

Treball final de grau

**Anàlisi de la cohesió en grups internivell a través de l'aprenentatge
cooperatiu:
Els reptes físics cooperatius**

**Cohesion analysis in interlevel groups through cooperative learning:
The cooperative skills challenge**

Guida Pons Triay

Directora del treball: Esther Hernandez Rovira
5è Doble Titulació en Mestre/a d'Educació Infantil i Primària
Curs 2020/2021

Facultat d'Educació i Psicologia

Universitat de Girona

Índex

1. Introducció	3
2. Marc teòric	5
2.1. L'aprenentatge cooperatiu	5
2.2. Els reptes físics cooperatius	9
3. Mètode	12
3.1. Contextualització	12
3.2. Objectius i hipòtesis	13
3.3. Disseny i procediment	14
3.4. Instruments	15
4. Resultats	19
5. Discussió i conclusions	27
6. Referències documentals	29
7. Annexos	32

Resum del contingut

El present estudi d'investigació-acció té com a objectiu analitzar si a través de la metodologia pedagògica de l'aprenentatge cooperatiu s'incrementa la cohesió de grup entre els alumnes internivell. L'estudi s'ha dut a terme amb un grup de vint alumnes de cicle mitjà d'una escola de primària. Les dades s'han recollit a partir d'instruments d'avaluació quantitatives i qualitatives a través d'una seqüència didàctica de reptes físics cooperatius. Els resultats mostren que aplicar l'aprenentatge cooperatiu a les sessions d'educació física mitjançant la resolució de reptes físics és una alternativa efectiva que fomenta alguns factors referents a la cohesió i les habilitats socials.

Paraules clau: Educació física, Metodologia activa, Resolució de problemes, Habilitats socials.

Abstract

The present action-research study aims to analyze if through the pedagogical methodology of cooperative learning the group cohesion increases in interlevel students. The study took place with a group of twenty children age 7 to 9 from an elementary school. The evidence has been collected from quantitative and qualitative instruments through a didactic sequence of cooperative skills challenge. The results show that introducing cooperative learning in physical education through challenges is an effective alternative that increases some items related to cohesion and social skills.

Key words: Physical education, Active Methodologies, Problem solving, Social skills.

1. Introducció

En els darrers cinquanta anys els estudis psicopedagògics han contribuït a la millora educativa, plantejant un canvi de paradigma on l'alumne adquireix un paper protagonista en el seu procés d'aprenentatge. Cañabate, Casals, Guijosa i Vila (2018) destaquen que "l'escola del segle XXI necessita un canvi metodològic per tal de donar un enfocament més globalitzat dels aprenentatges que desenvolupi els aspectes personals, socials, comunicatius, emocionals, psicològics i motrius, amb l'objectiu de prendre consciència del desenvolupament de l'aprenentatge" (p.7).

Cada vegada s'introdueixen més metodologies i tècniques cooperatives en l'àmbit educatiu pels múltiples avantatges que presenten en el procés d'ensenyament i aprenentatge dels infants. Gallach i Catalán (2014) defensen que les grans diferències que ofereixen aquestes metodologies són la riquesa que suposa l'heterogeneïtat dels alumnes, l'ajuda mútua per a l'assoliment d'objectius comuns i el principi de corresponsabilitat dels uns cap als altres.

L'estructura de l'aula cooperativa és complexa per la diversitat que presenta, ja que en els grups heterogenis es troben alumnes que, dins de la mateixa zona de desenvolupament pròxim, difereixen en competències, habilitats i altres característiques personals que progressivament van desenvolupant conjuntament. Conèixer i cooperar amb altres persones que són diferents d'un mateix en una tasca comuna és fonamental per adquirir valors i habilitats socials (Gallach i Catalán, 2014).

En aquesta mateixa línia, Pujolàs (2008) afirma que la majoria de persones aprenen més i millor quan participen en activitats amb altres persones, gràcies a l'estímul intel·lectual que suposa i la confiança que proporciona l'ajuda facilitada. A favor de l'agrupació heterogènia, la Generalitat de Catalunya (2012) esmenta que és més inclusiva, ja que aconsegueix acollir més bé les diversitats presents a l'aula i permet fomentar l'aprenentatge cooperatiu.

El principal propòsit d'aquesta investigació-acció es basa en analitzar si la metodologia de l'aprenentatge cooperatiu és una bona estratègia per incrementar la cohesió de grup en alumnes internivell. A partir d'aquí es pretén incidir en el desenvolupament de les habilitats socials de l'alumnat i, alhora, detectar els beneficis que s'obtenen treballant mitjançant l'aprenentatge cooperatiu.

L'estudi s'aplica mitjançant una pràctica educativa a l'àrea d'educació física amb alumnes de cicle mitjà. De manera pràctica, la finalitat és aconseguir una millora de les relacions grupals mitjançant una seqüència didàctica de resolució de reptes físics cooperatius, no tan sols incidint en el desenvolupament físic i cognitiu, sinó també potenciant les habilitats socials i les relacions interpersonals.

Les dades i evidències són recollides a partir d'instruments d'avaluació tant quantitatives com qualitatives al llarg del procés. Aquesta metodologia d'investigació mixta permet combinar ambdues perspectives per tal d'obtenir un recull més ampli, ric i complet. En la posterior anàlisi estadística i interpretativa de les dades es comprova si els objectius d'investigació i les hipòtesis es compleixen. Finalment, amb els resultats extrets s'elaboren les conclusions del present estudi.

Fent un breu repàs de la literatura existent, actualment hi ha molta fonamentació teòrica que evidencia i afirma que "l'aprenentatge cooperatiu en l'àrea d'educació física és una metodologia més efectiva que la tradicional" (Cañabate *et al.* 2018, p.18). Lago i Pujolàs (2018) esmenten que les estructures cooperatives desenvolupen un conjunt de capacitats, destreses i habilitats que permeten apostar a favor d'aquesta metodologia didàctica com a mitjà per incrementar la cohesió entre els alumnes.

A diferència d'altres recerques i investigacions en relació amb l'aprenentatge cooperatiu, aquest estudi se centra en l'agrupació internivell de l'alumnat, fent èmfasi en les relacions i vincles que s'estableixen entre els infants gràcies a la diversitat que presenta. A més, inclou un model d'acció didàctica implementat en l'àrea d'educació física amb els materials d'avaluació utilitzats per a la seva anàlisi.

2. Marc teòric

2.1. L'aprenentatge cooperatiu

Davant la necessitat de canvi en l'educació, amb l'objectiu d'aconseguir una visió innovadora i crítica en l'àmbit de l'educació física, es requereixen metodologies actives, dinàmiques i reflexives que afavoreixin la formació integral de l'alumnat competent, responsable i creatiu (Cañabate *et al.* 2018).

Ens ubiquem en la metodologia activa de l'aprenentatge cooperatiu, que “situa l'alumne com a centre del procés d'aprenentatge i com a regulador de les actuacions en funció de les seves necessitats i del seu desenvolupament” (Cañabate *et al.* 2018, p.7).

D'acord amb Johnson, Johnson i Holubec (1999) “la cooperació consisteix en treballar junts per assolir objectius comuns. En una situació cooperativa, els individus procuren obtenir resultats que siguin beneficiosos per ells mateixos i per la resta de membres del grup” (p.14).

L'aprenentatge cooperatiu és una metodologia educativa basada en el treball en petits grups on els estudiants intercanvien informació i recursos per millorar el seu propi aprenentatge i, al mateix temps, el de tots i cada un dels seus companys (Johnson i Johnson, 1999; Fernández-Río i Velázquez, 2005). Aquest model pedagògic, en el qual es treballa en grups reduïts generalment heterogenis, requereix la participació de tots els components amb la finalitat de maximitzar el propi aprenentatge i el dels altres (Vila, Casals i Guijosa, 2014).

Zariquiey (2016) parla de l'aprenentatge cooperatiu com a “eina metodològica que intenta aprofitar les enormes possibilitats que ofereix la interacció social per potenciar l'aprenentatge de tot l'alumnat, independentment del seu nivell” (p. 27).

Segons Mayordomo i Onrubia (2015), la interacció i la col·laboració amb altres permet contrastar les pròpies idees i compartir coneixement per potenciar el procés d'ensenyament i aprenentatge. Els mateixos autors esmenten que el nucli de l'aprenentatge cooperatiu se situa tant en els processos d'ajuda mútua entre els participants com en l'esforç continuat de tots aquests per resoldre conjuntament un problema i construir coneixement comú i compartit.

