría constructivista del desarrollo de la inteligencia, Jean Piaget, considera al juego como un elemento necesario para satisfacer las necesidades vitales de acción y expresión de las personas, así como favorecedor para el conocimiento y exploración de su entorno (Piaget, 1972). Por su parte, Trigo-Aza

(1989) señala la importancia de abordar el juego desde cuatro pilares básicos: la globalidad; la participación y cooperación (muy en la línea con nuestra propuesta metodológica de este libro); la creatividad; y la individualidad.

Por otro lado, hemos de nombrar a la figura pionera y decisiva sobre la orientación del deporte y la Educación Física en nuestro país, José María Cagigal. Este hace referencia a que el propio juego, junto con la danza y el deporte, son los contenidos fundamentales de nuestra materia (Cagigal, 1979). Refiriéndonos al deporte, este posee una gran repercusión en la vida escolar, sobre todo en las etapas de educación primaria y secundaria, por la actuación de los ídolos. No es de extrañar que en cualquier evento infantil se reproduzcan movimientos, celebraciones e, incluso, cortes de pelo parecidos a los llevados por las estrellas del deporte (García-López & Gutiérrez, 2016). Según Noguera (1995, citado por Corrales Salguero, 2010) el deporte es más que una acción física, o una manera de orientar nuestro tiempo libre y de ocio, es un componente educativo que conforma, además, un importante fenómeno social.

Teniendo en cuenta lo anterior, proponemos el desarrollo del modelo pedagógico del Aprendizaje Cooperativo con estos contenidos, a sabiendas de las dificultades que han manifestado su aplicación (Barret, 2005). Para combatir esta problemática, autores como Fernández-Río y Méndez-Giménez (2016) destacan la idea de hibridar diversos modelos “para lograr un mayor alcance con los mismos, ya que muchos de ellos se complementan a la perfección y todos ellos tienen en común que están centrados en el estudiante y no en lo que hace el docente” (p. 202). Por ello, en estas dos últimas unidades didácticas exponemos una versión híbrida del Aprendizaje Cooperativo y la Enseñanza Comprensiva del Deporte (García-López & Gutiérrez, 2016). Junto a las técnicas y componentes del Aprendizaje Cooperativo, en estas unidades didácticas utilizaremos elementos de la Enseñanza Comprensiva del Deporte como el uso de juegos modificados, la enseñanza mediante la búsqueda, la estructura de la sesión, que incluye un tratamiento equilibrado de la enseñanza táctica y técnica, y la progresión con criterio táctico.

Los juegos modificados son calificados como tareas esenciales en la Enseñanza Comprensiva del Deporte, en las que propiamente se varían o adaptan algunas de sus características para alcanzar la significatividad en el juego y acercar al alumno al éxito en su ejecución (García-López & Gutiérrez, 2016). Para ello, todos los miembros del equipo han de ayudarse mutuamente para encontrar la solución al problema motriz planteado, haciendo mención del empleo del estilo de enseñanza del descubrimiento guiado (Mosston & Ashworth, 1986). Esta enseñanza mediante la búsqueda es el soporte que sustenta la comprensión de la táctica, en la cual el alumnado deberá apren-

der a tomar decisiones durante la puesta en escena de las actividades, siendo necesaria la reflexión y los debates que propondrá el docente, animando al estudiante a no hacer las cosas por hacerlas, sino con un sentido, en este caso, táctico (García-López & Gutiérrez, 2016).

2. ESTRUCTURA DE LA SESIÓN DE JUEGOS Y DEPORTES

La utilización de la Enseñanza Comprensiva del Deporte nos plantea la posibilidad de estructurar la fase de adquisición de los aprendizajes, o principal de la sesión, de forma que se ajuste a los objetivos carácter técnico-táctico. De esta manera, proponemos empezar la parte principal de la sesión con un juego modificado que esté focalizado en los problemas tácticos y en las técnicas elegidas como objetivos de aprendizaje para esa sesión. A partir de ahí, proponemos algún tipo de tarea correctiva que permita, si fuera necesario, una focalización del trabajo en los aspectos técnicos. Una vez mejorados estos aspectos técnicos, el alumno volvería a practicar en situación de juego modificado, con el fin de favorecer la transferencia de lo aprendido en esas tareas correctivas a una situación global de juego. En cualquier caso, este esquema no es rígido, y en algunas sesiones no necesariamente partiremos de juegos modificados, sino que utilizaremos otros juegos que permitan trabajar los objetivos tácticos de la sesión.

3. OBJETIVOS Y CONTENIDOS DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DE JUEGOS Y DEPORTES

Para conservar la linealidad que se ha ido trabajando a lo largo de las unidades didácticas anteriores, continuamos las indicaciones marcadas por el Ciclo del Aprendizaje Cooperativo (Fernández-Río, 2017), manteniendo la misma fase que la unidad de condición física del capítulo anterior, es decir, **el Aprendizaje Cooperativo como recurso para enseñar y aprender**. En esta ocasión, se proponen nuevas técnicas cooperativas como la del rompecabezas o el empleo de la competición sin excesos, entre otras, como se observará en el siguiente subapartado.

Siguiendo las orientaciones de los decretos nacionales sobre los contenidos a trabajar para este primer curso de educación secundaria, nos hemos de centrar en impulsar, al menos, un deporte individual y un deporte de cooperación-oposición, haciéndose también mención de la práctica de juegos y deportes alternativos. Es por ello por lo que nuestra propuesta didáctica se centra en las modalidades deportivas de baloncesto, como deporte de cooperación-oposición, y de pickleball, como deporte individual y alternativo.

Las unidades didácticas de juegos y deportes, planificadas para un grupo de alumnos de entre 25 y 30, se organizan en 10 sesiones cada una de ellas. Comenzamos por la unidad “Cooperar y oponer en baloncesto”, la cual desglosa sus objetivos didácticos y cooperativos como se puede ver en la tabla nº 7. En cuanto a la propuesta de objetivos cooperativos, se proponen trabajar las habilidades interpersonales y de pequeños grupos.

Tabla 7

Objetivos didácticos y cooperativos de la unidad didáctica “Cooperar y oponer en baloncesto”

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
1	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajar el desmarque como elemento táctico esencial para mantener la posesión del balón • Introducir las reglas del baloncesto y familiarizarse con los fundamentos individuales del manejo del balón y la técnica del pase • Preparar concienzudamente los conceptos a trabajar y confiar en la calidad de la información transmitida [OC]
2	<ul style="list-style-type: none"> • Mejorar la posesión del balón mediante el uso inteligente del bote • Trabajar los aspectos técnicos de los deportes de invasión: el pase y el bote • Ajustar la información a comunicar ante los compañeros, animando a prestar atención durante las explicaciones [OC]
3	<ul style="list-style-type: none"> • Mejorar la táctica ofensiva mediante el avance, el desmarque y el lanzamiento • Conocer y mejorar la posición de ataque y practicar los diferentes tipos de desplazamiento con balón • Comprobar que todos los componentes del grupo entienden la información a trabajar, ofreciendo o pidiendo ayuda de forma desinteresada [OC]
4	<ul style="list-style-type: none"> • Mejorar la acción táctica del desmarque, ofreciendo líneas constantes de pase a los compañeros • Trabajar la defensa 1x1 • Sugerir a los compañeros el esfuerzo en todas las tareas propuestas como la base para el trabajo cooperativo [OC]

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
5	<ul style="list-style-type: none">• Aprender cómo y cuándo efectuar el lanzamiento a canasta• Buscar el espacio libre en la defensa contraria para poder lanzar en las condiciones más favorables para anotar• Seguir mejorando el estudio, transmisión y atención ante los conceptos propuestos por los demás [OC]
6	<ul style="list-style-type: none">• Trabajar la visión continua de las referencias básicas de ataque y defensa• Conocer las características y tipos de bloqueos, así como su aplicación práctica• Asegurar la participación de todos como estrategia para alcanzar los objetivos comunes [OC]
7	<ul style="list-style-type: none">• Emplear el contraataque como estrategia ofensiva en baloncesto• Mostrar paciencia ante las dificultades, creyendo y valorando las posibilidades del grupo [OC]
8	<ul style="list-style-type: none">• Aumentar el ritmo de juego, posibilitando acciones ofensivas más completas• Mejorar los fundamentos individuales del baloncesto: manejo del balón, bote, pase y lanzamiento• Animar a los compañeros a saber ganar y perder, alabando el trabajo y el esfuerzo de los demás [OC]
9	<ul style="list-style-type: none">• Mejorar el conocimiento y las habilidades específicas de los distintos tipos de defensa, trabajando la solidaridad y las ayudas defensivas en situaciones de juego reducidas• Seguir motivando a los compañeros a mejorar cada día, contribuyendo a ello con mi esfuerzo [OC]
10	<ul style="list-style-type: none">• Poner en práctica los aspectos técnico-tácticos del baloncesto a través de partidos y situaciones de juego real• Aprender a trabajar como un equipo unido, respetando y sabiendo pedir perdón a los demás compañeros [OC]

Seguidamente, en la tabla nº 8, se presentan distribuidos los objetivos didácticos y cooperativos de la segunda unidad de deportes, “Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”. Para finalizar nuestra propuesta de consecución de objetivos cooperativos el último componente a tratar en este modelo de enseñanza será el procesamiento grupal.

Tabla 8

Objetivos didácticos y cooperativos de la unidad didáctica “Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
1	<ul style="list-style-type: none"> • Conseguir cubrir espacios en la pista de juego • Conocer los fundamentos básicos de los deportes de raqueta comenzando por los golpes de fondo • Analizar la calidad de las aportaciones de los integrantes del grupo cooperativo [OC]
2	<ul style="list-style-type: none"> • Observar los espacios en el campo contrario y buscar en ellos una ventaja en el juego ofensivo • Asimilar los golpes de fondo en pickleball: el golpe de revés • Trabajar la transmisión de información a los demás, así como dar feedback positivo por el buen hacer de los compañeros [OC]
3	<ul style="list-style-type: none"> • Mejorar nuestra situación en el campo de juego • Trabajar el saque como fundamento técnico para iniciar el punto en el pickleball • Mejorar las relaciones entre los componentes del grupo, aunando esfuerzos para alcanzar los objetivos previstos [OC]
4	<ul style="list-style-type: none"> • Ser capaz de leer el juego del contrario y anticiparse a sus acciones • Conocer los golpes de red en pickleball: la volea de derecha • Contribuir con mi participación al procesamiento de mi grupo cooperativo [OC]
5	<ul style="list-style-type: none"> • Persistir en la búsqueda del error del rival realizando golpes lo más precisos posibles • Descubrir nuevos golpes de red en pickleball: la volea de revés • Persistir en la implicación de todos los compañeros en la mejora del procesamiento grupal [OC]
6	<ul style="list-style-type: none"> • Variar las acciones técnicas en función de la situación del rival en la pista, mejorando las acciones ataque-defensa • Conocer los golpes especiales en pickleball, como el globo • Observar los posibles problemas del grupo, junto con el profesor, y recibir retroalimentación para solucionarlos [OC]
7	<ul style="list-style-type: none"> • Conseguir desplazar al contrario tomando decisiones rápidas e inesperadas • Aprender el remate y su contribución en el juego de ataque • Ofrecer soluciones a los posibles problemas encontrados en el grupo cooperativo [OC]

Nº de sesión	Objetivos didácticos y cooperativos [OC]
8	<ul style="list-style-type: none"> Ahondar en las habilidades específicas de ataque y defensa, desplazando al rival en profundidad Experimentar nuevos golpes especiales en pickleball, como la dejada Participar de forma activa, poniendo en práctica las habilidades cooperativas aprendidas a lo largo del curso [OC]
9	<ul style="list-style-type: none"> Trabajar la toma de decisiones y la respuesta a provocar en el contrario, a través de partidos y competiciones cooperativas Preparar los festejos fruto del éxito del grupo entre todos sus miembros [OC]
10	<ul style="list-style-type: none"> Poner en práctica los aspectos técnico-tácticos del pickleball mediante situaciones de juego real Disfrutar del éxito del grupo cooperativo, reforzando la actitud y el esfuerzo de todos los compañeros (OC)

4. ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DE JUEGOS Y DEPORTES

Una vez definidos los objetivos propios de esta unidad didáctica de baloncesto, procedemos desglosar las actividades de enseñanza-aprendizaje y las estrategias de Aprendizaje Cooperativo, recordando que la organización general será estable por grupos de aprendizaje de cuatro alumnos.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	1	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas o Digital 	<ul style="list-style-type: none"> o Trabajar el desmarque como elemento táctico esencial para mantener la posesión del balón o Introducir las reglas del baloncesto y familiarizarse con los fundamentos individuales del manejo del balón y la técnica del pase o Preparar concienzudamente los conceptos a trabajar y confiar en la calidad de la información transmitida [OC] 	

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO

- o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender
- o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y resultado colectivo

RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES

- o Materiales: balones de baloncesto, pelotas, conos o cualquier otro material del área de Educación Física
- o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

En esta primera sesión de esta nueva unidad didáctica de deportes, de nuevo hemos de preparar a nuestro alumnado para adaptarse a la estructura de sesión, en esta ocasión centrada en los objetivos técnico-tácticos propuestos. En todas las sesiones, se ofrecerán una serie de claves que el anotador, ayudado por el resto de los compañeros en el crecimiento de sus habilidades interpersonales, anotarán en sus cuadernos y que irán trabajando para su adquisición.

Además, tras la puesta en práctica de juegos modificados o juegos de carácter táctico, se procederá a reflexionar alguno de los elementos tácticos que se pretenden trabajar, siendo el desmarque el correspondiente en esta sesión. También se incorporan nuevas estrategias cooperativas, como la competición sin excesos, en la cual el docente habrá de prestar atención a que los tiempos de trabajo y las anotaciones sean lo suficientemente breves como para evitar que se genere un clima competitivo no pretendido en nuestro planteamiento didáctico.

En cuanto a la reflexión final, el profesor planteará algunas cuestiones para valorar la adquisición del objetivo cooperativo: ¿los alumnos pudieron expresar una opinión de calidad siendo respetados por los demás? ¿Cómo os habéis sentido al realizar vuestra aportación a la tarea?

Reflexión inicial y calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Explicación inicial de los conceptos básicos con respecto a la “clasificación de los deportes”, utilizando los medios digitales (presentación tipo Prezi o similar), siguiendo el modelo de Enseñanza Comprensiva del Deporte, sobre el Aprendizaje Cooperativo. Un representante del grupo de aprendizaje toma las notas necesarias sobre las claves comentadas a propósito de los “juegos de invasión” (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Al igual que ocurriese en la anterior unidad, comenzamos el calentamiento con un trote suave por grupos de aprendizaje. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo y se procede a realizar, dentro de cada grupo cooperativo, un calentamiento

general basado en movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Los seis pases”. Conseguir seis pases de forma consecutiva entre los miembros del grupo de trabajo, sin que la pelota sea interceptada por el otro conjunto, es el objetivo de este juego en la parte inicial de la sesión. En este ejercicio se destaca la necesidad de colaborar con los compañeros del equipo y el desmarque para buscar el espacio libre. A los seis pases consecutivos, el equipo que está fuera pasará a jugar, y el otro equipo saldrá a ocupar otro terreno de juego disponible (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. En este primer juego modificado queda clara la importancia de la posesión de la pelota para conseguir el punto, siendo esencial el desmarque para evitar que el móvil sea robado por el rival. Es por ello por lo que les plantearemos a los alumnos cuestiones como: ¿cómo mejorar la posesión de la pelota? ¿Qué tipos de pases se están dando? ¿Están siendo acertados estos? En caso de que contesten “no”, ¿por qué se están fallando?
- ✓ A continuación, se les introducen tres normas básicas sobre el deporte del baloncesto: 1) no se puede andar con la pelota, solo se puede dar un paso con la pelota en las manos y botar para controlarla; 2) sin botar el balón se puede pivotar sobre un pie; 3) después de haber botado el balón, si se coge con las manos no se puede volver a botar, solo lanzar o pasar.
- ✓ “Explicación y ejecución técnica del pase”. Tras la explicación y revisión general de las anotaciones de cada grupo de aprendizaje, comenzamos a dar las claves a la hora de realizar un buen pase. Cada anotador deberá tomar las siguientes notas: 1) el pase es una acción específica del baloncesto que hace que el jugador con balón haga llegar el mismo a otro compañero para poder anotar canasta o mantener la posesión; 2) la trayectoria ha de ser lo más recta y tensa posible; 3) el balón ha de llegar a la parte alta del tronco para facilitar su recepción y control; 4) el receptor del balón tiene que saber que el balón le va a llegar y ha de anticiparse a su trayectoria; y 5) el pase puede hacerse con cualquiera de las dos manos, habiendo diferentes tipos como el pase de pecho, picado, por encima de la cabeza, de béisbol, etcétera (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ “La pelota sentada”. En gran grupo, elegimos a un voluntario que iniciará la actividad, mientras que el resto del alumnado estará sentado en el suelo con la posición de recepción de la pelota tomada, focalizando la atención

en el pase corto, el pase largo y la recepción. A la señal, el primer jugador pasará el balón a otro para que lo recepcione adecuadamente y se levante. Así, sucesivamente hasta que no quede ningún alumno sentado. El profesor cronometrará el tiempo invertido en levantarse todo el alumnado, anotando este al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase, intentando, cada vez, que sea menor.

- ✓ Todos los grupos de trabajo dispondrán de un balón de baloncesto que irán desplazando a través de pases, y su correspondiente recepción, así como el desarrollo de habilidades de manejo de balón: pasar el balón por debajo de las piernas, por detrás de la espalda... A la señal, y cada vez uno por grupo, los jugadores del grupo menos uno (defensor) tendrán que pasarse el balón, llegar a una de las canastas del campo e intentar anotar un punto. Cada buena acción ofensiva, precedida de un pase y desmarque, sumará un punto al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase.
 - Foco táctico nº 2. La importancia del movimiento sin balón para conseguir facilitar la acción de pase a nuestro compañero logrando, así, un mejor avance del equipo hacia la canasta, que es el objetivo del baloncesto.
- ✓ “Los seis pases”. Al igual que al inicio de la sesión, volvemos a poner en práctica este juego modificado. En esta ocasión pondremos en marcha las reglas uno y dos comentadas al inicio de la fase de adquisición de los aprendizajes, destacando la necesidad de colaborar con los compañeros del equipo y el desmarque para buscar el espacio libre (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 3. Al no poder emplear el bote en esta primera sesión, su limitación les hace tener que realizar pases más efectivos y con un mayor grado de anticipación del balón de cara a ser cortado por el compañero. De nuevo las cuestiones que les planteará el profesor serán: ¿qué pases hemos utilizado en este segundo juego? ¿Se ha mejorado la ejecución de estos y por qué ha sido así? ¿Hemos empleado el desmarque para tener opciones de recibir balón y así mantener la posesión?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	2	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicas	<ul style="list-style-type: none">o Mejorar la posesión del balón mediante el uso inteligente del boteo Trabajar los aspectos técnicos de los deportes de invasión: el pase y el boteo Ajustar la información a comunicar ante los compañeros, animando a prestar atención durante las explicaciones [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, rompecabezas, resultado colectivo y competición sin excesos	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: balones de baloncesto, petos, conos o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Se continúa la estructura de sesión propuesta en la clase anterior, trabajando el elemento táctico de la posesión en baloncesto dentro de la propuesta de adquisición de los aprendizajes. Sobre este, el docente planteará la siguiente discusión: ¿de quién es la culpa si se falla un pase? ¿Sólo del pasador? ¿O tiene que ver el desmarque efectuado por el receptor?