Cal destacar que no tota interacció entre iguals és cooperativa, sinó que es requereix el compliment d'unes condicions. Segons Johnson, Johnson i Holubec (1999) els principis essencials que s'han de donar en l'aprenentatge cooperatiu són els següents:

- Interdependència positiva. S'entén que l'esforç de cada membre del grup és indispensable i beneficiós tant pel propi aprenentatge com el dels companys. És per això que els alumnes han de tenir un rol actiu dins del grup, aprenent mútuament i essent conscients que l'objectiu és responsabilitat de tots.
- Responsabilitat individual. Cada component del grup és imprescindible per assolir els objectius establerts. Per tant, la implicació de tots és necessària per obtenir l'èxit personal i grupal. Cal que tots els membres siguin conscients del seu paper dins el grup i coneguin la tasca que li correspon.
- Interacció estimuladora. L'aprenentatge cooperatiu requereix dialogar, analitzar la informació, compartir materials, arribar a acords, solucionar problemes, etc. Durant tot el procés els membres del grup es proporcionen suport, s'ajuden mútuament i resolen junts els conflictes. Aquest punt esdevé un aspecte essencial en la cohesió del grup.
- Habilitats interpersonals i socials. Les habilitats interpersonals i de caràcter grupal són necessàries per aconseguir un procés d'aprenentatge efectiu. La comunicació entre els membres resulta clau per garantir les relacions interpersonals i la potenciació de les habilitats socials. Implica aprendre a treballar en un clima de respecte, confiança, diàleg i resolució de conflictes.
- Processament grupal. Autoavaluació. El procés d'avaluació és necessari per fer una anàlisi crítica, reflexiva i constructiva en relació amb el grau d'assoliment dels objectius establerts. És primordial per determinar si el treball està ben fet i alhora proporcionar un *feedback* que incrementi el procés de millora i la consolidació de les habilitats socials i cooperatives. Cal avaluar l'efectivitat en la relació i la metodologia de treball i, en conseqüència, prendre decisions pel que fa a les conductes que s'han de mantenir, modificar o eliminar. Així doncs, desenvolupar la responsabilitat personal també implica ser capaç d'avaluar i d'autoavaluar-se.

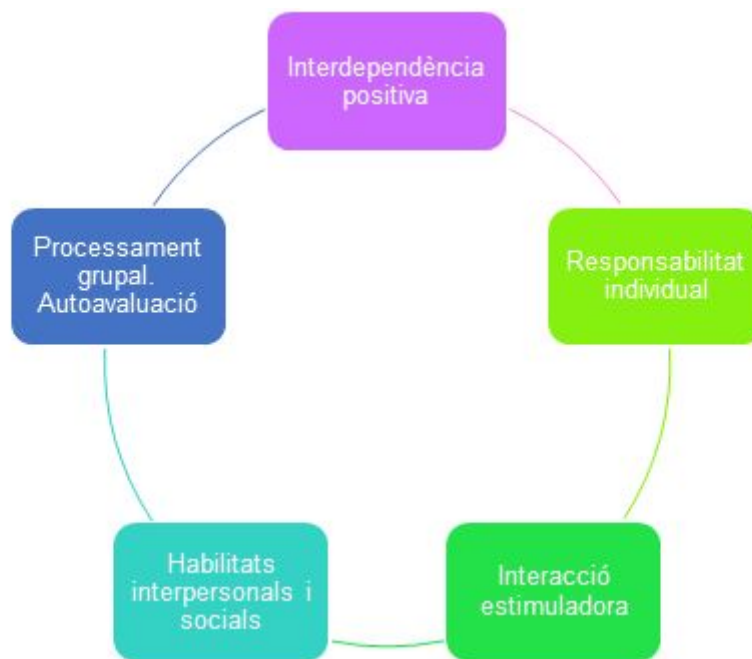


Figura 1. Principis essencials de l'aprenentatge cooperatiu. Elaboració pròpia.

Convé ressaltar que l'aprenentatge cooperatiu com a metodologia no ha de ser aplicada únicament pel docent, sinó que es necessita una interacció i ajuda mútua entre el docent i els alumnes i entre els mateixos alumnes. Dit amb altres paraules, la col·laboració de totes les parts que intervenen dins els processos educatius és imprescindible per poder desenvolupar aquests principis bàsics.

Són necessàries una sèrie de característiques perquè l'aprenentatge cooperatiu es doni de manera correcta i eficaç. Tal com manifesten Candela, García i Traver (2001), aquestes són:

- Reforçament social. La tasca ha de permetre als alumnes aprendre com a grup i alhora l'han de saber valorar. Es refereix a un reforçament social a escala grupal que destaca sobre les recompenses individuals.
- Heterogeneïtat. Fa referència a l'heterogeneïtat entesa com la diversitat dins el grup. Els alumnes no estan agrupats per graus o nivells de coneixement. Cal respectar el fet que els membres de cada grup poden presentar diferents ritmes i estils d'aprenentatge, respostes i plantejaments vàlids diferents dels propis. A partir d'aquí s'aconsegueix establir relacions sociocognitives.

- Responsabilitat individual. Tal com s'ha comentat anteriorment, fa referència a la responsabilitat de cada participant dins el grup. S'ha d'oferir una igualtat d'oportunitats per aconseguir l'èxit, on cada component s'ha de sentir important i ha de poder contribuir en l'assoliment dels objectius i de la tasca.
- Comunicació. L'intercanvi d'informació, de recursos i de materials és essencial perquè tots els alumnes del grup compreguin i reflexionin sobre la tasca. Això els permetrà arribar a conclusions més crítiques, elaborades i de major qualitat.

L'aplicació d'aquesta metodologia didàctica amb el conjunt de trets característics anteriorment esmentats esdevé una via satisfactòria per aconseguir una implicació activa de l'alumnat. També resulta un bon recurs per incrementar la seva autoconfiança i alhora per millorar les relacions socials gràcies a les interaccions que es produeixen entre ells.

Per altra banda, l'aprenentatge cooperatiu aporta un seguit d'avantatges que enriqueixen el procés d'ensenyament i aprenentatge dels alumnes. D'acord amb Candela, García i Traver (2001), els més destacats són:

- Millora de les relacions interpersonals. L'aprenentatge cooperatiu fomenta les habilitats socials i, per tant, les relacions interpersonals entre els companys. El grup aprèn valors i experiències de manera conjunta.
- Increment de la motivació. L'establiment de metes i objectius, tot i ser grupals, comporta que l'alumne se senti protagonista i capaç de contribuir al benefici de tot el grup.
- Implicació activa. Aquesta metodologia didàctica requereix que l'alumne s'impliqui i participi de manera activa, essent el protagonista del seu procés d'ensenyament i aprenentatge.
- Desenvolupament integral de l'alumne. L'aprenentatge cooperatiu és una metodologia aplicable a totes les àrees, i per tant, contribueix a la millora del rendiment dels alumnes dins cadascuna d'aquestes. Un grau elevat de comunicació i implicació condueixen a l'infant a un aprenentatge significatiu.

Cal remarcar que l'aprenentatge cooperatiu esdevé una estratègia enriquidora que beneficia el procés d'aprenentatge i desenvolupament dels alumnes. Partint d'aquí, aquests avantatges també s'evidencien en millores relacionades amb l'autoestima, la creativitat, la socialització i la inclusió (Zariquiey, 2016).

Ruiz (2008) també destaca com a beneficis principals d'aquesta metodologia el fet d'aconseguir el pas de la reproducció de models a la producció de noves idees, el potenciament del pensament creatiu i divergent, la vinculació de l'activitat cognitiva amb l'activitat motriu i les habilitats com el diàleg, la negociació i l'experimentació.

Lago i Pujolàs (2018) afirmen que mitjançant aquesta metodologia els alumnes deixen "d'estar centrats en si mateixos, per aprendre a conviure, a comprendre i a fer-se càrrec de la resta, per ser solidaris i ajudar-se els uns als altres, per créixer llaços positius i permanents que els cohesionin com a grup" (p.22).

Lira (2010) defensa que aquesta metodologia es tradueix en una estratègia promotora i facilitadora del pensament crític, on s'afavoreix la comunicació dels alumnes mitjançant la utilització de mecanismes participatius.

En definitiva, l'aprenentatge cooperatiu resulta un mitjà de creixement per l'educació. A l'àrea d'educació física es tradueix com una metodologia efectiva per promoure l'aprenentatge motor i el desenvolupament d'actituds prosocials de l'alumnat. Així doncs, és una estratègia pedagògica eficaç per promoure l'èxit dels objectius relacionats amb el domini físic, cognitiu, social i afectiu (Ruiz, 2008).

2.2. Els reptes físics cooperatius

Una de les propostes cooperatives per aplicar a l'àrea d'educació física són els reptes físics cooperatius. L'estructura d'aprenentatge utilitzada rep el nom de *pensa, comparteix, actua* (Grineski, 1996). Es planteja un repte col·lectiu i a partir d'aquí els alumnes pensen una solució de manera individual i, posteriorment, l'expliquen a la resta de membres del seu grup. Després de compartir i provar les solucions se'n tria la més eficaç per tal de millorar-la i superar el repte.

Partint de la proposta metodològica de Grineski (1996), Fernández-Río i Velázquez (2005) desenvolupen una proposta didàctica pràctica anomenada reptes físics cooperatius.

Els reptes físics cooperatius són activitats físiques cooperatives d'objectiu quantificable, plantejada en forma de repte col·lectiu, on el grup ha de resoldre un determinat problema de solució múltiple adaptant les seves accions a les característiques individuals de tots els participants (Velázquez, 2003).

Tal com recalquen Fernández-Río i Velázquez (2005), a qualsevol repte físic cooperatiu trobem tres components essencials. En primer lloc hi ha l'element *conceptual*, que fa referència al repte que ha de resoldre el grup i a les múltiples solucions per assolir-lo. En segon lloc es troba el *motriu*, que es refereix a l'execució motriu de les diferents solucions i a les capacitats físiques, habilitats i destreses necessàries per aconseguir l'èxit. Finalment, l'*afectiu-relacional*, referint-se als diferents factors intrapersonals i interpersonals que, d'una manera o altra, repercuteixen en l'èxit o fracàs de la tasca. Aquests poden ser la capacitat de comunicació grupal i les habilitats socials, entre d'altres.

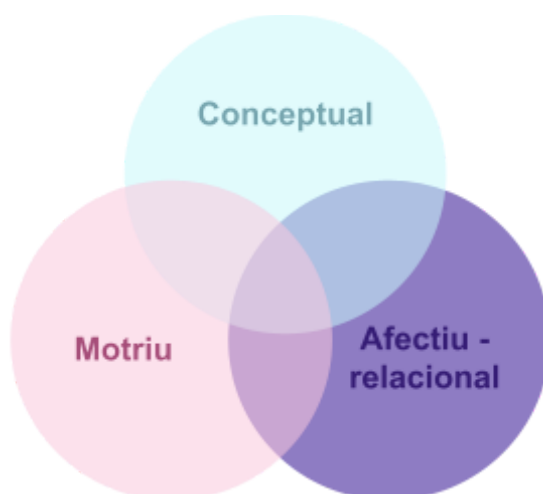


Figura 2. Components essencials dels reptes físics cooperatius. Elaboració pròpia.

Cal destacar que la interrelació d'aquests tres components resulta clau per entendre les possibilitats educatives que ofereixen els reptes físics cooperatius en relació amb la inclusió de tot l'alumnat i d'aquesta manera oferir un grau de participació i cohesió més elevat.

El paper del docent és, a més de fer el procés d'avaluació, organitzar la classe, supervisar el treball, provocar nous interrogants, aclarir possibles dubtes, contribuir al bon clima d'aula i garantir la seguretat, entre d'altres. Segons Ruiz (2008) s'estableix una relació més horitzontal entre el docent i l'alumnat, deixant de ser l'expert i l'únic transmissor de coneixement per adquirir el rol de facilitador i guia de l'aprenentatge.

Aquest canvi de paradigma educatiu proporciona un paper protagonista a l'alumnat i, en conseqüència, un paper actiu en el seu procés d'aprenentatge. Es fomenta l'aprenentatge entre iguals i en el moment en què un alumne ensenya a un altre pren consciència de les seves habilitats i capacitats, consolida el que ja sap i alhora evidencia els seus dubtes i dificultats.

El docent ha de vetllar per la millora de les relacions comunicatives i els aprenentatges motrius dels seus alumnes. A més, ha d'oferir un espai d'anàlisi, reflexió i avaluació de l'experiència per valorar els resultats obtinguts i d'aquesta manera poder desenvolupar propostes de millora.

Per concloure, cal recalcar que aquesta opció metodològica permet valorar positivament la diferència i la diversitat, obtenint beneficis evidents de situacions marcades per l'heterogeneïtat.

3. Mètode

En aquest apartat es presenten els participants de l'estudi, els objectius i les hipòtesis formulades, el procés i la metodologia utilitzada i els instruments de recollida de dades aplicats.

3.1. Contextualització

El procés d'investigació-acció es va portar a terme amb un grup d'alumnes de cicle mitjà de l'Escola Pericot de Girona. El centre està ubicat al barri de Montilivi, el qual comprèn un entorn cultural i social mitjà. La línia pedagògica que segueixen es fonamenta en la diversitat metodològica, el treball en equip, la inclusió de tot l'alumnat, el treball per projectes, l'educació emocional i l'ús de les TIC i les TAC.

Van participar un total de vint alumnes de tercer i quart de primària, d'edats compreses entre 7 i 9 anys. Concretament, 10 alumnes de tercer curs, dels quals 6 són nens i 4 són nenes; i 10 alumnes de quart curs, dels quals 5 són nens i 5 són nenes. A grans trets és un grup poc conflictiu i el clima d'aula és força tranquil i respectuós.

Pel que fa a les Necessitats Específiques de Suport Educatiu (NESE), es troben dos casos concrets a l'aula. En primer lloc, un alumne de quart disposa de Suport Intensiu d'Escolarització Inclusiva (SIEI) i, per tant, a més de rebre suports universals i addicionals, també compta amb una tutora i un grup de referència. Concretament, presenta dificultats en base a un retard greu d'aprenentatges associades a un retard cognitiu lleu. Mostra dificultats pel que fa a la regulació de la conducta, en especial en els àmbits de relació i comunicació amb el grup d'iguals i adults. En relació amb aquest cas concret, es disposa de l'informe de reconeixement de necessitats educatives especials elaborat per l'Equip d'Assessorament i orientació Psicopedagògica (EAP) i un Pla de suport Individualitzat (PI) curricular adaptat a les seves necessitats. Segueix les sessions d'educació física, tot i que presenta certes dificultats en les activitats que impliquen interacció entre iguals.

Per altra banda, un alumne de quart té un PI metodològic. Per tant, de manera inclusiva a l'aula ordinària rep ajuda puntual i específica en relació amb el procés metodològic. En aquest cas no presenta grans dificultats en les activitats cooperatives durant les sessions d'educació física.

Es partia de la problemàtica que el grup d'alumnes internivell esmentat presentava un grau de cohesió i interacció baix. L'agrupació heterogènia per cicles es va implementar el curs vigent amb l'objectiu de reduir la ràtio d'alumnes per aula. Durant el primer trimestre del curs escolar les interaccions entre els alumnes de tercer i quart curs van anar incrementant progressivament, tot i que els vincles i les relacions establertes entre ells es donaven majoritàriament amb companys del mateix curs.

3.2. Objectius i hipòtesis

L'objectiu principal d'aquest estudi és analitzar si la metodologia de l'aprenentatge cooperatiu és una bona estratègia per incrementar la cohesió de grup en alumnes internivell.

Aquest objectiu es concreta en els següents objectius específics:

1. Incidir en la millora de les habilitats socials, interpersonals i l'ajuda mútua.
2. Que l'alumnat valori i reconegui positivament la diversitat present a l'aula.
3. Fomentar els processos de reflexió mitjançant l'autoavaluació.

A partir dels objectius plantejats sorgeix la següent hipòtesi inicial: L'aprenentatge cooperatiu esdevé una estratègia metodològica eficaç que permet posar èmfasi en la importància de les interaccions que s'estableixen entre l'alumnat.

Així doncs, sorgeix la següent pregunta d'investigació: Els reptes físics cooperatius resulten un recurs adequat per aprendre amb i dels altres, reconeixent les pròpies habilitats i les dels altres companys?

3.3. Disseny i procediment

Amb l'objectiu d'establir un diagnòstic situacional i detectar les necessitats del grup internivell d'alumnes, prèviament es va realitzar una entrevista inicial amb la tutora. A partir d'aquí es va efectuar la proposta i es va dissenyar el procés d'investigació.