Al igual que en el foco cooperativo anterior, también se van incluyendo nuevas estrategias de trabajo como el rompecabezas. Es por ello, que el profesor deberá motivar a su alumnado “experto” en ajustar la información que ha de transmitir a los demás para posibilitar una escucha activa.

En cuanto a la reflexión final, el docente planteará algunas cuestiones para valorar la adquisición del objetivo cooperativo, tales como: ¿hemos conseguido prestar atención a las explicaciones de los compañeros expertos y el profesor? ¿Todos los integrantes del grupo han puesto de su parte para alcanzar el objetivo propuesto?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza

en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “El comecocos”. Un jugador del grupo de aprendizaje portará una pelota que debe de botar. Todos los jugadores de su grupo deben moverse por el espacio de la pista de baloncesto evitando ser alcanzados por este. El jugador alcanzado deberá coger un balón y unirse al juego, esta vez, compartiendo el rol de jugador con balón y así, sucesivamente, hasta que todos los jugadores posean su balón. Cuando esto ocurra se reiniciará el juego siendo el último jugador el encargado de empezar con este (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- Foco táctico nº 1. Uso inteligente del bote para escoger el momento y la situación de juego más propicia para usar esta acción técnica. Para hacer reflexionar a los alumnos el docente podrá preguntar: ¿qué tipo de bote hemos utilizado? ¿Ha sido un bote productivo para alcanzar el objetivo planteado en el juego?
- ✓ “Explicación y ejecución técnica del bote”. Tras la explicación y revisión general de las anotaciones de cada grupo de aprendizaje del día anterior, comenzamos a dar las claves a la hora de realizar el bote. Cada anotador deberá anotar las mismas: 1) el bote es la acción de mantener el control del balón con el objetivo de avanzar hacia la canasta, buscar una adecuada línea de pase o un lanzamiento; 2) el bote se ha de realizar sin mirar el balón para tener una mejor visión periférica; 3) se ha de realizar con la mano más alejada del opositor; y 4) se ha de usar con la finalidad de alcanzar la meta propuesta por el equipo. Existen dos tipos de bote, principalmente: bote de avance o bote defensivo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ “Aprendiendo el pase y el bote”. Un miembro de cada grupo de aprendizaje es el encargado de aprender las características de los distintos tipos de pase y bote. Cada grupo de expertos se reúne para compartir y consensuar la información a trabajar con el resto de los compañeros (**ROMPECA-BEZAS**).
- ✓ Todos los grupos de trabajo dispondrán de un balón de baloncesto, que emplearán para realizar un recorrido empleando la habilidad del bote que han aprendido durante la sesión. Completar adecuadamente el recorrido de bote, que se muestra a continuación, sumará un punto al resultado colectivo de la clase, teniendo cada alumno una serie de oportunida-

des para realizarlo, dependiendo de la gestión del tiempo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**):

- o Realizar dos botes en el sitio con una y otra mano.
 - o Avanzar y llegar al primer cono y realizar un cambio de mano por debajo de las piernas.
 - o Continuar y llegar al segundo cono y realizar un cambio de mano por la espalda.
 - o Avanzar y llegar al tercer cono y, mediante un bote defensivo, un compañero me marca una serie de números con su mano que se tienen que nombrar en voz alta.
 - o Llegar al cuarto cono manejando el balón y mantener el bote sentándose y volviendo a levantarse.
 - o Finalmente, realizar bote de velocidad hasta el inicio.
- ✓ “Los cuatro pases”. Conseguir cuatro pases de forma consecutiva entre los miembros del grupo de trabajo, sin que la pelota sea interceptada por el otro conjunto. Al igual que en la sesión anterior, se destaca la necesidad de colaborar con los compañeros del equipo y desmarcarse para buscar el espacio libre, pero, en esta ocasión, contamos con el uso del bote para desplazarnos hasta una zona marcada por el docente en la que conseguir anotar un punto (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 2. Tras las tareas correctivas del pase y el bote, volvemos a plantear cuestiones a nuestro alumnado para valorar la adquisición de los aprendizajes: ¿se ha mejorado la posesión de la pelota para poder emplear el bote? ¿Qué mejoras ha experimentado el bote respecto al primer juego?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	3	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
----------------------	-------------------------------------

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas | <ul style="list-style-type: none"> o Mejorar la táctica ofensiva mediante el avance, el desmarque y el lanzamiento o Conocer y mejorar la posición de ataque y practicar los diferentes tipos de desplazamiento con balón o Comprobar que todos los componentes del grupo entienden la información a trabajar, ofreciendo o pidiendo ayuda de forma desinteresada [OC] |
|--|---|

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
---	----------------------------------

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y resultado colectivo | <ul style="list-style-type: none"> o Materiales: balones de baloncesto, petos, aros o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva |
|--|---|

FOCO COOPERATIVO

El docente ha de seguir transmitiendo en los aprendizajes los elementos clave que, posteriormente, se vean apoyados en la técnica del baloncesto. Una cuestión importante que plantear sería: ¿hemos percibido que la responsabilidad en el avance es cosa de todos, tanto del poseedor del balón como de los jugadores sin posesión del balón?

Por otro lado, se ha de animar a que los alumnos que permanezcan fuera de los mini-partidos cooperativos obtengan un rol activo, como anotadores o árbitros, debiendo conocer adecuadamente las reglas del juego.

En la reflexión final del día nos centraremos en comprobar si los alumnos han sido capaces de entender la información dada por el docente, además de preguntar a los compañeros del grupo por las dudas que pudiesen surgir sin necesidad de ser recompensados por nuestra ayuda. ¿Todo el mundo ha entendido la información que se ha dado? En caso de que alguien no la entendiese y tuviese que preguntar a los compañeros, ¿lo ha hecho con respeto? La respuesta de los compañeros, ¿ha sido positiva y desinteresada?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Monobasket”. Empleando las canastas fijas disponibles en nuestra instalación o, en su defecto, establecer zonas de juego donde se ha de llegar a un aro utilizando el bote y el pase, se realizarán mini-partidos ataque-defensa 2x2 de dos minutos. El equipo defensor se encargará de defender su canasta e intentar cortar el avance del balón. Por su parte, los atacantes deben pasar la pelota e intentar llegar a la canasta. Cada equipo tendrá un límite de cinco botes por ataque que se reiniciará tras la canasta o un rebote ofensivo (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. Tras completar este juego, se reúne a los grupos cooperativos para plantear alguna cuestión al respecto: ¿habéis obtenido un rebote ofensivo como se pedía para reiniciar los cinco botes? ¿Las defensas han trabajado de forma organizada y se han ayudado para evitar la canasta de los compañeros rivales?
- ✓ Introducción a la posición básica de ataque: 1) la posición básica es la que adopta un atacante con posesión de balón, siendo los objetivos básicos del ataque: tirar a canasta, avanzar o pasar el balón a un compañero; 2) a nivel técnico, las piernas han de estar separadas, pudiendo estar una más adelantada que la otra, focalizando la atención en la canasta del equipo contrario; y 3) el balón ha de estar cerca del pecho, cogiéndolo con ambas manos (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
 - Foco táctico nº 2. La importancia del movimiento y la rápida toma de decisiones para tirar a canasta, pasar o avanzar hacia el campo contrario.
- ✓ “Pasar y cortar”. Pasar y cortar es una de las acciones más empleadas en el juego colectivo de ataque, pudiendo ser este por delante o por detrás del compañero. Dos jugadores de cada grupo de aprendizaje realizarán un 1x1 y, un tercer jugador, será el pasador estático en primer lugar. Una vez adquiridas las nociones básicas del ejercicio será un pasador móvil. El jugador con balón pasará a su compañero y se desplazará acelerando hacia

la canasta o aro, donde estará el cuarto jugador, para poder recibir y hacer una entrada a canasta (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- ✓ “Un, dos, tres... ¡acción!”. Tres jugadores inician la actividad y un cuarto toma notas sobre la correcta o incorrecta posición ofensiva y defensiva tratadas la presente y la sesión anterior. Se colocan los tres jugadores en el medio del campo numerados del uno al tres, siendo el uno el más cercano del profesor. Se lanza la pelota y se cita un número al azar, el cual será el jugador defensor que tendrá que evitar la canasta de los atacantes. Cada buen ataque sumará un punto para el resultado colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).
- Foco táctico nº 3. Focalización de la atención en el desmarque y en la buena y rápida acción ofensiva. Cada canasta anotada sumará un punto para el resultado colectivo.
- ✓ “Monobasket”. Al igual que en el primer juego del calentamiento y la reflexión inicial, volvemos a poner en práctica ese juego modificado realizando mini-partidos ataque-defensa 2x2 de dos minutos. El equipo defensor, nuevamente, se encargará de defender su canasta e intentar cortar el avance del balón, así como los atacantes deben pasar la pelota e intentar llegar a la canasta. Cada equipo tendrá un límite de cinco pases por ataque que se reiniciará tras la canasta o un rebote, tanto ofensivo como defensivo, así como tras buena defensa. Es por ello por lo que se ha de primar el objetivo de la sesión de conseguir avanzar, desmarcarse y lanzar a canasta para anotar. Cada buen ataque sumará un punto para el resultado colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).

Los jugadores de los equipos que esperan su turno continuarán la mejora del bote y el pase, así como, ciertos alumnos, ejercerán de árbitros de sus compañeros tras haber aprendido las normas básicas y las claves técnicas dadas por el profesor durante las sesiones anteriores.

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en balon-cesto”	4	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicas	<ul style="list-style-type: none">o Mejorar la acción táctica del desmarque, ofreciendo líneas constantes de pase a los compañeroso Trabajar la defensa 1x1o Sugerir a los compañeros el esfuerzo en todas las tareas propuestas como la base para el trabajo cooperativo [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y resultado colectivo	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: balones de baloncesto, petos, cuerdas o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Para comprobar que se ha adquirido el objetivo cooperativo propuesto en la sesión de este día, el profesor planteará nuevas cuestiones en relación con el esfuerzo de los alumnos: ¿todos los alumnos se han esforzado en el desarrollo de las tareas propuestas? ¿Los estudiantes de más baja habilidad ponen mayor esfuerzo y participar más que los demás? En caso de que algún miembro del grupo no se haya esforzado como se debía en los juegos modificados, ¿se le ha animado a trabajar por el bien del equipo?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ Partidos 2x2. Iniciamos esta sesión jugando partidos de competición cooperativa dos alumnos contra otros dos del mismo grupo de aprendizaje, adquiriendo el rol de defensas la pareja que ha recibido la canasta. Se ha de procurar que los partidos no excedan de unos dos minutos (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. Una vez que finalizan los dos minutos de tiempo, se procede a realizar cuestiones a los grupos cooperativos: ¿habéis intentado desmarcaros para poder recibir el balón en buenas condiciones? En caso de no haberlo hecho, ¿os ha costado encestar la canasta? ¿Los movimientos defensivos han sido adecuados para evitar la canasta de la pareja rival?
- ✓ Introducción de las reglas del baloncesto en defensa: 1) no se puede golpear a un jugador; 2) no se puede invadir la zona de juego del jugador contrario de forma brusca; 3) puede haber contacto físico siempre y cuando el jugador defensor adelante su movimiento al del jugador que ataca; 4) si se realiza una falta de cualquier tipo cuando el jugador se encuentra en acción de tiro a canasta, ésta será penalizada con tiros libres siguiendo este orden: dos tiros libres si el lanzamiento es de dos puntos, tres tiros libres si el lanzamiento es de tres puntos y solamente un tiro a canasta si el lanzamiento del jugador que recibió la falta acabó entrando gracias a esa acción de tiro (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
 - Foco táctico nº 2. La importancia del movimiento y trabajo defensivo, tanto defensa en zona como defensa individual.
- ✓ “Defensa-desmarque 1x1”. Organizados los cuatro alumnos de cada grupo, dos inician la tarea en el medio del campo y otros dos a unos metros de distancia de la canasta con el rol de “pivote”, ubicados en una línea imaginaria, o marcada con unas cuerdas. Éstos no se podrán mover de esa marca hasta no haber recibido un pase del jugador que se ha de desmarcar de su defensa. Después de ello, comienza la jugada de ataque libre con un máximo de cuatro pases hasta conseguir llegar a lanzar a canasta. Cada buena recepción y desmarque del jugador atacante, se sumará un punto al marcador colectivo. Los jugadores cada dos jugadas van rotando sus posiciones (**GRUPOS DE APRENDIZAJE Y RESULTADO COLECTIVO**).
- ✓ “Acciones 1x1”. Por grupos de aprendizaje, vamos asumiendo diferentes roles conforme pasa el ejercicio. Inicia el jugador atacante que se sitúa a unos cinco metros de la canasta, tras él el defensor a otros cinco metros.

A la señal, un jugador asistente pasará el balón al atacante que tendrá que realizar una entrada a canasta, mientras que el defensor deberá trabajar la velocidad de reacción para, en el menor tiempo posible, llegar y defender la canasta, a través de posicionar el cuerpo entre el atacante y la canasta. Cada buena defensa, suma un punto para el marcador colectivo de la clase. El jugador externo, anota en la libreta del equipo las buenas defensas y canastas marcadas por sus compañeros (**GRUPOS DE APRENDIZAJE Y RESULTADO COLECTIVO**).

- ✓ Una posible variante del ejercicio anterior, el defensor se sitúa por delante de la jugada para recibir el pase del asistente, mientras que el atacante deberá salir rápidamente a intentar cortar el avance de la defensa para salir de su zona. Tras ello, buscará un desmarque, recibirá la pelota y la defensa deberá volver a evitar el lanzamiento. El jugador externo, anota en la libreta del equipo las buenas defensas y canastas marcadas por sus compañeros (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
 - Foco táctico nº 3. Focalizar la atención en la defensa **1x1** y el desmarque.
- ✓ Partidos 3x3. Juegan entre sí dos grupos de aprendizaje. A la canasta encestada, se mantiene en pista el equipo que marcó más rápido la canasta entrando un nuevo equipo en juego, siempre y cuando haya sido precedida por un desmarque en la acción ofensiva. Se ha de procurar que los partidos de la competición sin excesos no superen los dos minutos para dar tiempo a otros grupos cooperativos a poner en práctica lo trabajado durante la sesión (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	5	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas 	<ul style="list-style-type: none"> o Aprender cómo y cuándo efectuar el lanzamiento a canasta o Buscar el espacio libre en la defensa contraria para poder lanzar en las condiciones más favorables para anotar o Seguir mejorando el estudio, transmisión y atención ante los conceptos propuestos por los demás [OC] 	
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos, rompecabezas y resultado colectivo 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: balones de baloncesto, petos, aros o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva 	
FOCO COOPERATIVO		
<p>En el día de hoy se propone conocer cuándo y cómo efectuar adecuadamente un lanzamiento a canasta, aprendiendo los alumnos diferentes tipos de lanzamiento y desarrollando la práctica de estos. Por ello, en el feedback a ofrecer en la actividad “lanzamientos cooperativos”, se ha de prestar atención a que el alumnado entienda qué situación o situaciones han de ser favorables para lanzar a canasta y cuáles no, insistiendo en la necesidad de incluir los elementos tácticos, trabajados en sesiones anteriores, como equipo para encontrar una posición ventajosa para realizarlo.</p> <p>Para valorar el grado de consecución del objetivo cooperativo propuesto, el profesor planteará nuevas cuestiones como: ¿se mantiene la adecuada atención durante las explicaciones del docente y los compañeros? ¿Todos los alumnos están cumpliendo con la tarea “aprendiendo el pase, el bote, el lanzamiento...” recomendada? ¿Cada miembro de cada grupo es capaz de expresarse con libertad y se tienen en cuenta sus ideas para mejorar la organización del grupo?</p>		

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.

- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Los cuatro pases”. Conseguir cuatro pases de forma consecutiva entre los miembros del grupo de trabajo, sin que la pelota sea interceptada por el otro conjunto. Al igual que en sesiones anteriores, el uso del desmarque para buscar el espacio libre y mantener la posesión del balón son aspectos importantes para alcanzar el objetivo del juego. La variante planteada en este nuevo juego es que contamos con el uso del bote para desplazarnos y, una vez alcanzados los cuatro pases, poder lanzar a canasta para anotar un punto (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. Tras incorporar el lanzamiento a canasta en esta nueva variante del juego, algunas cuestiones a valorar serían las siguientes: ¿se ha utilizado el lanzamiento a canasta? En caso de no haber sido así, ¿qué ha ocurrido para no poder utilizarlo? En caso de que sí se haya conseguido, ¿qué lanzamientos hemos empleado para anotar el punto?
- ✓ “Explicación y ejecución técnica del lanzamiento a canasta”. Para realizar un correcto lanzamiento a canasta en baloncesto, hemos de tener en cuenta las siguientes claves, dentro de la posición base y de la posición de las manos: el objetivo principal del lanzamiento a canasta es encestar y conseguir la mayor cantidad de puntos posibles, existiendo diversos tipos de lanzamiento a canasta: lanzamiento en suspensión, entrada a canasta, de bomba...; a nivel técnico, 1) las rodillas estarán flexionadas, extendiéndolas más adelante en conjunto con el cuerpo; 2) la espalda estará erguida para hacer posible la clave anterior; 3) la mano y el antebrazo estarán alineados; 4) el codo estará colocado a 90° con el brazo y la muñeca flexionada para el lanzamiento; y 5) los dedos de la mano lanzadora se colocan cómodamente sobre el balón, ubicando los dos pulgares de las manos formando una “T” entre sí (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ “Aprendiendo el lanzamiento a canasta”. Un miembro de cada grupo es el encargado de aprender la ejecución técnica de los diversos lanzamientos a canasta. Cada grupo de expertos se reúne para compartir y consensuar la información a trabajar con el resto de los compañeros de cada grupo cooperativo (**ROMPECABEZAS**).

- ✓ “Lanzamientos cooperativos”. Se “reta” a los diferentes grupos de trabajo cuántos tiros libres, tiros en suspensión o entradas a canasta son capaces de encestar entre sus miembros, teniendo cada jugador una serie de oportunidades para realizarlo, dependiendo de la gestión del tiempo de la clase. Los jugadores externos toman nota de la ejecución de los compañeros y le ofrecen feedback para su mejora técnica. El número total de canastas se sumarán al resultado colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).
- ✓ Partidos 2x2. Juegan entre sí dos alumnos contra otros dos del mismo grupo de aprendizaje. Se ha de procurar que los partidos de la competición sin excesos no superen los dos minutos para dar tiempo a otros grupos cooperativos a poner en práctica lo trabajo durante la sesión (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 2. Una vez que finalizan los dos minutos de tiempo, se procede a realizar nuevas cuestiones a los grupos cooperativos: ¿qué recursos tácticos habéis empleado para llegar a la canasta contraria? En este nuevo juego, ¿qué tipos de lanzamientos habéis utilizado y por qué no otros?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	6	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas 	<ul style="list-style-type: none"> o Trabajar la visión continua de las referencias básicas de ataque y defensa o Conocer las características y tipos de bloqueos, así como su aplicación práctica o Asegurar la participación de todos como estrategia para alcanzar los objetivos comunes [OC] 	

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, rompecabezas y resultado colectivo	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: balones de baloncesto, petos, aros o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Se continúa la organización de la sesión en los grupos cooperativos de cuatro alumnos, donde se ha motivar a estos a trabajar la visión periférica y los continuos movimientos de los compañeros en ataque, observando el momento clave para proponer un bloqueo. Los compañeros que arbitren la práctica modificada habrán de tener en cuenta las características del bloqueo para saber cómo y cuándo señalar una falta si fuese necesario. Para ello, el profesor, junto con los expertos en este elemento técnico, se cerciorarán de su correcto conocimiento.

Como objetivo cooperativo del día, se propone asegurar la participación de todos los alumnos, por lo que algunas preguntas que podemos hacer para iniciar la reflexión entre ellos serían: ¿todo el mundo participó en igualdad de condiciones que los demás? Si alguno no lo ha hecho, ¿se le ha animado a ello por el bien del conjunto? ¿Habéis sido respetuosos en las formas y se ha cambiado la actitud de los compañeros que participaban menos?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Basket tragón”. Organizados los alumnos en los grupos de aprendizaje de cuatro, ubicamos a tres o cuatro grupos, aproximadamente, en cada media pista. Un componente de cada equipo portará una pelota que debe botar e intentar pasar a otros jugadores de su grupo. El resto de los grupos han de intentar evitar que el balón llegue a algún integrante de otros conjuntos, realizando acciones defensivas, haciendo también por recibir la pelota por parte de su propio grupo. Cuando un jugador alcanza

la pelota, realizando una correcta acción ofensiva, cogerá un balón y se unirá al juego, esta vez, compartiendo el rol de jugador con balón y así, sucesivamente, hasta que todos los jugadores del mismo grupo lo posean (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- Foco táctico nº 1. Una vez finalizado el juego modificado, el profesor planteará algunas cuestiones a su alumnado: ¿qué grupo de aprendizaje ha conseguido que todos sus miembros tengan balón? ¿Qué acciones ofensivas han utilizado para recibir la pelota? El resto de los jugadores sin balón, ¿qué acciones defensivas habéis empleado para evitar que el balón llegase a otros compañeros?
- ✓ “Explicación y ejecución técnica del bloqueo”. Para realizar correctamente un bloqueo, se han de tener en cuenta las siguientes claves, sabiendo que existen dos tipos de bloqueos: directos, cuando se interrumpe la trayectoria del defensor del jugador con el balón; e indirectos, cuando se corta la trayectoria de un defensor de jugador sin posesión de balón: 1) el jugador bloqueador ha de situarse en la trayectoria del defensa del otro equipo, bien perpendicular o en paralelo; 2) antes de chocar con el compañero defensor se ha de realizar una buena parada en dos tiempos; 3) a nivel técnico, se han de abrir las piernas a la anchura de los hombros, colocar el tronco recto y ubicar las manos cogidas entre sí a la altura de las caderas, no pudiendo mover los pies durante el bloqueo; y 4) realizar la continuación del bloqueo siguiendo siempre el balón (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- Foco táctico nº 2. Realizar el bloqueo girando hacia la trayectoria del balón y no al contrario para no perder de vista la jugada y, consecuentemente, la opción de ataque.
- ✓ “Aprendiendo el bloqueo”. Un miembro de cada grupo de aprendizaje es el encargado de aprender la ejecución técnica del bloqueo, tanto directo como indirecto. Cada grupo de expertos se reúne para compartir y consensuar la información a trabajar con el resto de los compañeros de su grupo (**ROMPECABEZAS**).
- ✓ “Pick and roll”. Se realiza un 2x2 donde el jugador con balón es defendido por un compañero, un tercer jugador habrá de realizar un bloqueo directo, siendo seguido por un cuarto jugador o defensor. Tras realizar el bloqueo directo y posterior continuación, el jugador con balón tendrá un máximo de cinco botes para poder realizar una entrada hacia la canasta o un lanzamiento. Si se ha quedado sin bote, tendrá que pasar a su compañero que, a su vez, tendrá únicamente un bote para acabar la jugada. Tras cada jugada

se intercambian los roles ataque-defensa. El número total de canastas tras la jugada de ataque de cada grupo de aprendizaje se sumarán al resultado colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).

- Foco táctico nº 3. La defensa ha de tratar que el equipo atacante no enceste cómodamente, realizando cambios de marcadores si fuese necesario.
- ✓ “Monobasket”. Usando las canastas fijas disponibles en nuestra instalación o estableciendo nuevas zonas de juego conformadas por varios aros, realizaremos mini-partidos ataque-defensa 2x2 de dos minutos al igual que en la sesión anterior. En este caso, y siguiendo las directrices marcadas en el mismo juego de la pasada clase, propondremos la obligatoriedad de ejecutar, al menos, dos bloqueos directos al defensor en los dos minutos de cada mini-partido, sumando un punto para el resultado colectivo de la clase por cada buen bloqueo efectuado. Los jugadores de los equipos que esperan su turno trabajarán el bloqueo indirecto, así como ejercerán de árbitros de sus compañeros (**RESULTADO COLECTIVO**).
- Foco táctico nº 4. Una vez finalizado el último juego de la sesión, el docente propondrá algunas cuestiones a reflexionar: todos los integrantes del grupo, ¿completasteis las tareas sin romper las reglas del juego? ¿Habéis seguido las claves para realizar un buen bloqueo? ¿Los bloqueos os han ayudado para generar una situación de ataque más clara?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	7	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
----------------------	-------------------------------------

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas | <ul style="list-style-type: none"> o Emplear el contraataque como estrategia ofensiva en baloncesto o Mostrar paciencia ante las dificultades, creyendo y valorando las posibilidades del grupo [OC] |
|--|--|

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
---	----------------------------------

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y resultado colectivo | <ul style="list-style-type: none"> o Materiales: balones de baloncesto, petos, aros o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva |
|--|---|

FOCO COOPERATIVO

Manteniendo una organización de la clase flexible en cuanto a la introducción de los juegos modificados, en el día de hoy se ha de insistir en la ocupación inteligente de los espacios, evitando sobrecargar zonas con jugadores que no ofrecen una opción de pase en la jugada de contraataque.

En cuanto a la propuesta de objetivo cooperativo de la sesión, relacionada con la paciencia de los alumnos de los grupos, aceptando y valorando las posibilidades de estos, algunas cuestiones para reflexionar podrían ser: ¿qué situaciones requirieron paciencia? ¿Cómo se gestionó esa situación para que todos los integrantes trabajasen la paciencia? Un aspecto interesante para valorar cada grupo sería que se dejase escrito en sus cuadernos una característica positiva de los compañeros que se haya observado en la presente unidad didáctica.

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Anota y vencerás”. En una misma media pista, organizamos a dos grupos de aprendizaje de cuatro alumnos y otro grupo se encontrará esperando en la otra mitad. En la mitad del campo donde se encuentran dos equipos, se juega una acción de ataque-defensa. Si el equipo atacante consigue anotar la canasta, vuelve a iniciar un nuevo ataque a la otra pista de juego, donde estará preparado el tercer equipo. Sin embargo, si es el equipo defensor el que consigue hacer una buena acción defensiva, será ese el que inicie la nueva acción ofensiva en el otro terreno de juego (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. Una vez finalizado el juego, el profesor planteará algunas cuestiones a los grupos de aprendizaje: ¿han participado activamente todos los miembros del equipo? ¿Se ha empleado el desmarque y se han abierto líneas de pases para poder recibir la pelota y anotar la canasta? Para la defensa, ¿se han ocupado los espacios apropiados para frenar el ataque rival?
- ✓ Introducción al contraataque. El objetivo principal de un contraataque es conseguir una superioridad en ataque, tanto en número como en posición en el campo de juego. Para realizar correctamente un contraataque, se han de tener en cuenta las siguientes claves: 1) el equipo atacante ha de tener el balón en posesión; 2) se ha de avanzar con rapidez para conseguir superioridad; 3) la distribución del espacio de juego es esencial para un contraataque, empezando el mismo por el centro, teniendo a compañeros desmarcados en las calles laterales; y 4) buscar al jugador desmarcado para obtener una canasta rápida y sencilla (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
 - Foco táctico nº 2. El jugador que inicia el ataque tiene que ser rápido mentalmente para avanzar y terminar la jugada o bien para pasar a los compañeros mejor colocados en contraposición a la defensa rival.
- ✓ “Trenzas”. Se sitúan tres jugadores del grupo de aprendizaje, uno por el carril central y dos por los laterales. El jugador del centro con balón pasa a uno de sus compañeros, bien a la derecha o a la izquierda y, después de un pase, corre para pasar por detrás de él. El jugador que ha recibido, a su vez, avanza con bote y pasa rápidamente al otro compañero desmarcado, ocupando su posición tras él. Así, sucesivamente pasando y cambiando su posición en forma de trenza hasta llegar a la canasta contraria (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ De este juego, se puede proponer una variante a realizar. Una vez trabajada la trenza de ida, a la vuelta efectuar un 2x1 en ataque, donde el jugador del

centro es el defensor y los dos jugadores de los carriles laterales, son los atacantes. Cada buena defensa sumará al marcador colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).

- ✓ “Contrapañuelo IXI”. Los alumnos se numeran con tantos números como jugadores haya, tanto de ataque como de defensa. Tras indicar el profesor un número, el jugador atacante con balón, saldrá en contraataque hacia la canasta y el defensor correrá tras él para impedir su entrada. Si el atacante realiza la entrada y anota sin haber sido tocado por su defensa, sumará dos puntos. Sin embargo, si es tocado por el defensor y anota, sumará un punto. Y, si es tocado y no encesta, no sumará puntuación alguna. El número total de canastas tras la jugada de contraataque se sumarán al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase.
- ✓ “Monobasket”. Como ocurriese en sesiones anteriores, procedemos a realizar mini-partidos ataque-defensa, pero, en este caso, 3x3 de dos minutos. Manteniendo las normas del juego, la particularidad de este en esta sesión radica la necesidad de gestionar una acción de contraataque. Cada equipo conservará el límite de cinco botes por ataque, o de tres botes si es una opción de contraataque. Cada canasta finalizada con una entrada en contraataque IXO, 2XI ó 3X2, sumará un punto adicional para el **RESULTADO COLECTIVO** de la clase. Los jugadores de los equipos que esperan su turno trabajarán la entrada a canasta, así como ejercerán de árbitros de sus compañeros.
 - Foco táctico nº 3. Algunas preguntas previas a la reflexión final serían: ¿se han respetado las normas marcadas para este juego modificado? ¿Se ha avanzado con rapidez para generar el contraataque? ¿Los jugadores han tomado el espacio útil de juego y se han ayudado para mejorar la ubicación de cada uno? Cuando se recupera un balón, ¿cuáles son las cuestiones más importantes para desarrollar un buen contraataque?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	8	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicas	<ul style="list-style-type: none">o Aumentar el ritmo de juego, posibilitando acciones ofensivas más completaso Mejorar los fundamentos individuales del baloncesto: manejo del balón, bote, pase y lanzamientoo Animar a los compañeros a saber ganar y perder, alabando el trabajo y el esfuerzo de los demás [OC]	
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y resultado colectivo	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: balones de baloncesto, petos, conos o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva	
FOCO COOPERATIVO		

En la propuesta del día, una vez observado el docente cómo se ha trabajado, sobre todo, en los juegos modificados, plantea algunas cuestiones al respecto del objetivo cooperativo de la sesión: ¿se ha dado la mano y felicitado a los miembros de otros grupos cooperativos por su esfuerzo? ¿Todos los integrantes de los grupos han animado a sus compañeros a alabar el trabajo de los demás? ¿Ha imperado el fair-play por encima de los resultados del juego?

Más allá de los aspectos técnico-tácticos que se quieren trabajar todas las sesiones, para conseguir desarrollar las habilidades interpersonales y de pequeños grupos que proponemos en este modelo pedagógico, no debemos olvidar los valores de juego limpio, el respeto por los demás y el esfuerzo por encima de los resultados, si fuese necesario se ha de parar, reestructurar la reflexión y afianzar el clima de confianza entre los alumnos previo a la jornada, que vendrá en sesiones posteriores, donde se habrá de cooperativizar la competición.

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad

articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “La defensa del castillo”. Por grupos de trabajo, uno se coloca en el centro, defendiendo un cono, y el resto de los compañeros tendrán que intentar derribarlo realizando pases para buscar el espacio libre y lanzando el balón para derribar el “castillo”. Una vez derribado, se intercambian los papeles con el último compañero que ha alcanzado el éxito en el juego (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
 - Foco táctico nº 1. Remarcar, de nuevo, la importancia del movimiento sin balón para conseguir facilitar la acción de pase a nuestro compañero logrando, así, un mejor avance del equipo hacia el objetivo.
- ✓ “Todos a por uno”. En gran grupo y con dos balones en juego, se intenta cazar a dos compañeros tocándoles con el balón sin soltarlo de la mano. A diferencia de sesiones anteriores, el jugador que tiene el balón ahora sí puede mover los pies, permitiéndole el uso de hasta tres botes, además de emplear pases y el movimiento de los jugadores sin balón. El compañero que logre pillar al jugador que huye, se convierte en el objetivo ahora. Se puede dividir en tantos grupos como queramos e incluso compartir la zona de juego lo que les hará estar más pendientes de los movimientos de sus compañeros y los suyos propios (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- ✓ Circuito de manejo de balón, bote, pase y lanzamiento. Este circuito consta de siete estaciones donde se trabajarán y perfeccionarán las habilidades técnicas que se han venido desarrollando a lo largo de la unidad didáctica. Empezará cada grupo en un posta durante dos minutos. La organización del circuito será la siguiente (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**):
 - o Bote de avance y manejo del balón regateando entre los conos, cambiando de mano y pasando el balón por delante del cuerpo, entre las piernas o detrás de la espalda.
 - o Juego de los seis pases 2x2.
 - o Series de lanzamiento de tiro libre.
 - o K.O. lateral: lanzan dos tiradores a la vez y dos jugadores ejercen de reboteadores. Realizar cuatro series de lanzamientos y cambiar hasta el final del tiempo de la posta. Sumar el número total de aciertos a canasta el resultado colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).

- o Entradas tras salto: con la canasta a 8 metros, hacer un salto con los pies juntos, realizar una rápida arrancada para realizar una entrada. Se irán cambiando las posiciones de reboteador, asistente y lanzador.
 - o Tiro a canasta tras finta: desplazamiento lateral entre conos, vuelta al inicio, recepción del balón por parte de un jugador defensor, y finta de lanzamiento a un metro de la canasta.
 - o Partidos 2x2 ó 3x3. Los jugadores de equipos externos realizarán el rol de árbitro de sus compañeros.
- ✓ “Los ocho pases”. Aumentamos a ocho pases de forma consecutiva, entre los miembros del grupo de trabajo, la dificultad en la realización de este juego. Se destaca la necesidad de colaborar con los compañeros del equipo y el desmarque para buscar líneas de pase libres. A los ocho pases consecutivos, el equipo que está fuera pasará a jugar, y el otro equipo saldrá a ocupar otro terreno de juego disponible. Emplearemos en este juego algunos de los fundamentos individuales trabajados en la sesión como el manejo de balón, el pase y el bote, además de otros aspectos técnicos como los bloqueos (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 2. Una vez finalizado este último juego de la sesión, les planteamos a nuestro alumnado cuestiones como las siguientes: ¿qué es necesario para llegar a conseguir un número tan elevado de pases sin perder el balón? A lo que las soluciones dadas serían: realizar desmarques y pases rápidos, elevando el ritmo del juego. Sobre esto último, ¿cuál es la clave para saber elevar el ritmo de juego?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	9	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
----------------------	-------------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas 	<ul style="list-style-type: none"> o Mejorar el conocimiento y las habilidades específicas de los distintos tipos de defensa, trabajando la solidaridad y las ayudas defensivas en situaciones de juego reducidas o Seguir motivando a los compañeros a mejorar cada día, contribuyendo a ello con mi esfuerzo [OC]
--	---

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
---	----------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje y competición sin excesos 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: balones de baloncesto, petos, conos o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva
---	--

FOCO COOPERATIVO

En esta penúltima sesión de la unidad didáctica, a nivel táctico, nos centraremos en conocer los aspectos clave de los distintos tipos de defensa, debiendo el profesor centrar la atención del alumnado en la solidaridad, el trabajo como equipo y la comunicación para reestructurar la táctica defensiva y corregir los posibles espacios libres que se hayan podido generar, siempre con un clima de cooperación.

Por otro lado, el docente también se centrará en reflexionar sobre la persistencia en mejorar cada día como ejemplo a seguir en cada grupo cooperativo. Algunas posibles cuestiones para plantear la última parte de la sesión serían: ¿cómo reaccionan los miembros del grupo cuando un compañero falla un pase, un bote, o tiene dificultad en alguna acción defensiva u ofensiva? ¿Se le anima a dar lo mejor de sí mismo o se le recrimina su error? ¿Hay diálogo para conseguir pulir esos posibles errores que surgen en la práctica? ¿Ese diálogo se realiza con respeto y motivación a la mejora?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza

en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ Partidos 3x3. Juegan entre sí dos grupos de aprendizaje. El grupo que defiende empleará la defensa individual. En este sentido, el marcaje tendrá que ser individual, pero si se roba el balón en una ayuda vale un punto, como si se hubiera conseguido un lanzamiento de tiro libre a canasta. A la canasta encestanda, se mantiene en pista el equipo que marcó más rápido la canasta entrando un nuevo equipo en juego (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. Tras la realización inicial de este juego modificado, planteamos la siguiente cuestión: ¿cuándo debes intentar robar al rival haciendo una ayuda? Cuando un rival que no es mi oponente directo recibe, puedo ayudar a mi compañero en la defensa sin que el jugador al que marco pueda conseguir canasta.
- ✓ Recordatorio y anotación en la libreta, por parte del responsable de cada grupo, de dos conceptos para tener en cuenta a la hora de realizar la aplicación práctica de las habilidades motrices:
 - o Carrera lateral: centro de gravedad bajo; deslizarse por el suelo con las piernas abiertas y flexionadas; reaccionar rápido hacia delante cuando haya que hacer un cambio de ritmo, de velocidad, de acción...
 - o Estabilidad en la caída tras un lanzamiento en suspensión, salto y entrada a canasta: caer con el tronco y las rodillas alineadas que permita cambiar de dirección, arrancar en carrera, hacer otro salto...
- ✓ “Lanzamientos cooperativos”. Dos jugadores del grupo de trabajo se sitúan a un metro de la canasta, el otro componente del grupo se sitúa en el rebote. Se realizan lanzamientos de forma alternativa, consiguiendo retroceder un metro más conforme se van anotando canastas. Una vez que ambos componentes fallen, se cambian por otro equipo. El anotador ofrecerá feedback y marcará las mejores puntuaciones y récords conseguidos (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Introducción a la táctica defensiva. Las defensas en baloncesto a nivel colectivo se diferencian, a grandes rasgos, entre defensa individual, defensa en zona y defensa mixta. El responsable de cada grupo cooperativo anotará

las claves de cada uno de los tipos de defensa en baloncesto (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**):

- o Defensa individual: cada defensor tiene asignada la responsabilidad de defender a un jugador atacante concreto del equipo contrario.
 - o Defensa en zona: cada defensor tiene asignada la responsabilidad de defender la zona que el jugador atacante tiene encomendada.
 - o Defensa mixta: es aquella que presenta, de forma simultánea, los dos tipos de defensa anteriormente citados.
- ✓ Partidos 3x3 ó 4x4. De la misma manera que ocurriese al inicio de esta fase, volvemos a jugar entre sí dos grupos de aprendizaje. El grupo que defiende empleará, durante cada ataque del rival, un tipo de defensa distinta trabajando, sobre todo, la defensa individual y la defensa en zona. A la canasta encestanda, se mantiene en pista el equipo que marcó más rápido la canasta entrando un nuevo equipo en juego (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 2. Emplear un tipo de defensa u otra tiene por objetivos recuperar el balón, mantener el balón lo más alejado de la canasta del equipo defensor y retrasar la acción ofensiva del rival. Es por ello por lo que el profesor puede preguntar a los miembros de cada grupo cooperativo lo siguiente: ¿qué tipo de defensa ha sido más adecuada con respecto al grupo que teníais enfrente? ¿Han existido las ayudas defensivas y os habéis coordinado para solucionar los problemas planteados por el equipo rival?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Cooperar y oponer en baloncesto”	10	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS		OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS

- o Aprender a aprender
- o Competencias sociales y cívicas
- o Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor

- o Poner en práctica los aspectos técnico-tácticos del baloncesto a través de partidos y situaciones de juego real
- o Aprender a trabajar como un equipo unido, respetando y sabiendo pedir perdón a los demás compañeros [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
--	---

- o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender
- o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, resultado colectivo y competición sin excesos

- o Materiales: balones de baloncesto, petos, conos o cualquier otro material del área de Educación Física
- o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Para la sesión del día, pediremos a nuestro alumnado que disfruten de la práctica del baloncesto, poniendo en práctica todo lo aprendido en estas 10 sesiones, pero centrándonos en el correcto trabajo como equipo unido, siendo respetuosos con los demás: resto de compañeros de los grupos cooperativos, árbitros... En cuanto a cumplimentación del instrumento de evaluación de la unidad (Hoja de evaluación de rendimiento deportivo (GPAI alumno)), el docente solicitará responsabilidad a los alumnos, debiendo ser lo más justos posibles con independencia de las relaciones de amistad que pudiesen tener con el compañero observado.