El procés d'investigació-acció es va realitzar a l'àrea d'educació física a través d'una unitat didàctica de reptes físics cooperatius (*annex 1*). Aquesta constava de sis sessions i durant tot el procés es van mantenir els cinc grups aleatoris estables de quatre alumnes cada un. Durant tota la seqüència es van anar recollint dades i evidències per tal de ser analitzades i contrastades. La tècnica de recollida de dades es va dur a terme seguint una metodologia de recerca mixta, és a dir, seguint un enfocament quantitatiu i qualitatiu.

L'enfocament quantitatiu, segons Hernández, Fernández i Baptista (2014), és seqüencial i probatori i permet seguir el procés d'investigació de manera més objectiva i estructurada. Amb el present estudi es pretenia explicar i predir els fenòmens investigats, buscant regularitats i relacions causals entre els elements. L'anàlisi de les evidències es va realitzar a través de mètodes estadístics i mitjançant el raonament deductiu. Dit amb altres paraules, es va partir de la fonamentació teòrica i d'aquesta se'n van derivar les hipòtesis, que posteriorment van ser provades.

Per altra banda, l'enfocament qualitatiu segueix un procés naturalista, flexible i interpretatiu, on l'acció indagadora es mou entre els fets i la seva interpretació. L'estudi es va basar en la lògica, seguint un procés inductiu on s'explorava i es descrivia i, posteriorment, es generaven perspectives teòriques. Es van utilitzar tècniques de recollida de dades com l'observació no estructurada, les entrevistes obertes, la revisió de documents, la discussió en grup i la interacció amb els diferents grups. Aquest recull d'evidències pretenia obtenir les perspectives i punts de vista dels participants com són les emocions, les prioritats, les experiències, els significats i altres aspectes subjectius (Hernández, Fernández i Baptista, 2014).

En la següent taula s'exposen les diferents tècniques de recollida de dades aplicades en el procés d'investigació-acció. Cal dir que es va prioritzar la recollida de dades qualitativa, amb l'objectiu de fer èmfasi en les interaccions i relacions grupals per tal d'interpretar-les seguint un criteri més subjectiu.

Taula 1. Tècniques de recollida de dades aplicades

Recull quantitatiu	<ul style="list-style-type: none"> - Instrument d'autoavaluació individual inicial (Cañabate <i>et al.</i> 2018). - Instrument d'autoavaluació individual final (Cañabate <i>et al.</i> 2018). - Rúbrica d'autoavaluació grupal (Cañabate <i>et al.</i> 2018).
Recull qualitatiu	<ul style="list-style-type: none"> - Instrument d'autoavaluació individual inicial (Cañabate <i>et al.</i> 2018). - Instrument d'autoavaluació individual final (Cañabate <i>et al.</i> 2018). - Rúbrica d'avaluació formativa del docent (Cañabate <i>et al.</i> 2018). - Instrument de reflexió i discussió final conjunta (elaboració pròpia). - Observació no estructurada. - Entrevistes semiestructurades i no estructurades.

3.4. Instruments

A continuació s'especifiquen els instruments d'avaluació i les tècniques de recollida de dades aplicades durant la unitat didàctica per tal d'extreure resultats quantitius i qualitius del procés d'investigació-acció.

Pel que fa al recull de tipus quantitatiu, en els instruments d'autoavaluació individual inicial i final elaborats per Cañabate *et al.* (2018), l'alumnat es puntua numèricament a escala individual i grupal segons la seva participació i actuació dins del grup cooperatiu. S'obté un recull quantitatiu que posteriorment es compara estadísticament.

Els instruments presentats a la Taula 2 i la Taula 3 recullen evidències quantitatives i qualitatives dels vint participants. Ambdós instruments es diferencien per un ítem que es presenta a l'autoavaluació final amb l'objectiu que s'exposin els aprenentatges adquirits durant el procés.

L'objectiu principal de les dades qualitatives és recollir les primeres sensacions i experiències per tal de contrastar-les al final de la seqüència didàctica.

Taula 2. Autoavaluació individual inicial

Reptes físics cooperatius
<ul style="list-style-type: none">- Com t'has sentit fent els reptes físics cooperatius?- Escribeu tres coses que creus que has fet molt bé.- Escribeu tres coses que creus que hauries de millorar.- Quina puntuació et posaries? (de l'1 al 10)- Quina puntuació li posaries al teu grup? (de l'1 al 10)

**Instrument d'avaluació estret de Cañabate, Casals, Guijosa i Vila (2018).*

Taula 3. Autoavaluació individual final

Reptes físics cooperatius
<ul style="list-style-type: none">- Què has après?- Com t'has sentit fent els reptes físics cooperatius?- Escribeu tres coses que creus que has fet molt bé.- Escribeu tres coses que creus que hauries de millorar.- Quina puntuació et posaries? (de l'1 al 10)- Quina puntuació li posaries al teu grup? (de l'1 al 10)

**Instrument d'avaluació estret de Cañabate, Casals, Guijosa i Vila (2018).*

A la Taula 4 es presenta la rúbrica d'autoavaluació grupal estreta de Cañabate *et al.* (2018). Es completa conjuntament en grup al final de les tres primeres sessions de la unitat didàctica. Les dades quantitatives s'analitzen posteriorment a través de gràfics estadístics per tal de ser comparats i interpretats conjuntament amb les evidències qualitatives. Cal dir que aquest instrument convida a la reflexió dels participants i a l'avaluació entre els membres del grup sobre la seva actuació individual dins del grup.

López (2005) destaca que els processos d'avaluació i autoavaluació compartida són un bon recurs per centrar l'atenció en el fet d'aprendre a valorar la qualitat del seu treball i establir propostes de millora. L'autor recalca que l'autoavaluació està relacionada amb la millora de l'autoconcepte i el nivell de competència. A més, permet que els alumnes formin part del seu procés d'aprenentatge com a agent actiu i, alhora, reconeixin les seves destreses i habilitats, essent conscients dels punts dèbils que cal millorar.

Taula 4. Rúbrica d'autoavaluació grupal

OBJECTIUS	Alumne 1			Alumne 2			Alumne 3			Alumne 4		
	Sessió			Sessió			Sessió			Sessió		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
He participat activament.												
He aportat idees per superar el repte.												
He escoltat les propostes dels companys.												
He respectat el torn de paraula.												
He ajudat als companys a superar el repte.												
He animat i no he criticat.												

A= Molt bé B= Bé C= Ha de millorar

**Instrument d'avaluació estret de Cañabate, Casals, Guijosa i Vila (2018).*

Pel que fa al recull de dades qualitatives, a la Taula 5 es presenta un instrument d'elaboració pròpia. Es plantegen dos interrogants a cada grup d'alumnes. Els components del grup consensuen les seves respostes per tal d'exposar-les a la resta de companys i, posteriorment, comentar-les i completar-les entre tots. Amb aquest instrument es pretén fer una síntesi i reflexió dels continguts treballats i, a més, avaluar l'assoliment dels objectius plantejats.

Aquest instrument pot considerar-se semiestructurat, ja que parteix de la formulació d'alguns continguts preestablerts, però deixa oberta la possibilitat de comentar altres aspectes rellevants que poden anar sorgint durant el diàleg conjunt (Báez, 2009).

Taula 5. Discussió i reflexió final conjunta

Grup 1	<ul style="list-style-type: none"> - Què heu après durant totes aquestes sessions? - Què heu fet quan us heu trobat davant d'un conflicte?
Grup 2	<ul style="list-style-type: none"> - Quina estratègia fèieu servir per decidir quina aportació era la més eficaç per resoldre el repte? - Què fèieu quan no trobàveu la solució als reptes?
Grup 3	<ul style="list-style-type: none"> - Com us heu sentit davant els reptes? Quins us han agradat més? - Quines qualitats positives teniu individualment? I com a grup?
Grup 4	<ul style="list-style-type: none"> - Quines qualitats heu de millorar de manera individual? I com a grup? - Què heu descobert dels vostres companys que no sabíeu?
Grup 5	<ul style="list-style-type: none"> - Penseu que individualment hauríeu arribat a les mateixes conclusions que de manera grupal? - Què canviariéu de les sessions realitzades o dels reptes en concret?

**Instrument d'elaboració pròpia.*

A més, s'aplica una rúbrica d'avaluació formativa del docent estreta de Cañabate *et al.* (2018) durant les sessions de resolució de reptes per tal de fer un seguiment més individualitzat a cada alumne (vegeu annex 5).