Por último, una vez finalizada la presente unidad, recogemos las impresiones de los alumnos de los grupos cooperativos planteando variadas cuestiones a reflexionar: ¿todos los alumnos han trabajado cooperativamente para alcanzar el objetivo común? ¿Os habéis animado cuando no han salido las cosas como queráis? ¿Os habéis mantenido unidos y todos los jugadores, con independencia de su nivel de habilidad, han sabido motivar con respeto a los demás? Si algún alumno se ha equivocado en alguna acción de juego, ¿ha sido capaz de pedir perdón y asumir su responsabilidad?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Rueda de entradas a canasta. Los alumnos de los grupos se colocan en dos filas, una de ella con balón y la otra sin él. El primero realizará una entrada a canasta, siguiendo su compañero de la otra fila su ejecución y recogiendo el rebote. Tras ello, ambos jugadores cambiarán de filas. Tras unos minutos de ejecución, se sumará el número total de canastas acertadas al resultado colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Competimos para divertirnos”. Finalizará esta unidad didáctica con una competición cooperativa en la cual jugaremos mini-partidos ataque-defensa 4x4 de dos minutos contra otros grupos de aprendizaje. El equipo defensor se encargará de defender su canasta e intentar cortar el avance del balón. Por otro lado, los atacantes deben pasar la pelota e intentar llegar a la canasta contraria. En esta última actividad se pondrán en práctica los aspectos técnico-tácticos trabajados durante las sesiones anteriores. Los jugadores de los equipos que esperan su turno trabajarán el bote, el pase, las posiciones y conceptos defensivos u ofensivos, la técnica de lanzamiento, así como ejercerán de árbitros de sus compañeros (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - o Durante la realización de la competición sin excesos, los alumnos que esperan su turno de partido realizarán la “Hoja de evaluación de rendimiento deportivo (GPAI alumno)”, como uno de los instrumentos de evaluación de la unidad, a otros compañeros de los grupos cooperativos.
- Foco táctico nº 1. Una vez finalizado el juego modificado de la competición cooperativa, nos reuniremos en grupo con el alumnado para valorar su trabajo. Una de las cuestiones más importantes, la cual da nombre al ejercicio es, ¿os habéis divertido jugando con vuestros compañeros? Cada integrante de los grupos cooperativos, ¿ha adoptado su rol y se ha esforzado por el bien del equipo? ¿Hemos felicitado al rival por su esfuerzo tras cada partido?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida de la unidad didáctica “Cooperar y oponer en baloncesto”.

De la misma manera que ocurriese con la anterior unidad didáctica de deportes, se exponen las actividades de enseñanza-aprendizaje y las estrategias de Aprendizaje Cooperativo pertenecientes a las 10 sesiones de las que se compone la unidad “Aprendiendo pickleball de forma cooperativa” para un grupo de entre 25 y 30 alumnos. Igualmente, se menciona la organización general de la clase constituida por grupos de aprendizaje estables de cuatro alumnos.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	1	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicaso Digital	<ul style="list-style-type: none">o Conseguir cubrir espacios en la pista de juegoo Conocer los fundamentos básicos de los deportes de raqueta comenzando por los golpes de fondoo Analizar la calidad de las aportaciones de los integrantes del grupo cooperativo [OC]	
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y resultado colectivo	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva	

FOCO COOPERATIVO

Nuevamente, iniciamos la primera sesión de la unidad didáctica de deportes, en este caso pickleball, siguiendo una estructura de sesión centrada en los objetivos técnico-tácticos. En todas las clases, se ofrecerán claves para que los anotadores, junto con la ayuda del resto de los compañeros, redacten en sus cuadernos.

Comenzaremos la primera actividad con un juego modificado de evaluación inicial en la observar los conocimientos previos de nuestro alumnado y la organización espacial de estos. Al igual que en la unidad anterior, se mantienen estrategias cooperativas, como la competición sin excesos, en la cual el docente habrá de prestar atención a que los tiempos de trabajo y los puntos sean lo suficientemente cortos, evitando que se genere un clima competitivo no pretendido en este planteamiento didáctico.

Durante la reflexión final, el docente centrará esta en el objetivo cooperativo del día, donde se ha focalizar la atención en la calidad de las informaciones dadas a los compañeros, sobre todo, en aquellas recogidas en los partidos de evaluación inicial. ¿Se ha entendido bien la información que transmitían los anotadores? ¿Ha servido para conseguir mejorar los errores cometidos en la segunda ronda de partidos? En caso de que no haya sido así, ¿se ha pedido por favor que la información fuese más clara y motivada hacia la mejora?

Reflexión inicial y calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Repaso de los conceptos básicos y la clasificación de los deportes siguiendo el modelo de Enseñanza Comprensiva del Deporte, a través de los medios digitales (al igual que en la anterior unidad, presentación tipo Prezi o similar). En esta segunda unidad de deportes, el bloque a tratar será el de “juegos deportivos de red y muro”. El anotador de cada grupo escribirá las claves de este bloque de deportes, además de las características básicas del equipamiento, las zonas de la pista y algunas de las reglas básicas del deporte del pickleball (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Finalizamos este conjunto de unidades didácticas manteniendo el hábito creado para la realización de los calentamientos en los grupos de Aprendizaje Cooperativo: comienzo con un trote suave, organización en círculo y realización de un calentamiento general basado en movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Partido de evaluación-inicial I”. Se organizan los grupos en cada una de las pistas marcadas en el espacio de juego. Dos de los componentes

del equipo empiezan a jugar un partido de tres minutos, mientras que otro de los componentes toma anotaciones sobre las dificultades que se encuentran los compañeros en la pérdida del punto. Una vez transcurrido el tiempo, se intercambian los papeles, los jugadores externos pasan a jugar, mientras que los jugadores en pista pasan a ser anotadores (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).

- Foco táctico nº 1. Tras esta primera toma de contacto, el profesor preguntará a los alumnos sobre esas dificultades que han observado los anotadores en la pista, focalizando la atención en cubrir los espacios en el fondo de pista como aspecto táctico inicial.
- ✓ Seguidamente, se les introducen varias normas a destacar en el pickleball: 1) la zona de “no-voleas”, situada entre las líneas laterales a mitad de pista y la red; y 2) la regla del “doble bote”, que consiste en la necesidad de que la pelota bote previamente a la recepción del resto y tras la devolución de este.
- ✓ Introducción de la empuñadura continental o neutra y posición básica de juego, similar a otros deportes de raqueta como el tenis o el pádel. También podemos tratarla como posición “alerta” o posición de “preparados”, en la cual:
 - o La pala debe estar situada a la altura del pecho, tomada con la mano dominante en posición continental, mientras que la mano no dominante toma la pala por el corazón.
 - o El tronco debe estar inclinado hacia delante con la finalidad de salir lo más rápido posible ante un golpe corto o dejada.
 - o El cuerpo deberá estar apoyado sobre las puntas de los pies para permanecer lo más activo y ágiles posibles.
- ✓ “Posición y práctica del drive”. En primer lugar, se introducen las claves del golpe de derecha o “drive” para que cada responsable de los grupos de aprendizaje los copie en su cuaderno. Inicialmente, nos situaremos en posición de preparados y después seguiremos los siguientes apuntes: 1) colocación del cuerpo en posición de lado o semi de lado, llevando la pierna derecha atrás junto con el brazo ejecutor y la pala; 2) aceleración de la pala de atrás hacia delante para el golpeo de forma recta y plana; 3) golpear por delante del cuerpo entre la rodilla y la cadera más adelantadas; 4) finalizar el golpe con la pala apuntando en la dirección a la zona requerida, no sobrepasando la línea visual; y 5) realizar pasos laterales para recuperar la posición centrada.

Tras esta explicación inicial, dentro de cada grupo de aprendizaje, un alumno lanzará pelotas hacia la zona de drive del compañero que golpeará

de forma consecutiva hasta en cinco ocasiones. Otro jugador anotará los posibles errores técnicos de sus compañeros ofreciendo feedback (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- ✓ “Drives cooperativos”. Mantener un peloteo de derecha entre dos compañeros del grupo e intentar alcanzar su propio récord. Esta ejecución se realizará, como viene siendo habitual, con drives cruzados y paralelos. La mayor marca por conseguir entre los alumnos de los diferentes grupos de aprendizaje se sumará al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase. Cada dos minutos se intercambian los papeles.

Una vez trabajada la tarea en parejas, ahora serán los cuatro jugadores de cada grupo los que realizarán golpes de drive paralelos en primer lugar, y después cruzados, intentando recuperar la posición centrada marcada con conos.

- Foco táctico nº 2. Se insiste en la importancia de cubrir mi espacio de juego, mediante una adecuada recuperación tras el golpeo, para evitar que el rival encuentre en mi espacio libre una debilidad.
- ✓ “Partido de evaluación-inicial II”. Al igual que ocurriese en el calentamiento y reflexión inicial, se organizan los grupos en cada una de las pistas marcadas, jugando dos de los componentes del equipo un partido de tres minutos, mientras que los otros componentes toman nuevamente anotaciones sobre las dificultades que se encuentran los compañeros en la pérdida del punto. Tras finalizar los tres minutos se intercambian los papeles (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 3. ¿Qué dificultades se han encontrado en esta segunda ronda de partidos? ¿Se ha conseguido recuperar adecuadamente la posición al centro? Tras recuperar la posición, ¿el compañero ha encontrado espacios libres en mi campo?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión dentro de cada uno de los grupos cooperativos para la mejora del procesamiento grupal. Después, se procederá a la recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	2	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
-----------------------------	--

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicas | <ul style="list-style-type: none">o Observar los espacios en el campo contrario y buscar en ellos una ventaja en el juego ofensivoo Asimilar los golpes de fondo en pickleball: el golpe de revéso Trabajar la transmisión de información a los demás, así como dar feedback positivo por el buen hacer de los compañeros [OC] |
|---|--|

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
--	---

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos, rompecabezas y resultado colectivo | <ul style="list-style-type: none">o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos, aros o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva |
|---|---|

FOCO COOPERATIVO

A diferencia de la clase anterior, en el día de hoy no solamente hemos de prestar atención a la adecuada organización espacial propia, sino también a la de los compañeros rivales para buscar una ventaja. Esto tiene beneficios tanto a nivel táctico como técnico, dado que favorece la progresión en dificultad en ambos sentidos, centrándonos en esta ocasión en el concepto de amplitud. Transmitir que cualquier movimiento que podamos detectar en el rival nos puede dar esa ventaja, es un aspecto muy interesante para mejorar nuestro juego ofensivo.

Además, en la presente sesión, se utilizará, por primera vez en la unidad, la estrategia de rompecabezas. Ésta ha vuelto a poner de relieve que la información ha de ser lo más certera posible para que todos los alumnos aprendan las claves de los dos golpes de fondo. Además de ello, el profesor centrará la reflexión en cuestiones como las siguientes para ver si se ha ofrecido feedback positivo: ¿cuál ha sido el papel del alumno experto en los golpes de drive y revés? En el grupo de expertos, ¿se han llegado a acuerdos en cuanto a la información a transmitir a los demás? ¿Se ha agradecido y valorado la explicación dada por el experto en cada grupo cooperativo? En caso de que sí, ¿cómo os habéis sentido?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Partido a cuatro puntos”. Realizamos una actividad en parejas donde tendrán que jugar al mejor de cuatro puntos con diferencia de dos. Este juego servirá para recordar las habilidades tratadas en la anterior sesión y entrar en calor (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. En este primer juego modificado, el docente preguntará a su alumnado sobre la mejora de la posición en la pista de juego, aspecto que podrá determinar que se cometan o no errores. ¿Hemos adoptado la posición de preparados y recuperado la misma tras los golpes? ¿Por qué se han fallado los puntos: por errores propios o aciertos del rival?
- ✓ “Posición y práctica del revés”. Como ocurriese en la sesión anterior, primeramente, se introducen las claves del golpe de revés (a una mano) para que cada responsable los copie en sus cuadernos. En primer lugar, nos situaremos en posición de preparados y después seguiremos los siguientes apuntes: 1) colocación del cuerpo en posición de lado o semi de lado, llevando la pierna izquierda atrás junto con el brazo ejecutor y la pala (el brazo izquierdo ayuda a la ejecución sujetando la pala por el corazón de la misma); 2) aceleración de la pala de atrás hacia delante para el golpeo de forma recta y plana; 3) golpear por delante del cuerpo entre la rodilla y la cadera más adelantadas; 4) finalizar el golpe con la pala apuntando en la dirección a la zona requerida, no sobrepasando la línea visual, llevando el brazo izquierdo hacia atrás para equilibrar el cuerpo; y 5) realizar pasos laterales para recuperar la posición centrada.

Después de esta explicación, un voluntario de cada grupo cooperativo lanzará golpes de drive hacia la zona de revés del compañero que golpeará una y otra vez hasta en cinco ocasiones. Otro alumno observador anotará los posibles errores técnicos de sus compañeros ofreciendo además feedback (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- ✓ “Aprendiendo el drive y el revés”. Un compañero de cada grupo se encargará de aprender los golpes de drive y revés. Una vez ocurrido esto, el grupo de expertos se reúne para compartir y consensuar la información a transmitir al resto de compañeros de su grupo (**ROMPECABEZAS**).
- ✓ “Reveses cooperativos”. Se propone nuevamente mantener un peloteo de revés entre varios alumnos del equipo para batir su propia marca de ejecución. El profesor irá indicando la ejecución de los golpes de revés, tanto cruzados como paralelos. El mayor récord que se consiga hacer se sumará al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase. Cada dos minutos se intercambian los papeles.

Como ocurriese en la sesión precedente, se completará el ejercicio con cuatro jugadores realizando golpes de revés, tanto paralelos como cruzados, intentando recuperar la posición centrada marcada con conos.

- Foco táctico nº 2. Se reitera la adecuada activación en la posición de preparados y una efectiva recuperación tras los golpes para evitar dejar espacios libres y poder llegar al siguiente golpeo en las mejores condiciones técnicas.
- ✓ “Partido a cuatro puntos”. Desarrollamos nuevamente esta actividad en parejas jugando al mejor de cuatro puntos con diferencia de dos (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 3. ¿Os habéis situado mejor en la pista con respecto al primer juego? Si no es así, ¿en qué se ha fallado? ¿Se han minimizado los errores en el golpeo con una adecuada posición y recuperación de esta en el terreno de juego?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	3	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas 	<ul style="list-style-type: none"> o Mejorar nuestra situación en el campo de juego o Trabajar el saque como fundamento técnico para iniciar el punto en el pickleball o Mejorar las relaciones entre los componentes del grupo, aunando esfuerzos para alcanzar los objetivos previstos [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, resultado colectivo y rompecabezas 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos, aros o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

El saque es el elemento técnico para trabajar en esta clase, pero, una vez efectuado este, hemos de aprender y mejorar nuestra situación en el campo para evitar que el rival encuentre amplitud de espacios en nuestra zona para ganarnos el punto. Juegos ágiles como “la rueda” nos van a permitir observar posibles errores de ubicación en el terreno de juego para trabajar nuestra situación en pista.

En esta tercera sesión de la unidad, nuestro objetivo cooperativo estaba destinado a mejorar las relaciones interpersonales entre cada integrante de los grupos. Es por ello por lo que algunas preguntas del docente para hacer reflexionar al alumnado serían: ¿qué se ha hecho o dicho que ayudó al éxito del grupo en esta sesión? ¿Todos los alumnos trabajasteis unidos y os esforzasteis? Si hay algún compañero que no empezó bien la sesión, ¿la ayudasteis y animasteis a cambiar su actitud con mensajes positivos?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza

en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “La rueda”. Organizados los alumnos en cada grupo cooperativo, nos situamos dos alumnos en un campo y otros dos en el otro. Un jugador realiza un saque o servicio hacia la otra pista y se cambia rápidamente hacia allá. El jugador que ha recibido el saque, recepciona la pelota y vuelve a hacer un nuevo servicio y también se cambia de campo. Cada integrante de los grupos empezará el ejercicio con cinco “vidas” que irán perdiendo en caso de que se falle un saque. Al finalizar el tiempo de juego, contaremos el número de vidas que tiene cada grupo cooperativo y se sumarán entre sí al marcador colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).
- Foco táctico nº 1. En el inicio de esta sesión, centraremos la atención en poner en juego la pelota, a través del saque, como aspecto clave para poder iniciar un partido lo más cercano posible a la realidad. ¿Os ha costado mandar la pelota al campo contrario? ¿Cuántos alumnos no han perdido ninguna vida al terminar el juego? Y los que han perdido vidas, ¿en qué habéis fallado para ello?
- ✓ Repaso de la empuñadura continental o neutra y posición básica de juego, sobre todo, a la hora de la recepción del saque por parte del contrario.
- ✓ Tras la revisión general de las empuñaduras dentro de cada grupo de aprendizaje, comenzamos a dar las normas a la hora de realizar el saque o servicio. Cada anotador deberá redactar las mismas (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**):
 - o El saque se realizará a la altura de la cintura (entendiendo ésta por la altura del ombligo).
 - o La cabeza de la pala estará por debajo de la muñeca a la hora del golpeo.
 - o Los pies del sacador deberán estar por detrás de la línea de fondo y en perpendicular al poste o extremo derecho de la red.
 - o El servicio puede aterrizar en cualquier línea de saque, excepto en la línea de no-volea (pero siempre dentro del cuadro cruzado de saque).
 - o Si un componente del equipo contrario toca la pelota antes de que haya botado, se considera falta y punto para el equipo sacador.