Durant tot el procés d'investigació s'ha aplicat l'observació participativa per tal d'extreure evidències qualitatives. Segons Fuertes (2011) aquest tipus d'observació es dona quan l'investigador s'involucra i "viu" les experiències en el mateix context i ambient quotidià que els subjectes recollint les dades en temps real. Finalment, també s'han inclòs les entrevistes i la interacció amb tots els participants.

4. Resultats

En aquest apartat es presenten els resultats obtinguts a través de les tècniques de recollida de dades tant quantitatives com qualitatives aplicades durant la unitat didàctica. Els resultats estan estretament relacionats amb l'objectiu general *d'analitzar si la metodologia de l'aprenentatge cooperatiu és una bona estratègia per incrementar la cohesió de grup en alumnes internivell* i amb els tres objectius específics de la investigació-acció.

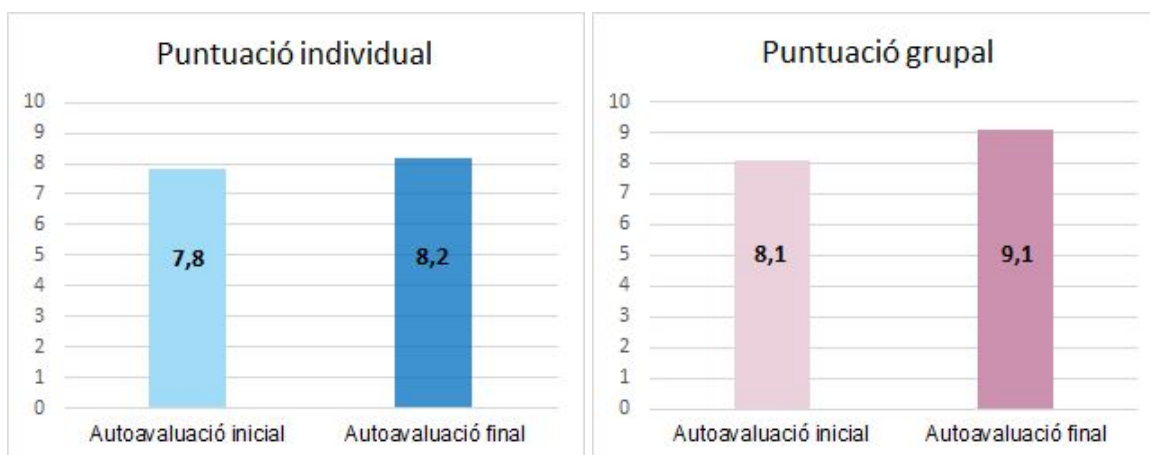
En relació amb els resultats quantitius de l'autoavaluació individual inicial i final, a la Taula 6 es pot comprovar que la mitjana de la puntuació va augmentar en ambdós casos respectivament.

Taula 6. Resultats de l'autoavaluació individual inicial i final

		B	H	N	T	Da	El	G	Jo	I	Al	Ad	Pe	Je	C	Em	D	V	L	Pa	Ja
PUNTAUCCIÓ INDIVIDUAL	Autoavaluació inicial	8	8	9	8	7	9	8	7	8	7	8	8	7	9	8	9	8	6	7	6
	Autoavaluació final	9	8	7	9	8	9	9	8	9	9	8	6	8	9	9	8	8	8	8	7
PUNTAUCCIÓ GRUPAL	Autoavaluació inicial	9	8	8	9	5	9	9	9	8	8	9	8	8	9	9	8	9	5	7	7
	Autoavaluació final	9	9	9	9	7	10	10	9	9	9	10	9	9	9	10	9	10	9	9	8

Tal com es pot veure als següents gràfics comparatius, la nota mitjana de la qualificació individual va ser de 7,8 i al final de la unitat didàctica de 8,2. Per altra banda, la puntuació grupal inicial va ser de 8,1 i al final va augmentar fins al 9,1. L'alumnat va autoavaluar-se més positivament al final de la unitat didàctica.

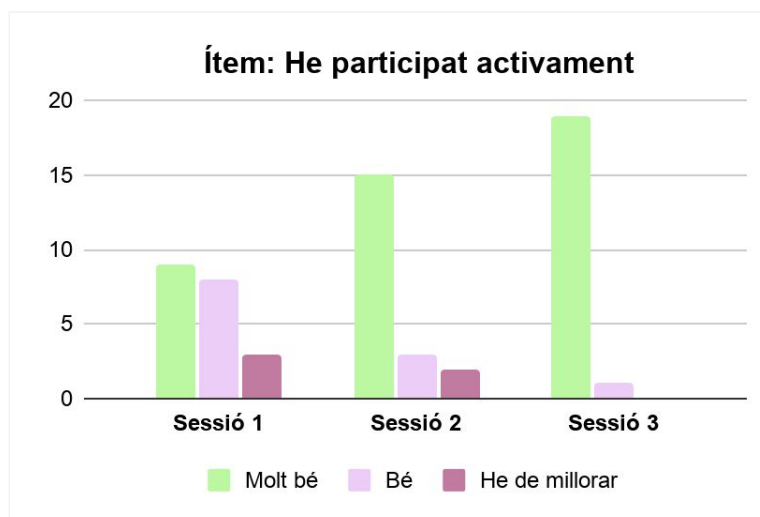
Gràfics 1 i 2. Puntuació individual i grupal de l'autoavaluació individual



Pel que fa a l'autoavaluació grupal realitzada durant les tres primeres sessions, a escala general es pot observar com els resultats van ser més positius a mesura que s'anaven executant les sessions. En els sis ítems es va presentar una millora en la participació, cooperació, implicació i respecte dels alumnes dins del grup.

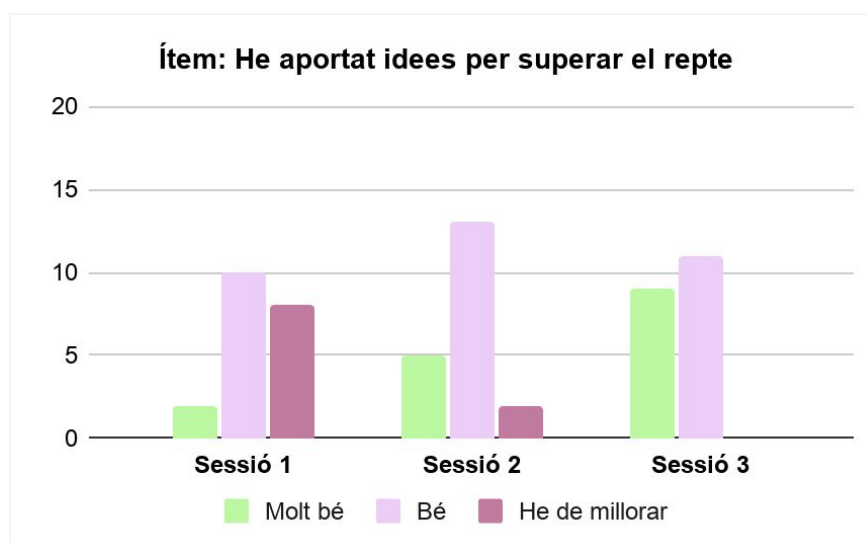
El primer ítem, representat en el Gràfic 3, fa referència a la participació activa de cada membre dins del grup. Durant la primera sessió, 9 dels participants es van qualificar com a "molt bé", 8 com a "bé" i 3 com a "he de millorar". A la tercera sessió s'observa una clara millora, ja que 19 dels 20 participants es van qualificar com a "molt bé" i el restant com a "bé".