- ✓ “Aprendiendo el saque”. Un miembro de cada grupo de aprendizaje es el encargado de aprender la técnica del saque o servicio. Cada grupo de expertos se reúne para compartir y consensuar la información a transmitir al resto de compañeros de su grupo (**ROMPECABEZAS**).
- ✓ En cada grupo de aprendizaje se practican saques desde la zona de línea de fondo con dirección a una de las dos zonas de servicio, teniendo el compañero que intentar devolver este. Se realizan cinco saques por cada jugador y se van anotando los aciertos de cada jugador para sumarlos al resultado colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).
- ✓ “La rueda”. Finalizamos esta fase intermedia de la sesión al igual que la iniciamos. Divididos los alumnos de cada grupo cooperativo dos y dos a cada lado de la pista, un jugador realiza un saque hacia la otra pista y se cambia rápidamente hacia allá, pero, en esta ocasión, el otro jugador que lo ha recibido el saque no receptiona la pelota, sino que la devuelve con un golpe de fondo trabajado en las sesiones anteriores, drive o revés, y también se cambia de lado. Continúa el punto hasta un jugador falle, el cual perderá una “vida”. Este último jugador, volverá a iniciar el juego con un nuevo servicio. Al finalizar el tiempo de juego, contaremos el número de vidas que tiene cada grupo cooperativo y comprobaremos si hemos mejorado o no el marcador colectivo de la clase (**RESULTADO COLECTIVO**).
- Foco táctico nº 2. En este nuevo juego, focalizaremos la atención en la búsqueda de espacios libres en el campo del contrario desde el primer servicio. Es por ello, que trabajaremos los tiros tanto en la zona de drive como en la de revés observando cuál es el lado débil de los compañeros. Algunas cuestiones para valorar por los alumnos pueden ser: ¿dónde os ha costado más devolver el resto: en el lado de drive o el de revés? ¿Por qué creéis que ha sido? ¿La posición del cuerpo era la correcta para recibir el servicio? ¿Habéis ajustado bien los espacios para que no encontrara el rival espacios donde lanzaros la pelota?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión dentro de cada grupo cooperativo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	4	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicas	<ul style="list-style-type: none">o Ser capaz de leer el juego del contrario y anticiparse a sus accioneso Conocer los golpes de red en pickleball: la volea de derechao Contribuir con mi participación al procesamiento de mi grupo cooperativo [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y resultado colectivo	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Una vez pasadas tres sesiones, en esta cuarta vamos a hacer ver a nuestros alumnos la importancia del juego de red en los deportes de raqueta, siempre contando con el hándicap de la “zona de no voleas” en pickleball, que nos va a condicionar nuestro juego. Sin embargo, saber leer la jugada del compañero rival, aumentando el ritmo de juego, nos va a permitir tener ese plus de ventaja sobre los jugadores de fondo.

En relación con la consolidación del componente de procesamiento grupal del modelo pedagógico de Aprendizaje Cooperativo, dentro de cada grupo el profesor planteará el debate con preguntas como: ¿la participación ha sido equitativa entre todos los miembros del grupo? ¿Qué tengo que hacer para participar más cada día? Y el grupo, ¿permite a todos sus miembros una igual participación y posibilidad de tener voz en las decisiones conjuntas?

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad

articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Voleando voy”. Realizamos una situación de partido modificado de forma individual, encontrándose los otros dos integrantes tomando notas y arbitrando el punto. La máxima del juego es que una vez se saca y se completa la regla del doble bote, es obligatorio realizar una volea para mantenerse en la pista. El jugador que lo consigue permanece jugando, mientras que el otro saldrá para que pueda acceder otro compañero, el cual comenzará el siguiente punto sirviendo (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).

- Foco táctico nº 1. El profesor reúne a todos los grupos tras finalizar este juego modificado planteando algunas cuestiones: ¿todos habéis intentado subir a la red para intentar ganar el punto con una volea? ¿Qué habéis observado desde más cerca de la red? ¿El juego es más rápido o lento que desde el fondo de la pista? Una vez que el docente ha querido orientar al alumnado en la importancia de saber leer el movimiento del contrario y anticipar sus golpes, procedemos a comenzar con la fase técnica del golpe de volea de derecha.

- ✓ “Posición y práctica de la volea de derecha”. Teniendo en cuenta que en el pickleball nos encontramos con una zona de no-volea, trabajaremos este golpe a mitad de pista o como golpe de aproximación hasta esa zona. Para ello, nos situaremos en primer lugar en posición de preparados y después seguiremos las siguientes claves, anotadas por el alumno con ese rol en el grupo cooperativo: 1) llevar la pala hacia atrás hasta la línea del hombro; 2) la cabeza de la pala debe estar levantada para una volea definitiva, más neutra en una volea de aproximación o más baja si la pelota nos viene a los pies; 3) golpear por delante del cuerpo en perpendicular al pecho; y 4) finalizar el golpe, por la parte derecha, con la pala apuntando en la dirección a la zona requerida, no sobrepasando la línea visual.

Tras esta explicación, dentro de cada grupo de aprendizaje, uno de ellos lanzará una volea de fondo, otra de aproximación y una volea definitiva previa a la zona de no-volea. Otro jugador anotará los posibles errores técnicos de sus compañeros (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- ✓ “Voleas de derecha cooperativas”. Tras el aprendizaje y la explicación de la volea de derecha por el alumno experto a cada grupo, el objetivo de la actividad será mantener un peloteo de voleas de derecha entre dos com-

ponentes del equipo e intentar batir su propio récord de ejecución. Esta ejecución se realizará con voleas cruzadas y paralelas. El mayor récord que consigan hacer los componentes de los grupos de aprendizaje se sumará al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase. Cada dos minutos se intercambian los papeles.

- ✓ “Partido bonificado”. Para poner en práctica los últimos golpes aprendidos, realizamos unos partidos y situaciones reales de juego. Se obtendrá un punto extra cuando un jugador consiga un tanto directo o bien provoque el error del rival tras una buena volea, en este caso, de derecha. Se van intercambiando los papeles cada cuatro puntos para que todos los componentes del grupo pongan en práctica lo trabajado (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 2. Al igual que al inicio de la sesión, este nuevo juego modificado nos permite orientar al alumno en la importancia de la anticipación y de dominar el juego en la red para ganar el punto con más facilidad que desde el fondo de la pista. ¿Nos ha sido más fácil o difícil ganar el punto desde la zona de no voleas? ¿Por qué ha sido más fácil o difícil? Si el devenir de las respuestas nos lleva a que ha sido más fácil, es debido a que al anticiparnos a los movimientos del contrario podemos preparar el golpe antes y poder enviar el siguiente tiro con más posibilidades de éxito. ¿Y la velocidad del juego? ¿Dónde ha sido más rápida? Al jugar con voleas la velocidad del juego aumenta en contraposición al juego con golpes de fondo.

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión dentro de cada uno de los grupos cooperativos para, de nuevo, fomentar la consolidación del procesamiento grupal, generando un espacio de diálogo y puesta en común entre todos los integrantes de cada grupo. Más tarde, se procederá a la recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	5	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas 	<ul style="list-style-type: none"> o Persistir en la búsqueda del error del rival realizando golpes lo más precisos posibles o Descubrir nuevos golpes de red en pickleball: la volea de revés o Persistir en la implicación de todos los compañeros en la mejora del procesamiento grupal [OC] 	
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos, rompecabezas y resultado colectivo 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva 	
FOCO COOPERATIVO		
<p>Dentro del objetivo táctico que nos ocupa en esta quinta sesión, nos centraremos en hacer ver a nuestro alumnado el momento justo en que utilizar una volea definitiva para ganar el punto. Para ello, se ha de persistir en el movimiento del contrario por la pista, observando sus puntos débiles y aprovechando un posible error de este para efectuar el golpe ganador.</p> <p>Finalmente, en relación con el objetivo cooperativo de la clase, el docente puede plantear algunas valoraciones de los grupos cooperativos donde se persiste la implicación de todos en el éxito y el procesamiento grupal: ¿tenéis la percepción de que todos los integrantes se han implicado en las tareas propuestas? Si es así, ¿qué juego o actividad ha tenido más éxito en esa participación conjunta?</p>		

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad

articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Voleando voy”. Como realizamos en la sesión anterior, comenzamos nuevamente incorporando situaciones de juego modificado **ixi**, encontrándose los otros dos compañeros tomando notas sobre posibles errores en la situación del compañero en el campo de juego o errores en las claves técnicas de la volea, y arbitrando cada punto. A diferencia del anterior juego, se conseguirá mantener el alumno en la pista en caso de que haga una volea y esta sea definitiva tras el saque y la regla del doble bote. Si no se consigue hacer una volea “ganadora”, entonces se valorará que la volea permita el error del contrario. Si alguna de estas dos situaciones ocurre, este jugador que permanece en la pista, mientras que el otro saldrá para que pueda acceder otro compañero, el cual comenzará el siguiente punto sirviendo (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 1. El docente, de nuevo, reúne a todos los grupos tras finalizar este juego modificado planteando variadas cuestiones: ¿se ha conseguido hacer una volea definitiva en los puntos? En caso de que no se haya completado, ¿hemos conseguido poner en dificultades al compañero? Ambos jugadores, ¿habéis intentado subir a la red para jugar el punto y seguir anticipándose a la volea del contrario?
- ✓ “Posición y práctica de la volea de revés”. Al igual que en la volea de derecha del día anterior, trabajaremos este golpe a mitad de pista o como golpe de aproximación hasta esa zona. En primer lugar, nos situaremos en posición de preparados y después seguiremos las siguientes claves: 1) llevar la pala hacia atrás hasta la línea del hombro, realizando una rotación de tronco hacia el lado izquierdo; 2) la cabeza de la pala debe estar levantada para una volea definitiva, más neutra en una volea de aproximación o más baja si la pelota nos viene a los pies; 3) golpear por delante del cuerpo en perpendicular al pecho; y 4) finalizar el golpe de revés con la pala apuntando en la dirección a la zona requerida, no sobrepasando la línea visual, y compensando el golpeo llevando el brazo izquierdo hacia atrás.

Tras esta explicación, por grupos de aprendizaje propondremos la misma acción de la sesión anterior, encontrándose otro alumno encargado de anotar los posibles errores técnicos de sus compañeros (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- ✓ “Aprendiendo la volea de derecha y de revés”. Un componente de cada grupo de aprendizaje es el encargado de aprender las voleas de derecha y revés. Cada grupo de expertos se reúne para compartir y consensuar la información a transmitir al alumnado de su grupo (**ROMPECABEZAS**).
 - ✓ “Voleas de revés cooperativas”. El objetivo de la tarea será mantener un peloteo de voleas de revés entre dos alumnos del equipo e intentar batir su propia marca de ejecución. Ésta se realizará con voleas cruzadas y paralelas. El mayor número de voleas que consigan hacer los alumnos se sumará al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase. Cada dos minutos se intercambian los papeles.
 - ✓ “Partido bonificado”. Para seguir poniendo en práctica los últimos golpes aprendidos, realizamos unos partidos y situaciones reales de juego. Se obtendrá un punto extra cuando un jugador consiga un tanto directo o bien provoque el error del rival tras una buena volea, tanto de derecha como de revés. Se van intercambiando los papeles cada cuatro puntos para que todos los componentes del grupo pongan en práctica lo trabajado (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 2. En la clase de hoy, el profesor mantiene al alumnado en la búsqueda del espacio libre, provocando que el rival llegue en dificultades para devolver nuestro envío y que el último golpe, una volea, sea precisa y definitiva para ganar el punto. ¿Hemos conseguido hoy ganar el punto en la volea con más facilidad que el anterior día? ¿Hemos sido más precisos en los lanzamientos? ¿Nos hemos coordinado con nuestra pareja para no dejar espacios en la red y poder anticiparnos a las acciones del otro conjunto?
- Igualmente, se les puede plantear la cuestión de que analicen y reflexionen sobre el momento idóneo de hacer voleas definitivas. ¿Habéis sido conscientes del momento exacto en el que se ha de realizar esa volea “ganadora” y por qué?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	6	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicas	<ul style="list-style-type: none">o Variar las acciones técnicas en función de la situación del rival en la pista, mejorando las acciones ataque-defensao Conocer los golpes especiales en pickleball, como el globoo Observar los posibles problemas del grupo, junto con el profesor, y recibir retroalimentación para solucionarlos [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
---	----------------------------------

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y rompecabezas | <ul style="list-style-type: none">o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva |
|--|---|

FOCO COOPERATIVO

En la sesión de hoy se comienza a trabajar en la modalidad de dobles, por lo que la penetración entre los alumnos es de vital importancia. Ambos jugadores han de aprender a cubrir los espacios en la pista de juego, prestando especial atención a los golpes en el centro de la pista, lugar donde suelen producirse desajustes por falta de comunicación. En condiciones normales, el jugador que cubre la zona izquierda de la pista es el que se encargaría de esa zona al intervenir con su golpe de drive, salvo que el jugador de la zona derecha sea zurdo. En ese caso, ambos jugadores tendrían su golpe natural de drive en el centro, por lo que se debería establecer una estrategia propia.

Para finalizar la clase, el docente pedirá a los grupos un momento de reflexión con el que buscar qué problemas pueden estar surgiendo en la convivencia de los alumnos y que dificulte el procesamiento grupal, así como qué posibles soluciones están tratando de encontrar para solventarlos. Por ello, podemos preguntar cuestiones como las siguientes: ¿la convivencia de cada grupo cooperativo está siendo positiva? ¿Habéis tenido algún problema entre vosotros? Si ha sido así, ¿qué habéis intentado hacer para solucionarlo? ¿Os ha dado resultado o ha seguido enquistado? En caso de que no se haya podido solucionar por ahora, ¿qué os parece emplear la retroalimentación positiva, intentando dejar a un lado nuestras diferencias para unir esfuerzos como clave del éxito del conjunto? Esta última pregunta servirá para iniciar la reflexión y el trabajo de cada grupo en la siguiente sesión.

Calentamiento y reflexión inicial

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Introducción de la modalidad de dobles. Breve análisis de las cuestiones clave desde un punto de vista táctico, como la distribución del espacio y la consecuente asunción de responsabilidades para el golpeo en función de dónde se encuentre la pelota.

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Partido a cuatro puntos”. Como recordatorio de lo trabajado previamente y para entrar en calor, comenzamos realizando un partido 2x2, al mejor de cuatro puntos y diferencia de dos, dentro de cada grupo cooperativo (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. Durante el desarrollo de este primer juego modificado, el profesor preguntará a su alumnado sobre el empleo de diversos golpes técnicos en función de nuestras necesidades, por ejemplo, si tengo a la otra pareja muy cerca de la red y no encuentro espacios para conseguir superarla por bajo. ¿Qué haremos si la pareja contraria está muy bien posicionada en la red y no encuentro espacios para ganar el punto? ¿Es acertado arriesgar lanzándoles una pelota para que volean o es mejor superarles por arriba? Si les lanzo la pelota por arriba, ¿qué beneficios obtendré?
Una vez se les ha animado a contestar a estas preguntas, se procede a introducir las claves técnicas del globo.
- ✓ “Posición y práctica del globo”. Para empezar, se introducen las claves del globo para que cada grupo de aprendizaje las anote en sus cuadernos. El globo es un golpe especial, normalmente defensivo, que se realiza desde el fondo de la pista con la intención de llevar al rival al fondo de la pista y no pueda llegar a golpear con facilidad, si bien, esa manera de llevar al rival al fondo tiene connotación de golpe ofensivo, ya que puedo adoptar una posición cómoda en la volea. En primer lugar, nos situaremos en posición de preparados para golpear de derecha, revés o volea y después seguiremos los siguientes apuntes: 1) mismo movimiento de ejecución que los tres golpes comentados, pero, en lugar de golpear la pelota de forma plana, la cabeza de la raqueta caería y la golpeamos por la parte más baja,

impulsando la pelota desde abajo hacia arriba; 2) el movimiento será más largo y amplio, finalizando con la punta de la pala apuntando hacia arriba. Tras acabar de desglosar estas claves, por grupos de aprendizaje, uno de ellos realizará un golpeo hacia la zona de drive o revés del compañero que realizará globos, hasta en cinco ocasiones, variando la dirección de estos a globos paralelos o cruzados al fondo de la pista. Otro jugador anotará los posibles errores técnicos de sus compañeros ofreciendo un posible feedback positivo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- ✓ “Aprendiendo el globo”. De nuevo, un integrante de cada grupo se encarga de aprender el golpe especial del globo. El alumnado experto en ese golpeo se reúne para compartir y consensuar la información a ofrecer al resto de compañeros de su grupo (**ROMPECABEZAS**).
- ✓ “Partido bonificado”. Para poner en práctica estos últimos golpes aprendidos, realizamos unos partidos y situaciones reales de juego. Se obtendrá un punto extra cuando un jugador consiga un tanto directo o bien provoque el error del rival tras un buen globo. Se van intercambiando los papeles cada cuatro puntos para que todos los componentes del grupo pongan en práctica lo trabajado (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 2. ¿Alguno de vosotros ha obtenido puntuación extra por realizar un globo? Este, ¿ha sido profundo y habéis conseguido desplazar a la pareja al fondo de pista? Con respecto a esta última cuestión, el docente transmitirá la importancia de que el globo se convierta en un golpe ofensivo. Por ello, ha de ser profundo y, normalmente cruzado, para provocar incertidumbre en la pareja rival y que no puedan devolver la pelota con facilidad, aprovechando esta última para adoptar una posición ofensiva en la red.

Además, se les animará a los alumnos a reflexionar sobre las situaciones en que es más apropiado utilizar una u otra técnica de nuestro repertorio, para llevar la iniciativa y conseguir el punto.

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	7	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS		OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas 	<ul style="list-style-type: none"> o Conseguir desplazar al contrario tomando decisiones rápidas e inesperadas o Aprender el remate y su contribución en el juego de ataque o Ofrecer soluciones a los posibles problemas encontrados en el grupo cooperativo [OC] 	
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO		RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, rompecabezas, resultado colectivo y competición sin excesos 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos, aros o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva 	
FOCO COOPERATIVO		
<p>Para la clase de hoy, la reflexión se ha de centrar en las situaciones en que es más apropiado utilizar una u otra técnica de nuestro repertorio, para llevar la iniciativa y conseguir el punto. Seguiremos insistiendo en el concepto de amplitud, recuperación del centro tras el golpeo y el factor sorpresa para no encasillar nuestra técnica y sorprender así a los compañeros rivales.</p>		
<p>Por otro lado, en la clase anterior solicitábamos a los grupos un momento de reflexión para detectar posibles situaciones problema que pudiesen generar dificultades en el procesamiento grupal. Para ello, la última cuestión se relacionaba con la retroalimentación positiva. El docente planteará, dentro de cada grupo, que desglosen en sus cuadernos las soluciones que han puesto en marcha y otras en caso de que pudiesen aparecer esos problemas de convivencia, verbalizando siempre los aspectos positivos en los demás. Por ello, en esta sesión, una buena manera de solucionar alguna situación inadecuada es celebrar la buena participación, los aciertos en las tareas propuestas por el profesor y el reconocimiento del buen juego de la pareja rival, generando un ambiente festivo y de complicidad entre todos.</p>		

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.

- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Pickleball a gritos”. La dinámica de este partido de dobles será la siguiente: un jugador realiza el saque y, tras poner en práctica la regla del doble bote, comienza el partido “a gritos”, marcando en todo momento el golpe a ejecutar. A los cinco servicios del mismo sacador, cambian los papeles (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
 - Foco táctico nº 1. En este juego modificado introducimos la táctica de desplazar al contrario para encontrar espacios libres y poder así ganar el punto con mayor facilidad. Una vez finalizado, el docente reúne al grupo para plantear algunas cuestiones: ¿habéis empleado todos los golpes trabajados hasta ahora? ¿Qué golpes han sido claves para desplazar al contrario de un lado a otro de la pista? ¿Con cuál de ellos habéis finalizado la jugada? ¿Ha sido sencilla la coordinación con nuestra pareja de juego?
- ✓ “Posición y práctica del remate”. En primer lugar, se introducen las claves del remate para que sean copiadas en los cuadernos de cada grupo de aprendizaje. El remate es un golpe ofensivo que se realiza, normalmente, desde una posición cercana a la red con la intención de ganar definitivamente el punto. Para empezar nos situaremos en posición de preparados y después seguiremos los siguientes anotaciones: 1) apuntar a la pelota con la mano contraria al brazo ejecutor, llevando la raqueta para atrás en forma de bucle; 2) el tronco se sitúa en posición de lado o semi de lado llevando la pierna derecha hacia atrás; 3) elevación de la cabeza de la raqueta para golpear en el punto más alto que nos permita extender nuestro brazo; 4) finalización de la cabeza de la pala por detrás de nuestro cuerpo, como si nos diésemos un abrazo, y el peso del cuerpo cae totalmente hacia delante, por lo que la pierna derecha finaliza también delante.

Cuando finalice la explicación, por grupos de aprendizaje, los alumnos irán alternando golpes en forma de globos para que el compañero ejecutor realice remates una y otra vez hasta en cinco ocasiones, alternando estos a las zonas de drive, revés y al centro de la pista. Otro jugador anotará los posibles errores técnicos de sus compañeros ofreciendo retroalimentación positiva (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- ✓ “Aprendiendo el remate”. Como viene siendo habitual, un compañero de cada grupo se encargará de aprender este golpeo. Finalizado el aprendizaje técnico, el grupo de expertos se reúne para compartir y consensuar la información a transmitir al resto de alumnos de su grupo (**ROMPECA-BEZAS**).
- ✓ “Remates cooperativos”. Ahora sí, todos los componentes de cada grupo han de ser capaces de mantener un peloteo mediante el uso de remates y globos para intentar alcanzar la mayor puntuación. Todas las marcas obtenidas por los grupos cooperativos se sumarán al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase.
- ✓ “Partido bonificado”. En las dos sesiones anteriores, se pusieron en práctica, sobre todo, los golpes de red aprendidos en situaciones reales de juego. En el día de hoy, se obtendrá un punto extra cuando un jugador consiga un tanto directo o bien provoque el error del rival tras un buen remate. Se van intercambiando los papeles cada cuatro puntos para que todos los componentes del grupo pongan en práctica lo trabajado (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 2. En sesiones anteriores, se ha insistido en la búsqueda de los espacios libres, si bien, si el jugador no es capaz de conseguir desplazar al contrario por la pista para buscar esos espacios aumentará la dificultad de generar una situación ofensiva ventajosa. Es por ello por lo que el remate, junto con el resto de los golpes de red, es sobre el que se sustenta el juego de ataque de los deportes de raqueta. Hemos de señalar la importancia de mover a los contrarios, de ahí a reflexionar sobre las claves del juego de dobles, para provocarles una mala devolución y finalizar el punto directo mediante las siguientes preguntas: ¿habéis intentado desplazar a los compañeros contrarios por la pista buscando espacios libres? Tras el saque, ¿habéis intentado subir a la red, de forma coordinada, para dominar el juego de ataque? ¿Se ha conseguido provocar el error del contrario que nos permita tener el remate para finalizar la jugada?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión dentro de cada uno de los grupos cooperativo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	8	1º ESO
COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS	
<ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicas	<ul style="list-style-type: none">o Ahondar en las habilidades específicas de ataque y defensa, desplazando al rival en profundidado Experimentar nuevos golpes especiales en pickleball, como la dejadao Participar de forma activa, poniendo en práctica las habilidades cooperativas aprendidas a lo largo del curso [OC]	
METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES	
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos, rompecabezas y resultado colectivo	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos, aros o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva	
FOCO COOPERATIVO		
<p>En la sesión del día, nos adentramos en el concepto de profundidad como recurso táctico para desplazar a los compañeros contrarios de atrás hacia delante. Para ello, plantearemos la reflexión en torno a las situaciones en las que la dejada es apropiada y qué se ha de tener en cuenta, a nivel técnico, para hacerla correctamente. Un detalle técnico para trabajar la dejada es la acción de “cortarle las patas” a la pelota, movimiento técnico de la muñeca para reducir la fuerza de la pelota y que bote muy poco cerca de la red. Este recurso, unido a la contradejada, forman parte de las habilidades técnico-tácticas más interesantes del pickleball.</p> <p>Por último, y acercándonos al final de nuestra unidad didáctica actual, proponemos a los alumnos que valoren la importancia de participar activamente en los tareas y reflexiones propuestas por el docente, siendo capaces de utilizar todas las herramientas cooperativas que van adquiriendo y anotando en sus cuadernos como acuerdos tomados para seguir mejorando el procesamiento de su grupo.</p>		

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Partido a cuatro puntos”. Como recordatorio de lo trabajado previamente y para entrar en calor, realizamos de nuevo un partido 2x2, al mejor de cuatro puntos y diferencia de dos, dentro de cada grupo cooperativo (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 1. En sesiones anteriores nos referíamos al globo como acción ofensiva para desplazar al contrario al fondo de la pista y poder tomar la red para conseguir ventaja a la hora de ganar el punto. En esta ocasión, el propósito será acercar al rival a la red en caso de que su juego de fondo, normalmente más defensivo, nos impida encontrar argumentos para ganar el punto. ¿Alguno de vosotros ha intentado variar los golpes y mover a los rivales de atrás hacia delante? Si ha sido así, ¿habéis obtenido los espacios que buscabais para ganar el punto? En caso contrario, los animaremos a prestar atención a la sesión de hoy para el aprendizaje de la dejada, golpe especial y muy interesante en pickleball por la particularidad de contar con una zona de “no voleas” en el terreno de juego.
- ✓ “Posición y práctica de la dejada”. Se propone el aprendizaje del último golpeo de esta unidad didáctica introduciendo las claves de la dejada para que cada grupo de aprendizaje las copie en sus cuadernos. La dejada es un golpe especial que se realiza desde el fondo de la pista o desde la volea con la intención de que la pelota caiga cerca de la red y así el rival no pueda llegar a golpear. Como viene siendo habitual, nos situaremos en posición de preparados para golpear de derecha, revés o volea y después seguiremos las siguientes anotaciones: 1) mismo movimiento de ejecución que los tres golpes comentados, pero en lugar de golpear la pelota de forma plana, la cabeza de la raqueta caería y golpeamos por la parte más baja de esta, como si quisiéramos cortar unas “patas” a la pelota; 2) el movimiento también será más corto, pero con la punta de la pala apuntando hacia la zona de golpeo. Finalizará la explicación cuando un integrante de cada grupo realice un servicio hacia la zona de drive o revés del compañero que realizará dejadas

una y otra vez hasta en cinco ocasiones. Otro de los alumnos anotará los posibles errores técnicos de sus compañeros generando feedback tras ello (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

- ✓ “Aprendiendo la dejada”. Desarrollamos el último grupo de expertos con el aprendizaje de este golpe especial. Un alumno de cada grupo es el encargado de aprenderlo para, después, reunirse con los demás expertos para ofrecer la información a transmitir al resto de compañeros de su grupo (**ROMPECABEZAS**).
- ✓ “Mover al oponente adelante y atrás”. Tras un servicio y la regla del doble bote, el sacador tendrá como objetivo ir al ataque, jugando pelotas rápidas de volea, de derecha o revés hacia ambos lados, y hacia delante con una dejada. Otro compañero del grupo, u oponente, tendrá un rol defensivo con la idea de solventar las envidadas propuestas y realizar globos y golpes de fondo intentando no perder el punto. Tanto los puntos de ataque como las buenas defensas de cada componente serán sumados al **RESULTADO COLECTIVO** de la clase.
 - Foco táctico nº 2. Como preparación para el último juego modificado de la sesión, podemos preguntar a nuestro alumnado: ¿os ha servido la dejada como acción técnica para ganar el punto con más facilidad? Con una pelota que viene muy baja, ¿el globo es una opción para desplazar a nuestro rival al fondo de la pista? ¿Qué golpe hemos de intentar jugar para no levantar tanto la pelota?
- ✓ “Partido bonificado”. Para poner en práctica los golpes aprendidos, realizamos unos partidos y situaciones reales de juego. Se obtendrá un punto extra cuando una pareja consiga un tanto directo o bien provoque el error del rival tras una buena dejada. Se van intercambiando las parejas entre sí cada cuatro puntos para que todos pongan en práctica lo trabajado (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
 - Foco táctico nº 3. Este último juego modificado busca incorporar la dejada dentro de un amplio abanico de golpes trabajados hasta ahora. Con las siguientes cuestiones intentaremos hacer que el alumnado reflexione sobre el uso de la dejada como golpe ofensivo o defensivo, y en qué situaciones es adecuada: ¿qué habéis debido tener en cuenta para hacer técnicamente bien la dejada? ¿Os ha ayudado cuando habéis encontrado a una pareja que jugaba voleas muy efectivas? ¿Habéis intentado atraer a los contrarios cuando no los podíamos superar en el fondo de la pista? Como en el juego anterior, ¿habéis empleado una nueva dejada, también llamada contra dejada, en caso de no poder realizar un globo?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en gran grupo y recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	9	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none"> o Aprender a aprender o Competencias sociales y cívicas 	<ul style="list-style-type: none"> o Trabajar la toma de decisiones y la respuesta a provocar en el contrario, a través de partidos y competiciones cooperativas o Preparar los festejos fruto del éxito del grupo entre todos sus miembros [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none"> o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprender o Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje, competición sin excesos y resultado colectivo 	<ul style="list-style-type: none"> o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos o cualquier otro material del área de Educación Física o Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

En esta penúltima sesión, pondremos en marcha algunos juegos donde cooperativizar la competición, trabajando la toma de decisiones y el ajuste de esta dentro de cada grupo cooperativo.

Además, también dentro de cada grupo de aprendizaje, esta clase es un momento adecuado e íntimo para preparar la fiesta de fin de la unidad didáctica, agradecerse mutuamente el esfuerzo empleado a lo largo de todas las sesiones y establecer una estrategia de equipo de cara a la competición cooperativa que les espera.

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “**Rey del pickleball**”. Un jugador del equipo se la queda, mientras que los otros tres jugadores pasan al otro lado de la pista. Una vez realizado el servicio, y ajustado la regla del doble bote, se juega un punto entre dos jugadores. A los dos puntos que consiga hacer el jugador que se la queda en el campo del restador se intercambia los papeles con el sacador (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).

Una posible variante a este juego sería el cambio directo del restador por el sacador cuando este primero haya conseguido realizar un punto directo, empleando las diferentes habilidades técnicas trabajadas.

- Foco táctico nº 1. Reunidos los alumnos tras este primer juego modificado, plantearemos algunas cuestiones a resolver: ¿en qué golpes habéis tenido más errores y cuál es una posible solución para mejorarlos? En caso de haber obtenido un punto directo, ¿habéis desplazado al contrario hacia los lados de la pista para que dejase espacios libres a aprovechar? ¿Habéis utilizado la dejada para sorprender a un rival bien posicionado al fondo de la pista?
- ✓ “**Volver a la posición base**”. Este ejercicio tiene como objetivo principal sacar y recuperar la posición de base o posición central (en individuales) del campo de juego. Tras un saque, recuperamos la posición inicial en la línea de fondo (marcada con un cono), y después de la regla del doble bote, el jugador sacador se irá hacia la red (marcado con un cono de un color diferente al anterior) para intentar ganar el punto con una volea o un remate (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ “**Pickleball a gritos**”. Como ocurriese en sesiones anteriores, se trata de realizar un ejercicio reflexivo en el que los alumnos deben decir en voz alta el golpe que van a emplear (volea, derecha, revés, remate, globo o dejada). La dinámica de trabajo será la siguiente: un jugador saca, el otro compañero devuelve un resto al sacador, el primero vuelve a golpear pre-

vio bote en su campo (regla del doble bote) y a partir de ahí comienza el partido “a gritos”, marcando en todo momento el golpe a ejecutar. A los cinco servicios del mismo sacador, cambian los papeles. Un tercer jugador permanecerá con el rol de árbitro, mientras que el cuarto componente será el anotador que ofrecerá feedback y animará las correctas ejecuciones de sus compañeros. El mayor récord de pelotas pasadas de un campo a otro será sumado al marcador colectivo de la clase (**GRUPOS DE APRENDIZAJE Y RESULTADO COLECTIVO**).

- ✓ “Rey del pickleball”. Al igual que al inicio de la sesión, volvemos a plantear este juego modificado habiendo ajustado la recuperación a la posición de base y el correcto de juego de pies para mantenernos activos en el desplazamiento. De nuevo, un jugador de cada grupo cooperativo se la queda, mientras que los otros tres jugadores pasan al otro lado de la pista. Tras el servicio y la regla del doble bote, se juega un punto entre ambos jugadores. Tanto si un jugador gana dos puntos al sacador, como la realización de un golpe directo, hace que se intercambien los papeles entre este y el restador (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 2. ¿Se han mejorado los errores que habíais tenido en el primer juego ajustado la posición de base? ¿Os habéis fijado en la posición del rival para tomar la mejor decisión en cuanto al golpeo? ¿Habéis seguido moviendo al contrario para buscar el espacio libre sin esperar a su error? Tras la regla del doble bote, ¿habéis intentado buscar la red y ser ofensivo o habéis esperado en el fondo de la pista?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ Puesta en común de la sesión en los grupos cooperativos, donde se comienzan a preparar los festejos que tendrán lugar en la última sesión de la unidad didáctica.
- ✓ Recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida.

UNIDAD DIDÁCTICA	Nº SESIÓN	NIVEL
“Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”	10	1º ESO

COMPETENCIAS BÁSICAS	OBJETIVOS DIDÁCTICOS Y COOPERATIVOS
<ul style="list-style-type: none">o Aprender a aprendero Competencias sociales y cívicaso Digitalo Sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor	<ul style="list-style-type: none">o Poner en práctica los aspectos técnico-tácticos del pickleball mediante situaciones de juego realo Disfrutar del éxito del grupo cooperativo, reforzando la actitud y el esfuerzo de todos los compañeros [OC]

METODOLOGÍA DEL APRENDIZAJE COOPERATIVO	RECURSOS MATERIALES Y ESPACIALES
<ul style="list-style-type: none">o Fase 3. El aprendizaje cooperativo como recurso a enseñar y aprendero Estrategias cooperativas: grupos de aprendizaje y competición sin excesos	<ul style="list-style-type: none">o Materiales: palas y pelotas de pickleball, cuerdas y/o redes, conos o cualquier otro material del área de Educación Físicao Espacios: gimnasio/pista polideportiva

FOCO COOPERATIVO

Al igual que ocurriese en la misma sesión de la unidad didáctica anterior, solicitaremos a nuestro alumnado que disfruten de la competición sin excesos del pickleball, practicando todo lo trabajado en las 10 sesiones que la conforman, siendo respetuosos con todos los compañeros, árbitros... valorando el esfuerzo de nuestra pareja y grupo por encima de los resultados del juego.

Finalmente, el docente hará una reflexión sobre los aspectos positivos y negativos del trabajo cooperativo de los grupos, pero siempre desde una perspectiva optimista, valorando la constancia y el esfuerzo de los alumnos y la superación de las dificultades que conlleva el desarrollo de los cinco componentes del Aprendizaje Cooperativo. Una vez terminada esta reflexión final, se les volverá a solicitar responsabilidad y sinceridad a la hora de complimentar los instrumentos de evaluación, pudiendo el docente lector de estas líneas elegir estos u otros similares que ayuden a evaluar el trabajo individual y colectivo de cada grupo cooperativo.

Calentamiento

- ✓ Saludo inicial por parte del profesor y los alumnos.
- ✓ Calentamiento basado en un trote suave por grupos cooperativos. Después de unos minutos de resistencia aeróbica, el alumnado se organiza en círculo para proceder a realizar una serie de ejercicios de movilidad

articular y estiramientos de todas las partes del cuerpo (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).

Fase de adquisición de los aprendizajes

- ✓ “Partido a cuatro puntos”. Como recordatorio de lo trabajado en las sesiones anteriores y para entrar en calor, realizamos de nuevo un partido 2x2, al mejor de cuatro puntos y diferencia de dos, dentro de cada grupo cooperativo (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- ✓ “Competimos para divertirnos”. Finalizará esta unidad didáctica con una competición cooperativa en la cual jugaremos partidos 2x2 contra otros grupos de aprendizaje al mejor de cuatro puntos con diferencia de dos, salvo que llegan a 10, para lo cual se realizará un “punto de oro”. Se establecerá un criterio de subidas y bajadas por las pistas, con la finalidad de que se intenten realizar partidos contra todos los equipos. Dentro de cada equipo habrá roles de jugadores, árbitros y entrenadores, los cuales ofrecerán feedback a sus compañeros para mejorar su ejecución técnico-táctica y animarlos para los siguientes partidos (**COMPETICIÓN SIN EXCESOS**).
- Foco táctico nº 1. Tras la finalización del juego modificado de competición sin excesos, nos reuniremos en grupo con el alumnado para valorar su trabajo. Al igual que ocurriese en la anterior unidad didáctica, una de las cuestiones más importantes que da nombre a esta competición cooperativa es, ¿os habéis divertido jugando con vuestros compañeros? Cada integrante de los grupos cooperativos, ¿ha adoptado su rol y se ha esforzado para conseguir el bien de la pareja y, por consiguiente, de su grupo? ¿Hemos felicitado al rival por su esfuerzo tras cada partido?

Reflexión final

- ✓ “Estiramientos compartidos”. Una vez finalizada la sesión, por grupos cooperativos, realizamos una serie de estiramientos de los grupos musculares trabajados (**GRUPOS DE APRENDIZAJE**).
- ✓ En primer lugar, se realiza una puesta en común de la sesión en los grupos cooperativos para evaluar ese procesamiento como grupo trabajado durante estas 10 sesiones de la unidad. Más tarde, toma la palabra el profesor para realizar una última puesta en común en gran grupo analizando los aspectos positivos y negativos de cada uno de los grupos cooperativos y

ofreciendo feedback positivo para mantener las sinergias generadas durante todo el proceso. Finalmente, se les solicita a los grupos de aprendizaje la realización de un cuestionario coevaluativo, a través de las herramientas digitales tipo Socrative o similar, como culmen de la unidad recientemente acabada.

- ✓ Recogida de material por los responsables del día.
- ✓ Aseo básico y despedida de la unidad didáctica “Aprendiendo pickleball de forma cooperativa.

5. LA EVALUACIÓN DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DE JUEGOS Y DEPORTES

Una vez desglosadas las sesiones de las unidades de juegos y deportes, pasamos a evaluar éstas considerando los criterios de evaluación, al igual que sus respectivos indicadores de logro, refiriéndonos, a posteriori, a los procedimientos e instrumentos de evaluación que se han tenido en cuenta.

En primer término, en la tabla nº 9, nos centraremos en evaluar la unidad didáctica “Cooperar y oponer en baloncesto”.