Gràfic 3. Ítem 1. Autoavaluació grupal



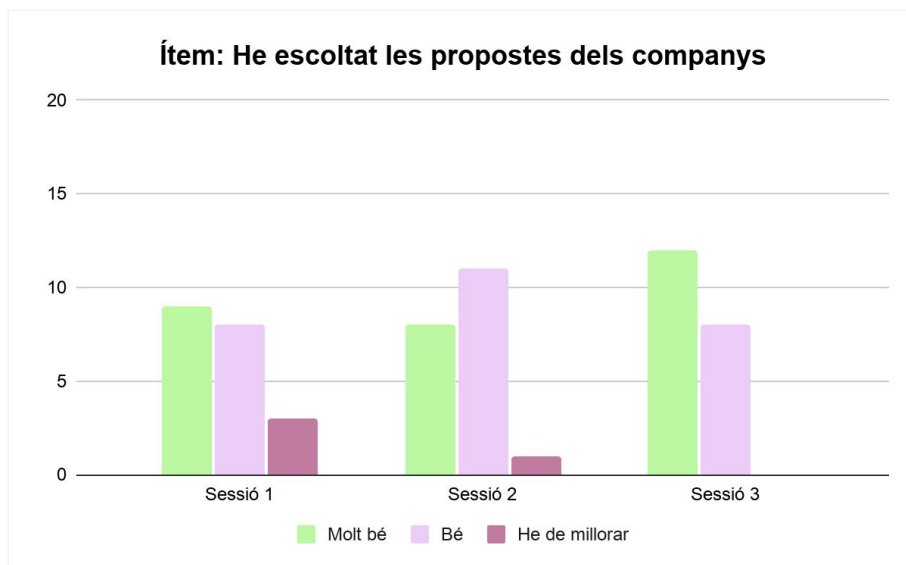
El Gràfic 4 mostra els resultats de l'ítem que fa referència a l'aportació d'idees per a la superació dels reptes. A grans trets es pot observar com de la primera a la tercera sessió més alumnes van valorar-se com a "molt bé" i en contraposició, menys alumnes van qualificar-se com a "he de millorar". Concretament, a la primera sessió 2 alumnes van qualificar-se com a "molt bé" i a la tercera sessió un total de 9. Per altra banda, a la primera sessió 8 alumnes van qualificar-se com a "he de millorar" i a la tercera 0. Cal dir que en aquest ítem la majoria dels membres van qualificar-se com a "bé" durant les tres sessions al·legant que sempre podien donar més d'ells mateixos.

Gràfic 4. Ítem 2. Autoavaluació grupal



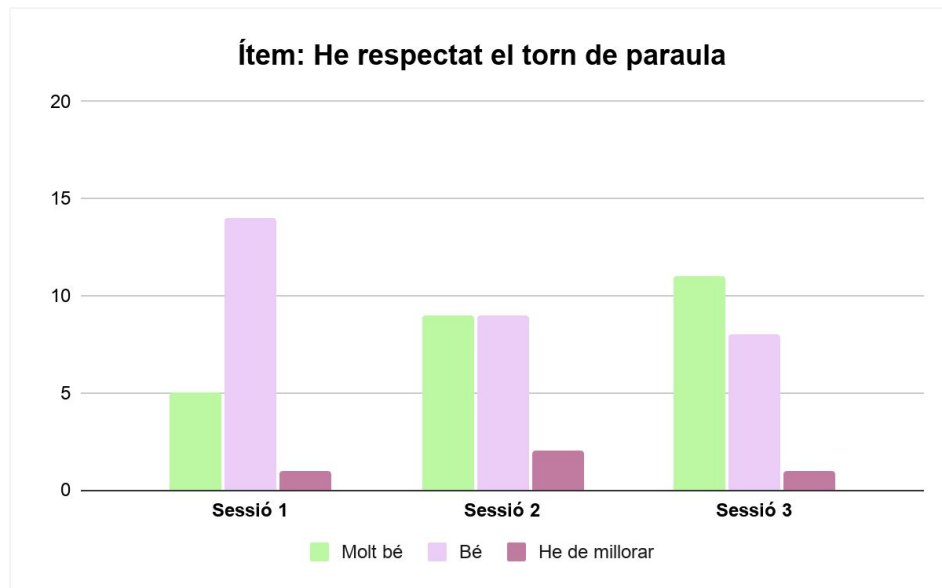
El tercer ítem de l'autoavaluació grupal fa referència a l'escolta de les propostes plantejades pels companys. En el Gràfic 5 es pot observar com la majoria dels alumnes es va decantar per valorar-se com a "molt bé" i "bé" durant les tres sessions de resolució de reptes. A la tercera sessió van ser 12 els alumnes que van qualificar-se com a "molt bé" en comparació als 9 durant la primera sessió. El nombre d'alumnes que es van qualificar com a "he de millorar" van anar disminuint progressivament, essent 3 en la primera sessió i 0 en la tercera.

Gràfic 5. Ítem 3. Autoavaluació grupal



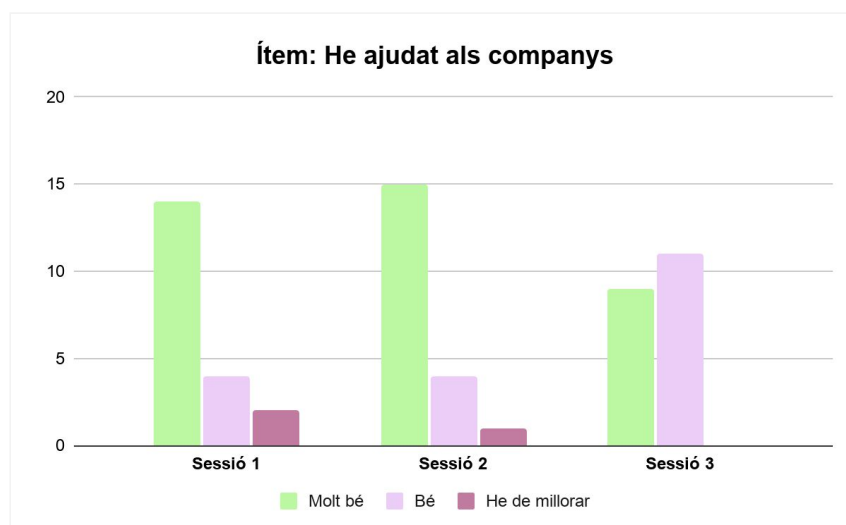
En el Gràfic 6 es compara estadísticament l'ítem relacionat amb el respecte del torn de paraula. En la primera sessió 14 alumnes van qualificar-se com "bé" i en la tercera van passar a ser 8. Per tant, a mesura que anaven avançant les sessions els nens i nenes eren més conscients dels punts de millora que anaven assolint. En relació amb la qualificació de "molt bé", a la primera sessió només s'hi troben 5 alumnes i a la tercera un total d'11.

Gràfic 6. Ítem 4. Autoavaluació grupal



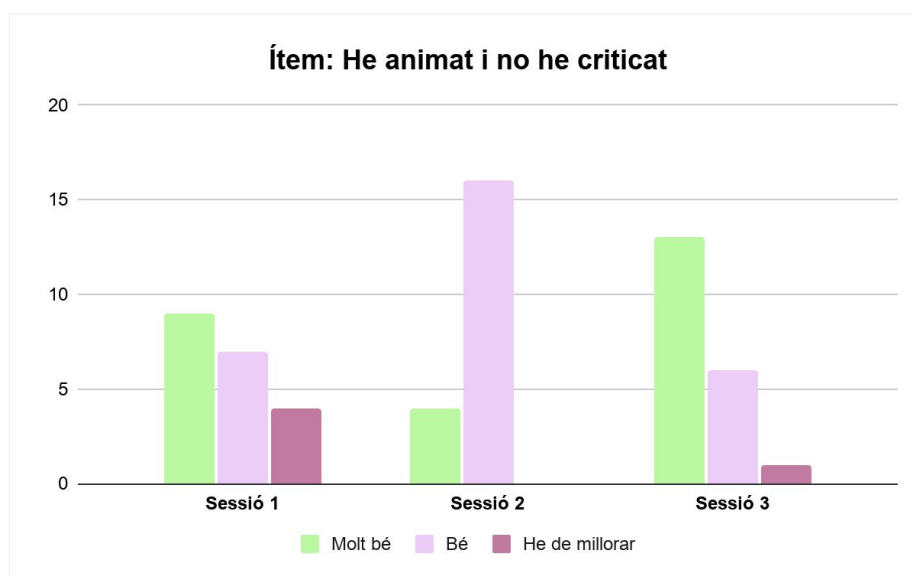
En relació amb l'ajuda als companys, tal com s'observa en el Gràfic 7, en comparació amb la resta d'ítems, a mesura que van avançar les sessions els alumnes es van qualificar més baix. A la primera sessió 14 alumnes es van qualificar com a "molt bé" i a la tercera sessió la xifra va disminuir fins als 9 alumnes. Pel que fa a la qualificació de "bé", a la primera sessió s'hi van puntuar un total de 4 alumnes i a la tercera sessió van passar a ser-ne 11. A la primera sessió només 2 alumnes van considerar que havien de millorar aquest ítem, però a la tercera sessió van ser un total de 0.