Tabla 9

*Relación de criterios de evaluación e indicadores de logro de la unidad didáctica
“Cooperar y oponer en baloncesto”*

Criterios de evaluación	Indicadores de logro
Tener conocimiento y respetar las reglas básicas del baloncesto, adaptándose al rol asignado	<ul style="list-style-type: none">o Conoce los aspectos reglamentarios del baloncesto y es capaz de aplicarlos de forma adecuadao Respetar las normas del juego y motiva a los demás compañeros a que también lo hagan
Mostrar la capacidad de saber y poner en práctica acciones tácticas del baloncesto, tanto en las posiciones de ataque como en las de defensa	<ul style="list-style-type: none">o Conoce y desarrolla las variantes de ataque en baloncestoo Comprende y emplea de manera adecuada la táctica básica defensivao Se coordina de forma cooperativa con los demás en las tareas tácticas tanto ofensivas como defensivas

Criterios de evaluación	Indicadores de logro
Llevar a cabo las habilidades técnicas del baloncesto, aprendiendo y transmitiendo previamente sus características básicas	<ul style="list-style-type: none"> o Aplica de forma correcta los aspectos técnicos básicos del pase, bote y los lanzamientos o Es capaz de entender y exponer las características básicas de la técnica del baloncesto a los demás o Se esfuerza y participa de forma activa en el desarrollo de las habilidades técnicas del baloncesto

A continuación, en la tabla nº 10, se exponen los criterios e indicadores de logro que permiten la evaluación de la unidad “Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”.

Tabla 10

Relación de criterios de evaluación e indicadores de logro de la unidad didáctica “Aprendiendo pickleball de forma cooperativa”

Criterios de evaluación	Indicadores de logro
Dominar los conceptos básicos del pickleball y respetar sus reglas particulares	<ul style="list-style-type: none"> o Conoce y aplica correctamente los aspectos reglamentarios del pickleball o Respetar las normas del juego y motiva a los demás compañeros a que también lo hagan
Descubrir y aplicar la táctica básica del pickleball, solucionando de manera apropiada diferentes situaciones de la práctica real ofensiva y defensiva	<ul style="list-style-type: none"> o Trabaja y muestra interés en conocer los aspectos tácticos del pickleball o Es capaz de solventar situaciones reales de ataque y defensa de forma correcta
Poner en práctica y difundir adecuadamente las habilidades técnicas del pickleball	<ul style="list-style-type: none"> o Es capaz de aplicar de forma correcta los golpes de fondo y red en pickleball, así como manifiesta sus diferencias o Entiende y expone las características básicas de los aspectos técnicos del pickleball o Participa de forma activa en el dominio de las habilidades técnicas del pickleball

Damos por finalizado este subapartado del libro citando los procedimientos e instrumentos de evaluación utilizados para el desarrollo de las unidades didácticas de baloncesto y pickleball, siendo algunos de ellos comunes entre ambas:

- Procedimiento de evaluación del aprendizaje:
 - Cuaderno de sesiones de cada grupo cooperativo
 - Autoevaluación y coevaluación de cada grupo cooperativo
 - Hoja de evaluación de rendimiento deportivo (GPAI alumno) (véase anexo G)
 - Utilización de herramientas digitales para la consecución de los objetivos: Prezi, Socrative o similar...
- Procedimiento de evaluación de la enseñanza:
 - Observación directa de las sesiones
 - Listas de control semanales
 - Diario de sesiones cooperativas semanales

Bibliografía

- Aronson, E., Blaney, N., Stephan, C., Sikes, J., & Snapp, M. (1978). *The jigsaw classroom*. Oxford, England: Sage.
- Bähr, I., & Wibowo, J. (2012). Teacher action in the cooperative learning model in the physical education classroom. En B. Dyson & A. Casey (Eds.), *Cooperative learning in physical education: A research-based approach* (pp. 27-41). London, England: Routledge.
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., & Sandford, R. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1-27. doi: 10.1080/02671520701809817
- Barba, J. J. (2010). Diferencias entre el aprendizaje cooperativo y la asignación de tareas en la escuela rural. Comparación de dos estudios de caso en una unidad didáctica de acrosport en segundo ciclo de primaria. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 18, 14-18.
- Barkley, E., Cross, K. P., & Howell, C. (2007). *Técnicas de aprendizaje colaborativo*. Madrid: Morata.
- Barrett, T. M. (2005). Effects of cooperative learning on performance of sixth-grade physical education students. *Journal of Teaching in Physical Education*, 24(1), 88-102. doi: 10.1123/jtpe.24.1.88
- Bayer, A. S. (1990). *Collaborative-apprenticeship learning*. Mountain View, CA: Mayfield.
- Bayraktar, G. (2011). The effect of cooperative learning on students' approach to general gymnastics course and academic achievements. *Educational Research and Reviews*, 6(1), 62-71.

- Brikman, L., & Yantorno, N. (2006). *En movimiento la vida continúa*. Buenos Aires: Dunken.
- Britton, J. N., Burgess, T., Martin, N., McLeod, A., & Rosen, H. (1975). *The development of writing abilities*. London, UK: Macmillan Education.
- Bruffee, K. A. (1973). Collaborative learning: Some practical models. *College English*, 34, 634-643.
- Bruffee, K. A. (1984). Collaborative learning and the “Conversation of Mankind”. *College English*, 46, 637.
- Bruffee, K. A. (1993). *Collaborative learning: Higher education, interdependence and the authority of knowledge*. Baltimore, MD: Johns Hopkins University Press.
- Bruffee, K. A. (1995). Sharing our toys: Cooperative learning versus collaborative learning. *Change*, 27(1), 12-18.
- Cagigal, J. M. (1979). *Cultura intelectual y cultura física*. Buenos Aires: Kapelusz.
- Casey, A. (2004). Piece-by-piece cooperation: Pedagogical change and jigsaw learning. *The British Journal of Teaching Physical Education*, 35(4), 11-12.
- Casey, A. (2013). “Seeing the trees not just the wood”: Steps and not just journeys in teacher action research. *Educational Action Research*, 21(2), 147-163. doi: 10.1080/09650792.2013.789704
- Casey, A. (2014). Models-based practice: Great white hope or white elephant? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19(1), 18-34. doi: 10.1080/17408989.2012.726977
- Casey, A., & Dyson, B. (2009). The implementation of models-based practice in physical education through action research. *European Physical Education Review*, 15(2), 175-199. doi: 10.1177/1356336X09345222
- Casey, A., & Dyson, B. (2012). Cooperative learning in physical education. En B. Dyson & A. Casey (Eds.), *Cooperative learning in physical education: A research-based approach* (pp. 166-175). London: Routledge.
- Casey, A., & Goodyear, V. A. (2015). Can cooperative learning achieve the four learning outcomes of physical education? A review of literature. *Quest*, 67, 56-72.
- Casey, A., & Kirk, D. (2021). *Models-based Practice in Physical Education*. London: Routledge.
- Casey, A., Dyson, B., & Campbell, A. (2009). Action research in physical education: Focusing beyond myself through cooperative learning. *Educational Action Research*, 17, 407-423. doi: 10.1080/09650790903093508
- Cazden, C. B. (1991). *El discurso en el aula. El lenguaje de la enseñanza y del aprendizaje*. Barcelona: Paidós/M.E.C.

- Cohen, E. G. (1994). Restructuring the classroom. Conditions for productive small groups. *Review of Educational Research*, 64(1), 1-35. doi: 10.3102/00346543064001001
- Cohen, R., & Zach, S. (2013). Building pre-service teaching efficacy: A comparison of instructional models. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 18, 376-388.
- Contreras Jordán, O. R. (1998). Didáctica de la Educación Física. Un enfoque constructivista. Barcelona: Inde.
- Corbin, C. B., Pangrazi, R. P., & Franks, B. D. (2000). Definitions: Health, fitness, and physical activity. *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 3(9), 1-8.
- Córdoba, C., Carbonero, L., Sánchez, D., Inglada, S., Serra, M., Blasco, M., Sáez, S., & Ivanco, P. (2016). Educación física cooperativa, formación permanente y desarrollo profesional. De la escritura colectiva a un relato de vida compartido. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 29, 264-269.
- Corrales Salguero, A. R. (2010). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 4, 23-36.
- Coterón, J., & Sánchez, G. (2010). Educación artística por el movimiento: La expresión corporal en educación física. *Aula*, 16, 113-134.
- Curtner-Smith, M. D., Hastie, P. A., & Kinchin, G. D. (2008). Influence of occupational socialization on beginning teachers' interpretation and delivery of sport education. *Sport, Education & Society*, 13(1), 97-117. doi: 10.1080/13573320701780779
- Darnis, F., & Lafont, L. (2013). Cooperative learning and dyadic interactions: Two modes of knowledge construction in socio-constructivist settings for team-sport teaching. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(5), 459-473. doi: 10.1080/17408989.2013.803528
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dillenbourg, P. (1999). What do you mean by "collaborative learning"? En P. Dillenbourg (Ed.), *Collaborative learning* (pp. 1-19). Oxford, England: Elsevier.
- Dyson, B. (2001). Cooperative learning in an elementary physical education program. *Journal of Teaching in Physical Education*, 20, 264-281.
- Dyson, B. (2002). The implementation of cooperative learning in an elementary school physical education program. *Journal of teaching in Physical Education*, 22(1), 69-85.
- Dyson, B. (2014). Quality physical education: A commentary on effective physical education teaching. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(2), 144-152.

- Dyson, B., & Casey, A. (2016). *Cooperative learning in physical education and physical activity: A practical introduction*. London: Routledge.
- Dyson, B., & Strachan, K. W. (2000). Cooperative learning in a high school physical education program. *Waikato Journal of Education*, 6, 19-37.
- Dyson, B., & Strachan, K. W. (2004). The ecology of cooperative learning in a high school physical education program. *Waikato Journal of Education*, 10, 117-139.
- Dyson, B., Griffin, L. L., & Hastie, P. (2004). Sport education, tactical games, and cooperative learning: Theoretical and pedagogical considerations. *Quest*, 56, 226-240. doi: 10.1080/00336297.2004.10491823
- Dyson, B., Howley, D., & Wright, P. M. (2020). A scoping review critically examining research connecting social and emotional learning with three model-based practices in physical education: Have we been doing this all along? *European Physical Education Review*, 27(1), 1-20. doi: 10.1177/1356336X20923710
- Dyson, B., Linehan, N. R., & Hastie, P. A. (2010). The ecology of cooperative learning in elementary physical education classes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 29(2), 113-130.
- Epstein, J. L. (1985). After the bus arrives: Resegregation in desegregated schools. *Journal of Social Studies*, 41, 23-43.
- Fernández-Río, J. (1999). Cooperar para adquirir las bases de una buena condición física. En Colef (Coord.), *Unidades Didácticas 1. Educación Física en Secundaria y Bachillerato* (pp. 52-62). Lérida: Ágonos.
- Fernández-Río, J. (2003). *El aprendizaje cooperativo en educación física para la integración en el medio social. Análisis comparativo con otros sistemas de enseñanza y aprendizaje*. Valladolid: La Peonza.
- Fernández-Río, J. (2006). *Estructuras de trabajo cooperativas, aprendizaje a través de claves y pensamiento crítico en la enseñanza de los deportes en el ámbito educativo*. En actas del V Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas. Oleiros, A Coruña, España.
- Fernández-Río, J. (2017). The cooperative learning cycle: A guide to effectively implement cooperative learning in physical education. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 32, 264-269.
- Fernández-Río, J., & Méndez-Giménez, A. (2013). La facilitación de todo el proceso de enseñanza-aprendizaje en educación física a través del uso de claves. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 24, 5-8.
- Fernández-Río, J., & Méndez-Giménez, A. (2016). El aprendizaje cooperativo: Modelo pedagógico para educación física. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 29, 201-206.

- Fernández-Río, J., & Velázquez-Callado, C. (2005). *Desafíos físicos cooperativos. Retos sin competición para las clases de educación física*. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva, SL.
- Fernández-Río, J., Rodríguez, J. M., Velázquez-Callado, C., & Santos, L. (2013). *Actividades y juegos cooperativos para educar en la escuela y en el tiempo libre*. Madrid: CCS.
- Fernández-Río, J., Cecchini, J. A., Méndez-Giménez, A., Méndez-Alonso, D., & Prieto, J. A. (2017). Design and validation of a questionnaire to assess cooperative learning in educational contexts. *Anales de psicología*, 33(3), 680-688. doi: 10.6018/analesps.33.3.251321
- García-López, L. M., & Gutiérrez, D. (2016). *Aprendiendo a enseñar deporte. Modelos de Enseñanza Comprensiva y Educación Deportiva*. Barcelona: INDE.
- Gavilán, P. (2009). Aprendizaje cooperativo. Papel del desarrollo sociocognitivo en el desarrollo intelectual: Consecuencias pedagógicas. *Revista Española de Pedagogía*, 242, 131-148.
- Golub, J. (1988). Introduction. En J. Golub (Ed.), *Focus on collaborative learning*. Urbana, IL: National Council of Teachers of English.
- Goodyear, V. A., & Casey, A. (2015). Innovation with change: Developing a community of practice to help teachers move beyond the “honeymoon” of pedagogical renovation. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(2), 186-203.
- Goodyear, V. A., Casey, A., & Kirk, D. (2013). Using flip cameras as a pedagogic device to explore girls’ (dis)engagement in physical education. *Active and Healthy Magazine: Australian Council Health, Physical Education and Recreation*, 20(3/4), 5-9.
- Goodyear, V. A., Casey, A., & Kirk, D. (2014). Hiding behind the camera: Social learning within the cooperative learning model to engage girls in physical education. *Sport, Education & Society*, 19, 712-734. doi: 10.1080/13573322.2012.707124
- Gossett, M., & Fischer, O. (2005). Bringing together critical thinking and cooperative learning between two schools. *Strategies: A Journal for Physical and Sport Educators*, 19(2), 27-30. doi: 10.1080/08924562.2005.10591181
- Goudas, M., & Magotsiou, E. (2009). The effects of a cooperative physical education program on students’ social skills. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21, 356-364. doi: 10.1080/10413200903026058
- Grineski, S. (1996). *Cooperative learning in physical education*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Grineski, S. (1998). Conflict reduction through cooperative learning. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 69(3), 5-26.

- Guillén García, F., & Ramírez Gómez, M. (2011). Relación entre autoconcepto y condición física en alumnos de tercer ciclo de primaria. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 45-59.
- Harkins, S. G., & Petty, R. E. (1982). Effects of task difficulty and task uniqueness on social loafing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(6), 1214-1229.
- Hastie, P. A., & Casey, A. (2010). Using the jigsaw classroom to facilitate student-designed games. *Physical Education Matters*, 5(1), 15-16.
- Henton, M. (1996). *Adventure in the Classroom*. Dubuque, IO: Kendall/Hunt.
- Jacobs, J., & Wright, P. (2014). Social and emotional learning policies and physical education. *Strategies*, 27(6), 42-44.
- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (2009). *Joining together: Group theory and group skills*. Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1975). *Learning together and alone: Cooperative, competitive, and individualistic learning*. Englewood Cliffs, Nueva Jersey: Prentice-Hall.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1999). *Aprender juntos y solos. Aprendizaje cooperativo, competitivo e individualista*. Buenos Aires: Aique.
- Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (1999a). *Los nuevos círculos del aprendizaje. La cooperación en el aula y la escuela*. Buenos Aires: Aique.
- Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (1999b). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós.
- Johnson, D. W., Johnson, R. T., & Holubec, E. J. (2013). *Cooperation in the classroom* (9th ed.). Edina, MN: Interaction Book Company.
- Johnson, R. T., & Johnson, D. W. (1994). An overview of cooperative learning. En J. S. Thousand, R. A. Villa & A. I. Nevin (Eds.), *Creativity and collaborative learning* (pp. 31-44). Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing Co.
- Johnson, R. T., Bjorkland, R., & Krotee, M. L. (1984). The effects of cooperative, competitive and individualistic student interaction patterns on the achievement and attitudes of students learning the golf skill of putting. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 55(2), 129-134. doi: 10.1080/02701367.1984.10608388
- Kagan, S. (1990). The structural approach to cooperative learning. *Educational Leadership*, 47(4), 12-15.
- Kagan, S. (1992). *Cooperative learning*. San Juan Capistrano, CA: Kagan Cooperative Learning.
- Kagan, S. (1994). *Cooperative learning*. San Clemente, CA: Resources for Teachers, Inc.
- Kagan, S., & Kagan, M. (2009). *Kagan cooperative learning*. San Clemente, CA: Kagan.

- Kerr, N. L., & Bruun, S. E. (1981). Ringelmann revisited: Alternative explanations for the social loafing effect. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7, 224-231.
- Kerr, N. L. (1983). Motivation losses in small groups: A social dilemma analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(4), 819-828. doi: 10.1037/0022-3514.45.4.819
- Kirchner, G. (2005). *Towards cooperative learning in elementary school physical education*. Springfield, IL: Charles C Thomas Publisher.
- Kretchmar, R. S. (2005). Teaching games for understanding and the delights of human activity. En L. L. Griffin & J. I. Butler (Eds.), *Teaching games for understanding: Theory, research, and practice* (pp. 199-212). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Lavega, P., Planas, A., & Ruiz, P. (2014). Juegos cooperativos e inclusión en educación física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 14(53), 37-51.
- Larraz, A. (2008). La expresión corporal en la escuela primaria. Experiencia desde la Educación Física. En G. Sánchez, J. Coterón, J. Gil, & A. Sánchez (Eds.), *El movimiento expresivo* (pp. 47-59). Salamanca: Amarú.
- Learreta, B., Ruano, K., & Sierra, M. A. (2006). Didáctica de la expresión corporal. Talleres monográficos. Barcelona: Inde.
- Legido, J. C., Segovia, J. C., & Ballesteros, J. M. (1996). *Valoración de la condición física por medio de test*. Madrid: Ediciones Pedagógicas.
- Lew, M., Mesch, D., Johnson, D. W., & Johnson, R. (1986a). Positive interdependence, academic and collaborative-skills group contingencies, and isolated students. *American Educational Research Journal*, 23(3), 476-488. doi: 10.3102/00028312023003476
- Lew, M., Mesch, D., Johnson, D. W., & Johnson, R. (1986b). Components of cooperative learning: Effects of collaborative skills and academic group contingencies on achievement and mainstreaming. *Contemporary Educational Psychology*, 11(3), 229-239. doi: 10.1016/0361-476X(86)90019-6
- Lobato, C. (1998): *El trabajo en grupo: Aprendizaje cooperativo en secundaria*. Leioa: Servicio de Publicaciones de la Universidad del País Vasco.
- López-Tejeda, A., & Fernández-Río, J. (Julio de 2004). Expresión corporal y aprendizaje cooperativo: Una interesante combinación educativa. *IV Congreso Estatal y II Iberoamericano de Actividades Físicas Cooperativas*. Congreso llevado a cabo en Segovia, España.
- Mesch, D., Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (1988). Impact of positive interdependence and academic group contingencies on achievement. *Journal of Social Psychology*, 128(3), 345-352.