Gràfic 7. Ítem 5. Autoavaluació grupal



Finalment, el sisè ítem es veu reflectit en el Gràfic 8. És el gràfic que més varia al llarg de les tres sessions. En la primera sessió 9 alumnes van qualificar-se com a “molt bé” i en la segona sessió la xifra va disminuir fins als 4 alumnes, però a la tercera sessió va tornar a augmentar fins als 13 alumnes. Per altra banda, 7 alumnes es van qualificar de “bé” en la primera sessió, 16 en la segona i 6 en la tercera. Finalment, només 4 alumnes van qualificar-se com “he de millorar” en la primera sessió i 0 en la tercera.

Gràfic 8. Ítem 6. Autoavaluació grupal



Passant als resultats qualitius, a trets generals es va observar un increment progressiu de la cohesió grupal. A mesura que avançaven les sessions els alumnes treballaven més units, amb més motivació, implicació i respecte cap als altres. Cal dir que mitjançant l'observació es va poder confirmar que el funcionament i la relació positiva entre els membres del grup va anar millorant durant el procés.

Abans d'iniciar-se la unitat didàctica s'observava poca relació i cohesió de grup entre els alumnes internivell. Les interaccions es produïen principalment entre els alumnes de la mateixa edat o entre els petits grups d'amics. Un cop finalitzada la unitat didàctica s'observava més cohesió entre els alumnes dels grups aleatoris estables formats i entre tots els alumnes de l'aula en general.

Així doncs, es va afirmar que les relacions positives entre els companys van augmentar significativament. De forma genèrica es va observar una millora en l'actitud de l'alumnat, esdevenint un grup força cooperatiu, amb ganes d'implicar-se i de compartir.

A partir de l'instrument d'autoavaluació individual final estret de Cañabate *et al.* (2018) es van poder obtenir les evidències qualitatives des de l'experiència i vivència dels alumnes. Algunes de les mostres més significatives són:

Què has après?

A: "He après a treballar en grup i a respectar més als meus companys".

J: "He après a treballar en equip i a esforçar-me més amb les coses".

C: "He après que si fem les coses entre tots ens surt més bé".

Com t'has sentit fent les sessions de reptes físics cooperatius?

A: "M'he sentit molt animada i contenta per resoldre els reptes cooperatius".

T: "Molt content, sobretot quan vam provar els nostres reptes".

Quins aspectes creus que has fet molt bé?

D: "Ecoltar les propostes dels meus companys i companyes".

C: "Ajudar als companys".

B: "Respectar les idees dels altres".

Quins aspectes creus que has de millorar?

L: "No marxar del grup quan hi ha un problema, sinó parlar-ho".

H: "Estar més atent a les idees dels altres".

G: "Dir les coses sense cridar tant ni imposar les meves idees".

En relació amb l'instrument de reflexió i discussió final conjunta d'elaboració pròpia es va poder obtenir un gran recull de dades que evidencien conjuntament amb l'observació no estructurada i les diferents entrevistes una millora en la cohesió grupal i la interacció positiva entre els alumnes internivell. Es va anar observant un increment progressiu dels vincles i interaccions entre els alumnes del mateix grup i, alhora, entre els alumnes de tercer i quart curs.

També va resultar òptim per externalitzar els coneixements adquirits i fer èmfasi en la consciència de la millora de les habilitats socials i interpersonalment durant el desenvolupament del procés referents al primer objectiu específic: *Incidir en la millora de les habilitats socials, interpersonalment i l'ajuda mútua.*

En relació amb el segon objectiu específic: *que l'alumnat valori i reconegui positivament la diversitat present a l'aula*, els mateixos alumnes defensaven que un cop finalitzada la unitat didàctica sabien treballar millor en grup, respectaven més als companys i aprofitaven les diferències individuals de cadascú per obtenir el màxim rendiment.

Finalment, pel que fa al tercer objectiu específic: *Fomentar els processos de reflexió mitjançant l'autoavaluació*, tal com s'ha comentat anteriorment, tots els instruments de recollida de dades han ofert un espai de reflexió a tot l'alumnat per tal d'identificar les habilitats i punts de millora. Així doncs, a partir d'aquest instrument es confirmen les hipòtesis formulades inicialment i s'afirma l'assoliment dels objectius plantejats.

5. Discussió i conclusions

A tall de conclusió general es pot afirmar que el procés d'investigació-acció ha estat valorat positivament i s'han obtingut els resultats esperats. Els instruments i tècniques de recollida de dades aplicats han fomentat el procés de reflexió de l'alumnat i han ajudat a l'assoliment òptim dels objectius plantejats. A més, han permès avaluar de manera efectiva a tot l'alumnat, així com conèixer la seva valoració i experiència durant tot el procés. Els resultats obtinguts demostren que introduir l'aprenentatge cooperatiu a les sessions d'educació física mitjançant els reptes físics cooperatius esdevé una opció efectiva i enriquidora que fomenta els factors referents a la cohesió i les habilitats socials i interpersonals de l'alumnat.

Els resultats mostren que la hipòtesi formulada inicialment es pot corroborar, ja que durant l'estudi s'ha demostrat que l'aprenentatge cooperatiu esdevé una estratègia metodològica eficaç que permet posar èmfasi en la importància de les interaccions que s'estableixen entre l'alumnat.

La pregunta d'investigació formulada es confirma positivament, ja que els reptes físics cooperatius resulten un recurs adequat per aprendre amb i dels altres, reconeixent les pròpies habilitats i les dels altres companys.

Altres estudis com el de Clos (2019) confirmen que introduir "l'aprenentatge cooperatiu a les sessions d'educació física mitjançant desafiaments físics cooperatius pot ser una alternativa efectiva i enriquidora cap a l'assoliment d'un clima positiu i d'un aprenentatge significatiu en el món actual de l'educació" (p.3). A més, destaca que resulta una bona estratègia per afavorir la comunicació interpersonal, l'empatia, la regulació i la gestió de conflictes i la capacitat del treball en equip, entre d'altres (Clos, 2019).

Els resultats també mostren una relació amb l'estudi de Velázquez (2015) on defensa que "l'aprenentatge cooperatiu es presenta actualment com un dels recursos metodològics més eficaços a l'hora de promoure l'èxit social i acadèmic de l'alumnat en diferents àrees, nivells i contextos d'aprenentatge" (p. 234).

Gràcies al procés d'investigació-acció s'ha pogut reflexionar sobre la pràctica educativa amb la finalitat de millorar-la. A partir d'aquí s'han detectat les principals limitacions de l'estudi. Com a propostes de millora, per tal d'obtenir resultats més concloents, es podria haver portat a la pràctica amb un nombre més extens de participants i, a més, podria haver-se aplicat i analitzat en altres àrees d'ensenyament.

La majoria dels estudis consultats tracten la metodologia activa de l'aprenentatge cooperatiu, però no es relacionen específicament amb l'agrupació d'alumnes internivell ni amb l'àrea d'educació física. Per tant, penso que aquest treball pot oferir una mirada reflexiva sobre els avantatges que presenta introduir els reptes físics cooperatius com a eina per fomentar la cohesió entre l'alumnat a l'àrea d'educació física. També pot ajudar a motivar sobre la creació de nous procediments que vagin encaminats a l'increment de la formació integral, la cohesió grupal, el respecte, els valors i la inclusió de la diversitat com a estratègia educativa.

Tot i les febleses de l'estudi, convé ressaltar un altre cop que la metodologia de l'aprenentatge cooperatiu és una bona estratègia per incrementar la cohesió de grup en alumnes internivell i per incidir en la millora de les habilitats socials, interpersonals i l'ajuda mútua. També possibilita el fet d'aprofitar la diversitat present a l'aula per enriquir el procés d'aprenentatge i que l'alumnat ho valori i reconegui com a quelcom positiu. Finalment, mitjançant la unitat didàctica proposada s'han fomentat els processos de reflexió mitjançant l'autoavaluació.