- Mesch, D., Lew, M., Johnson, D. W., & Johnson, R. (1986). Isolated teenagers, cooperative learning and the training of social skills. *Journal of Psychology*, 120(4), 323-334.
- Metzler, M. W. (2011). *Instructional models for physical education* (3rd ed.). Scottsdale, AZ: Holcomb Hathway.
- Miralles, R., Filella, G., & Lavega, P. (2017). Educación física emocional en el ciclo superior de educación primaria. Ayudando a los maestros a tomar decisiones. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 31, 88-93.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (1986). *Teaching physical education*. Columbus, OH: Merrill.
- Noguera, I. (1995). *Enseñanza del deporte y educación física. Perfiles Educativos*. México D. F.: Universidad Nacional Autónoma de México.
- O'Leary, N., & Griggs, G. (2010). Researching the pieces of a puzzle: The use of a jigsaw learning approach in the delivery of undergraduate gymnastics. *Journal of Further and Higher Education*, 34(1), 73-81. doi: 10.1080/03098770903477110
- Omeñaca, R., & Ruiz-Omeñaca, J. V. (1999). *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona: Paidotribo.
- Organización Mundial de la Salud. (26 de noviembre de 2020). *Actividad física*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Orlick, T. (1978). *The cooperative sports & games book: Challenge without competition*. New York, NY: Pantheon.
- Orlick, T. (1982). *The second cooperative sports and games book*. New York, NY: Pantheon.
- Ovejero, A. (1990). *El aprendizaje cooperativo. Una alternativa eficaz a la enseñanza tradicional*. Barcelona: P.P.U.
- Parker, M. (1997). Are we the last to join the parade? Cooperative learning in physical education teacher preparation. *Research Quarterly for Exercise and Sport, Supplement*, 68(1), A-68.
- Parlebas, P. (2003). *Juegos, deporte y sociedad: Léxico de praxiología motriz*. Badalona: Paidotribo.
- Piaget, J. (1972). *El nacimiento de la inteligencia del niño*. Madrid: Aguilar.
- Pliego Prenda, N. (2011). El aprendizaje cooperativo y sus ventajas en la educación intercultural. *Hekademos, Revista Educativa Digital*, 8, 63-76.
- Pope, S. (2005). Once more with feeling: Affect and playing with the TGfU model. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10, 271-286. doi: 10.1080/17408980500340885
- Prieto, J. A., & Nistal, P. (2009). Influencia del aprendizaje cooperativo en educación física. *Revista Iberoamericana de Educación*, 49(4), 1-8.

- Pujolàs, P. (2008). *9 ideas clave: El aprendizaje cooperativo*. Barcelona: Graó.
- Richards, K. A. R., Ivy, V. N., Wright, P. M., & Jerrys, E. (2019). Combining the skill themes approach with teaching personal and social responsibility to teach social and emotional learning in elementary physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 90(3), 35-44.
- Rohnke, K. (1984). *Silver bullets: A guide to initiative problems, adventure games, stunts and trust activities*. Dubuque, IO: Kendall/Hunt.
- Rohnke, K., & Butler, S. (1986). *Quicksilver. Adventure games, initiative problems and a guide to effective leadership*. Dubuque, IO: Kendall/Hunt.
- Rodríguez García, P. L., Gálvez, A., García Cantó, E., Rosa-Guillamón, A., Tàrraga Marcos, L., & Tàrraga López, P. J. (2015). Relationship between the self-concept and muscular strength in southern Spanish children. *Journal of Psychology & Psychotherapy*, 5(6), 222. doi: 10.4172/2161-0487.1000222
- Rosa-Guillamón, A. (2018). Análisis de la relación entre salud, ejercicio físico y condición física en escolares y adolescentes. *Revista Ciencias de la Actividad Física (UCM)*, 20(1), 1-15. doi: <https://doi.org/10.29035/rcaf.20.1.1>
- Sáez de Ocáriz, U., & Lavega, P. (2015). Estudio de los conflictos en el juego en educación física en primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 15(57), 29-44.
- Sharan, Y. (2014). Learning to cooperate for cooperative learning. *Anales de Psicología*, 30(3), 802-807. doi: 10.6018/analesps.30.3.201211
- Silva, R., Farias, C., & Mesquita, I. (2021). Cooperative learning contribution to student social learning and active role in the class. *Sustainability*, 13, 1-18. doi: 10.3390/su13158644
- Slavin, R. E. (1980). *Using student team learning*. Baltimore: The Center for Social Organization of Schools at Johns Hopkins University.
- Slavin, R. E. (1982). *Cooperative learning: Student teams. What research says to the teacher*. Washington, D.C.: National Education Association.
- Slavin, R. E. (1987). Developmental and motivational perspectives on cooperative learning: A reconciliation. *Child development*, 58(5), 1161-1167. doi: 10.2307/1130612
- Slavin, R. E. (1996). Research for the future: Research on cooperative learning and achievement: What we know, what we need to know. *Contemporary Educational Psychology*, 21, 43-69. doi: 10.1006/ceps.1996.0004
- Slavin, R. E. (1999). *Aprendizaje cooperativo. Teoría, investigación y práctica*. Buenos Aires: Aique.

- Smith, A., & Parr, M. (2007). Young people's views on the nature and purposes of physical education: A sociological analysis. *Sport, Education and Society*, 12(1), 37-58. doi: 10.1080/13573320601081526
- Smith, B. L., & MacGregor, J. T. (1992). What is collaborative learning? En Goodsell, A., Maher, M., Tinto, V., Smith, B. L. & MacGregor J. T. (Eds.), *Collaborative learning: A Sourcebook for higher education*. Pennsylvania State University, USA: National center on postsecondary teaching, learning, and assessment publishing.
- Trigo-Aza, E. (1989). *Juegos motores y creatividad*. Barcelona: Paidotribo.
- Vaca, M. (1996). *La educación física en la práctica en la educación primaria*. Palencia: Asociación cultural Cuerpo, Educación y Motricidad.
- Velázquez-Callado, C. (2013). *Análisis de la implementación del aprendizaje cooperativo durante la escolarización obligatoria en el área de educación física* (Tesis Doctoral). Universidad de Valladolid, Valladolid, España.
- Velázquez-Callado, C. (2015). Aprendizaje cooperativo en educación física: Estado de la cuestión y propuesta de intervención. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 28, 234-239.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society*. Cambridge Mass: Harvard University Press.
- Wang, M. (2012). Effects of cooperative learning on achievement motivation of female university students. *Asian Social Science*, 8(15), 108-114. doi: 10.5539/ass.v8n15p108
- Williams, D. G. (1981). Personality and mood: State-trait relationships. *Personality and Individual Differences*, 2, 303-309. doi: 10.1016/0191-8869(81)90085-4
- Williams, K., Harkins, S., & Latane, B. (1981). Identifiability as a deterrent to social loafing: Two cherring experiments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40, 303-311.
- Windschitl, M. (2002). Framing constructivism in practice as the negotiation of dilemmas: An analysis of the conceptual, pedagogical, cultural, and political challenges facing teachers. *Review of Educational Research*, 72(2), 131-175.
- Yoder, L. J. (1993). Cooperative learning and dance education. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance (JOPERD)*, 64(5), 47-56. doi: 10.1080/07303084.1993.10609977

Anexos

Anexo A. Situaciones que escenificar para la unidad didáctica “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”

PRUEBA PRÁCTICA FINAL – SITUACIONES QUE ESCENIFICAR

UNIDAD DIDÁCTICA: “NOS DESINHIBIMOS Y EXPRESAMOS CON EL CUERPO”

CURSO ESCOLAR: XXXX-XX

GRUPO COOPERATIVO 1

Formáis parte de una clase en un colegio de secundaria y hay un alumno discriminado. Debéis ayudarle a integrarlo y que se sienta partícipe en las clases. Sin material. Lenguaje no verbal.

GRUPO COOPERATIVO 2

Sois un grupo de turistas españoles y os encontráis con un turista extranjero que se ha perdido. Os dirá lo que anda buscando y tendréis que ayudarle a solucionar su problema utilizando valores como la generosidad y la empatía. Podréis utilizar cualquier material que necesitéis (opcional). Lenguaje verbal y bilingüe.

GRUPO COOPERATIVO 3

Habréis de elegir una película o una serie de plataformas tipo Netflix entre todos los miembros del grupo y escenificar su trama ante los compañeros. Podréis utilizar cualquier material que necesitéis (opcional). Lenguaje no verbal.

GRUPO COOPERATIVO 4

Formáis parte de una compañía de circo. Debéis representar una actuación en la que participen varios personajes: el equilibrista, el domador de leones, los payasos y el director del circo. Podréis utilizar cualquier material que necesitéis (opcional). Lenguaje no verbal.

GRUPO COOPERATIVO 5

Tendréis que representar una situación en la que un deportista comete una falta y otro simula una agresión. El árbitro y los entrenadores se enzarzan en una discusión con motivo de esa simulación, pero finalmente impera el fair-play. Sin material. Lenguaje verbal.

GRUPO COOPERATIVO 6

Un grupo de compañeros de clase acaban de graduarse y salen a celebrarlo. Lo están pasando bastante bien, pero uno de ellos, para desinhibirse y conocer nuevas personas, bebe más de la cuenta y sufre un coma etílico, quedando inconsciente. Los amigos deben actuar rápidamente para salvar su vida. Una vez en el hospital, cuando el paciente ha recuperado la consciencia, le habréis de pedir que reflexione sobre sus actos y no vuelva a beber. Éste os agradece su ayuda y fiel amistad. Sin material. Lenguaje verbal.

GRUPO COOPERATIVO 7

Estáis viviendo una pandemia mundial por el virus SARS-COV-2 y el Gobierno Nacional os obliga a permanecer en casa para evitar los contagios y su propagación. Vuestro respeto a las medidas sanitarias impuestas, paciencia y buen ánimo os permite salir de casa y valorar todo lo positivo que teníais antes de ser confinados.

Podréis utilizar cualquier material que necesitéis (opcional). Lenguaje no verbal.

Anexo B. Lista de control semanal para la unidad didáctica “Nos conocemos”

LISTA DE CONTROL SEMANAL EDUCACIÓN FÍSICA

UNIDAD DIDÁCTICA: “NOS CONOCEMOS”

CURSO ESCOLAR: XXXX-XX

SEMANA: dd/mm/aa – dd/mm/aa

La presente lista de control se valorará con una puntuación de 1 (insuficiente) a 5 (sobresaliente) puntos los diferentes ítems de la unidad didáctica descrita en el encabezado para el área de Educación Física.

CURSO: 1º ESO	Alumno 1	Alumno 2	Alumno 3	Alumno 4	Alumno 5	...
GRUPO: X						
Participa activamente en las actividades dinámicas cooperativas						
Se muestra desinhibido en la realización de las tareas						
Comparte sus acciones con todos los compañeros del grupo						
Genera, con su actitud, un clima de cohesión grupal						
Es participativo a la hora de reflexionar sobre los conceptos trabajados en la clase						
Realiza su aseo básico tras la clase de Educación Física						

Anexo C. Lista de control semanal para la unidad didáctica “Nos desinhibimos y expresamos con el cuerpo”

LISTA DE CONTROL SEMANAL EDUCACIÓN FÍSICA

UNIDAD DIDÁCTICA: “NOS DESINHIBIMOS Y EXPRESAMOS CON EL CUERPO”

CURSO ESCOLAR: XXXX-XX

SEMANA: dd/mm/aa – dd/mm/aa

La presente lista de control se valorará con una puntuación de 1 (insuficiente) a 5 (sobresaliente) puntos los diferentes ítems de la unidad didáctica descrita en el encabezado para el área de Educación Física.

CURSO: 1º ESO	Alumno 1	Alumno 2	Alumno 3	Alumno 4	Alumno 5	...
GRUPO: X						
Demuestra conocimientos previos sobre la expresión corporal y sus elementos básicos						
Es capaz de transmitir ideas o sentimientos ante los compañeros						
Trabaja de forma coordinada con sus compañeros de grupo						
Fomenta el diálogo y es capaz de intercambiar ideas con los demás						
Es participativo a la hora de reflexionar sobre los conceptos trabajados en la clase						
Realiza su aseo básico tras la clase de Educación Física						

Anexo D. Diario de sesiones cooperativas semanales para la unidad didáctica “Nos conocemos”

DIARIO DE SESIONES COOPERATIVAS SEMANALES

UNIDAD DIDÁCTICA: “NOS CONOCEMOS”

CURSO ESCOLAR: XXXX-XX

SEMANA: dd/mm/aa – dd/mm/aa

Este diario de sesiones cooperativas servirá al docente para dejar constancia del desarrollo de las clases de Educación Física empleando el uso de la metodología de Aprendizaje Cooperativo. Igualmente, cuenta con la oportunidad de reflejar casos individuales para poder individualizar al máximo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

VARIABLES QUE ANALIZAR (Aprendizaje Cooperativo, uso de estrategias y técnicas, grado de participación y desinhibición, motivación del alumnado)

✓

OTROS ASPECTOS (Anécdotas, casos individuales...)

✓

Anexo E. Autoevaluación para la unidad didáctica “Desafiando nuestra condición física”

AUTOEVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA DE DESAFÍOS FÍSICOS COOPERATIVOS

UNIDAD DIDÁCTICA: “DESAFIANDO NUESTRA CONDICIÓN FÍSICA”

CURSO ESCOLAR: XXXX-XX

El presente instrumento de autoevaluación del Aprendizaje Cooperativo se valorará con una escala Likert de puntuación de uno a cinco puntos, donde uno se considera “Insuficiente” y cinco “Sobresaliente”, los diferentes ítems de la unidad didáctica descrita en el encabezado para el área de Educación Física.

Grupo cooperativo:

Nombre y apellidos:

CURSO: 1º ESO

1 2 3 4 5

GRUPO: X

He participado activamente en la superación de los desafíos físicos cooperativos propuestos

He prestado atención y he mantenido silencio durante las explicaciones del profesor y de los grupos expositores

En todo momento, conocía el objetivo y lo que se había de hacer para la superación de los desafíos

He mantenido una actitud positiva y he animado y motivado a los compañeros de mi grupo cooperativo durante las clases de la unidad

He sido responsable a la hora de planificar, exponer y desarrollar los desafíos propuestos por mi grupo cooperativo

Baremo de puntuación:

De 5 a 12 puntos = insuficiente

- De 13 a 15 puntos = suficiente
- De 16 a 18 puntos = bien
- De 19 a 22 puntos = notable
- De 23 a 25 puntos = sobresaliente

Anexo F. Coevaluación para la unidad didáctica “Desafiando nuestra condición física”

COEVALUACIÓN DE LOS GRUPOS COOPERATIVOS

UNIDAD DIDÁCTICA: “DESAFIANDO NUESTRA CONDICIÓN FÍSICA”

CURSO ESCOLAR: XXXX-XX

El presente instrumento de coevaluación del Aprendizaje Cooperativo se valorará con una escala Likert de puntuación de uno a cinco puntos, donde uno se considera “Insuficiente” y cinco “Sobresaliente”, los diferentes ítems de la unidad didáctica descrita en el encabezado para el área de Educación Física.

Nombre de los Desafíos Físicos Cooperativos:

-
-

Grupo expositor:

Grupo coevaluador:

CURSO: 1º ESO

GRUPO: X

1 2 3 4 5

Todos los alumnos del grupo expositor han participado de forma equitativa en la explicación y organización de los desafíos

Los desafíos han sido presentados de forma adecuada, clara y concisa

Los desafíos propuestos poseían un nivel de dificultad acorde a las características de los compañeros de la clase

CURSO: 1º ESO

GRUPO: X

1 2 3 4 5

Los alumnos han disfrutado participando y desarrollando los desafíos propuestos

Los alumnos del grupo expositor han sabido resolver las posibles dudas y proponer variantes a la aplicación de sus desafíos, mostrando una actitud positiva ante las críticas constructivas de los compañeros de la clase

Baremo de puntuación:

De 5 a 12 puntos = insuficiente

- De 13 a 15 puntos = suficiente
- De 16 a 18 puntos = bien
- De 19 a 22 puntos = notable
- De 23 a 25 puntos = sobresaliente

**Anexo G. Hoja de evaluación de rendimiento deportivo (GPAI alumno)
para la unidad didáctica “Cooperar y oponer en baloncesto”**

*HOJA DE EVALUACIÓN DE RENDIMIENTO DEPORTIVO
(GPAI ALUMNO)*

**UNIDAD DIDÁCTICA: “COOPERAR Y OPONER EN
BALONCESTO”**

CURSO ESCOLAR: XXXX-XX

Nombre y apellidos del jugador (y grupo cooperativo):

Nombre y apellidos del observador (y grupo cooperativo):

Fecha:

CRITERIOS DE CODIFICACIÓN

(En función del éxito en las acciones)

- ✓ 5: rendimiento muy alto (éxito en casi todas las acciones)
- ✓ 4: rendimiento alto (éxito en gran parte de las acciones)
- ✓ 3: rendimiento medio (éxito en aproximadamente la mitad de las acciones)
- ✓ 2: rendimiento bajo (éxito en menos de la mitad de las acciones)
- ✓ 1: rendimiento muy bajo (éxito en pocas acciones)

COMPONENTES Y CRITERIOS

(Se pueden evaluar todos o aquellos que se considere)

1. **Ejecución del pase.** El jugador pasa el balón a un miembro de su equipo de forma adecuada, sin perder la posesión del mismo y sin cometer infracción del reglamento.
2. **Toma de decisión del pase.** El jugador pasa el balón en el momento adecuado y consiguiendo éxito en la acción.
3. **Ejecución del lanzamiento.** El jugador lanza el balón a la canasta con una técnica adecuada y sin cometer infracción del reglamento.
4. **Posición de base.** El jugador se ubica de forma adecuada en el terreno de juego, utilizando el desmarque en ataque, y colocando su cuerpo de forma armónica para facilitar el trabajo en defensa.
5. **Coordinación con los compañeros I: comunicación.** El jugador se comunica con sus compañeros de forma eficaz, anima en los momentos malos y motiva en los momentos buenos.
6. **Coordinación con los compañeros II: cobertura / invasión.** El jugador ofrece líneas de pase a sus compañeros, ofrece una salida de balón limpia, ayuda en las tareas defensivas cuando se produce un “arrastre” del defensor y no invade el terreno de los demás posibilitando un verdadero juego de equipo.

Componentes y criterios	Puntuación	Comentarios
1. Ejecución del pase		
2. Toma de decisión del pase		
3. Ejecución del lanzamiento		
4. Posición de base		
5. Coord. Compañeros I: comunicación		
6. Coord. Compañeros II: cobertura / invasión		

Pablo Miguel GarvÍ Medrano

Doctor en Humanidades, Artes y Educación. Máster Universitario en Psicología Aplicada. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Maestro, especialidad Educación Física. Profesor de enseñanza secundaria en el colegio Nuestra Señora del Rosario (Fundación Educativa Francisco Coll) de Albacete y profesor asociado en la Facultad de Educación de Albacete (Universidad de Castilla-La Mancha).

Luis Miguel García López

Catedrático de Universidad. Doctor en Ciencias del Deporte por la Universidad de Castilla-La Mancha, desarrollando su labor docente e investigadora en la Facultad de Educación de Albacete. Licenciado en Educación Física. Su principal línea de investigación es la de desarrollo personal y social a través de la Educación Física y el Deporte, donde tiene un gran número de publicaciones de divulgación e investigación.

Javier Fernández RÍo

Catedrático de Universidad. Doctor en Pedagogía. Máster en Alto Rendimiento Deportivo. Licenciado en Educación Física. Cuenta con una amplia cantidad de artículos publicados en relación con su principal línea de investigación, el Aprendizaje Cooperativo, y estancias de docencia e investigación en Estados Unidos y Portugal, entre otras. Profesor y director del área de Deportes y Salud (Universidad de Oviedo).



Ediciones de la Universidad
de Castilla-La Mancha