6. Referències documentals

- Báez, J. (2009). *Investigación cualitativa*. Madrid: ESIC Editorial.
- Candela, I., García, R. i Traver, J. A. (2001). *Aprendizaje cooperativo. Fundamentos, características y técnicas*. Madrid: Editorial CCS-ICCE.
- Cañabate, D., Casals, P., Guijosa, C. i Vila, A. (2018). *Educació física i reptes físics cooperatius*. Barcelona: Graó.
- Clos, B. (2019). *Els desafiaments físics cooperatius a l'àmbit d'Educació Física*. (Treball de fi de Grau, Universitat de les Illes Balears, Illes Balears). Recuperat de <https://dspace.uib.es/xmlui/handle/11201/152581>
- Fernández-Río, J. i Velázquez, C. (2005). *Desafíos físicos cooperativos*. Sevilla: Wanceulen.
- Fuertes, M. T. (2011). La observación de las prácticas educativas como elemento de evaluación y de mejora de la calidad en la formación inicial y continua del profesorado. *Revista de Docencia Universitaria*, 9 (3), 237-258. Recuperat de <http://red-u.net/redu/files/journals/1/articles/248-/public/248-647-1-PB.pdf>
- Gallach, M.J. i Catalán, J.P. (2014). Aprendizaje cooperativo en Primaria: Teoría, práctica y actividades concretizadas. *Didáctica de las ciencias experimentales y sociales*, (28), 109-133. Recuperat de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4943406>
- Generalitat de Catalunya, Departament d'Ensenyament (2012). *Currículum i orientacions. Educació Infantil. Primer cicle*. Barcelona: Servei de Comunicació i Publicacions.

- Grineski, S. (1996). *Cooperative learning in Physical Education*. Champaign: Human Kinetics Publishers.
- Hernández, R., Fernández, C., i Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación (6a. ed.)*. Mèxic: Mc Graw Hill.
- Johnson, D.W. i Johnson, R.T. (1999). *Aprender juntos y solos: Aprendizaje cooperativo, competitivo e individualista*. Buenos Aires: Aique.
- Johnson, D.W., Johnson, R.T., i Holubec, E.J. (1999). *El aprendizaje cooperativo en el aula*. Buenos Aires: Paidós.
- Lago, J. i Pujolàs, P. (2018). *Aprender en equipos de aprendizaje cooperativo*. Barcelona: Ediciones Octaedro, SL.
- Lira, R.I. (2010). Las metodologías activas y el foro presencial: su contribución al desarrollo del pensamiento crítico. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 10 (1), 1-18. Recuperat de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44713068008>
- López, V.M. (2005). La participación del alumnado en la evaluación: la autoevaluación, la coevaluación y la evaluación compartida. *Revista Tándem* (17), 21-37. Recuperat de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1090624>
- Mayordomo, R. M. i Onrubia, J. (2015). El aprendizaje cooperativo: Elementos conceptuales. Dins R. M^a Mayordomo i J. Onrubia (Coords.). *El aprendizaje cooperativo* (p. 17-48). Barcelona: Editorial UOC.
- Pujolàs, P. (2008). *El aprendizaje cooperativo*. Barcelona: Graó.

- Ruiz, J.V. (2008). Los métodos cooperativos en Educación Física. *Ef deportes: Revista digital*, 13 (127). Recuperat de <https://www.efdeportes.com/efd127/los-metodos-cooperativos-en-educacion-fisica.htm>
- Velázquez, C. (2015). Aprendizaje cooperativo en Educación Física: estado de la cuestión y propuesta de intervención. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (28), p.234-239. Recuperat de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5147772>
- Velázquez, C. (2003). *Desafíos físicos cooperativos*, en "Actas del III Congreso Estatal y I Iberoamericano de actividades físicas cooperativas. Gijón, 30 de junio al 3 de julio de 2003". Valladolid: La Peonza.
- Vila, A., Casals, P. i Guijosa, C. (2014). Un proyecto innovador con retos físicos cooperativos y herramientas telemáticas cooperativas: "Hormigas cooperativas". *La Peonza: Revista de Educación Física para la paz*, (9), 53-62. Recuperat de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4746827>
- Zariquiey, F. (2016). *Cooperar para aprender: Transformar el aula en una red de aprendizaje cooperativo*. Barcelona: Editorial SM.

7. Annexos

Annex 1. Unitat didàctica: Reptes físics cooperatius

UNITAT DIDÀCTICA		REPTES FÍSICS COOPERATIUS		
Àrea	Curs	Grup classe	Durada	Trimestre
Educació física	Cicle mitjà: Grup internivell de 3r i 4t	20 alumnes	6 sessions	1r trimestre
Justificació				
<p>A causa de la COVID-19 s'han reestructurat els grups d'alumnes, agrupant-los per cicles en comptes de per cursos. Per tant, aquesta unitat didàctica té com a objectiu principal fomentar la cohesió de grup i la interacció positiva entre els alumnes. Des de la visió docent presenta l'objectiu de conèixer al grup classe, les necessitats i característiques de cada infant i els rols que s'estableixen a l'àrea d'educació física.</p> <p>El treball cooperatiu pretén que els nens i nenes treballin de manera conjunta i autònoma, respectant als companys i aprenent amb i dels altres. La presa de decisions col·lectiva inclou el treball de valors i la responsabilitat individual per assolir l'èxit.</p> <p>Finalment, a través d'aquesta unitat didàctica es pretén que els alumnes gaudeixin de la pràctica d'activitat física a través de la resolució de reptes, el qual suposa una major motivació i participació activa.</p>				
Objectius				
<ul style="list-style-type: none"> - Participar activament dins el grup. - Respectar les aportacions i opinions dels companys. - Gestionar els conflictes i arribar a una solució conjunta. 				

Competències	
Competències d'àrea per dimensions	Continguts clau
<p><u>ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dimensió activitat física: C1. - Dimensió joc motor i temps de lleure: C7. <p><u>ÀMBIT D'EDUCACIÓ EN VALORS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dimensió interpersonal: C5 i C6. 	<p><u>ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Resolució de situacions motrius. - Esforç i superació. - Cooperació i respecte. <p><u>ÀMBIT D'EDUCACIÓ EN VALORS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Autoregulació de la conducta. - Estratègies de mediació i gestió positiva de conflictes.
Avaluació	
Criteris d'avaluació	
<p><u>ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA</u></p> <p>Criteri d'avaluació 7 i 8.</p> <p><u>ÀMBIT EDUCACIÓ EN VALORS</u></p> <p>Criteri d'avaluació 7.</p>	
Continguts	
<p><u>ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA</u></p> <p>Bloc de continguts: Habilitats motrius (C1)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències individuals en el nivell de l'habilitat. - Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu. <p>Bloc de continguts: El joc (C7)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc. - Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús de temps lliure. 	

Seqüenciació		
INICIAL	SESSIÓ 1	<p>INICI ALS REPTES FÍSICS COOPERATIUS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Presentació de la unitat didàctica: objectius, metodologia, sessions, criteris d'avaluació... - Explicació del funcionament dels reptes físics cooperatius (rols, dinàmica...). - Formació de grups aleatoris estables per tota la unitat didàctica. - Resolució de reptes físics cooperatius. - Posada en comú, reflexió de la sessió, opinió dels alumnes. - Rúbrica d'autoavaluació grupal. - Autoavaluació individual inicial.
	SESSIÓ 2	<p>REPTES FÍSICS COOPERATIUS II</p> <ul style="list-style-type: none"> - Joc d'escalfament. - Recordatori de la sessió anterior: objectius, funcionament dels reptes... - Resolució de reptes físics cooperatius. - Posada en comú, reflexió de la sessió, opinió dels alumnes. - Rúbrica d'autoavaluació grupal.
	SESSIÓ 3	<p>REPTES FÍSICS COOPERATIUS III</p> <ul style="list-style-type: none"> - Joc d'escalfament. - Recordatori de la sessió anterior: objectius, funcionament dels reptes... - Resolució de reptes físics cooperatius. - Posada en comú, reflexió de la sessió, opinió dels alumnes. - Rúbrica d'autoavaluació grupal.

DESENVOLUPAMENT	SESSIÓ 4	<p>DISSENYEM ELS NOSTRES REPTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Síntesi del que s'ha treballat durant les tres primeres sessions. - Reflexió sobre les millores aconseguides a través del treball cooperatiu. - Disseny d'un repte físic cooperatiu (<i>ús de les TAC</i>). - Reflexió de l'activitat: dificultats, aprenentatges...
	SESSIÓ 5	<p>PROVEM ELS REPTES DELS COMPANYYS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Joc d'escalfament. - Recordatori funcionament dels reptes físics cooperatius, objectius de la unitat didàctica... - Resolució dels reptes físics cooperatius dissenyats pels companys. - Posada en comú, reflexió de la sessió, opinió dels alumnes, propostes de millora.
SÍNTESI	SESSIÓ 6	<p>AVALUEM LA UNITAT DIDÀCTICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Reflexió final de les sessions i la unitat didàctica. - Autoavaluació individual final.

SESSIÓ 1: INICI ALS REPTES FÍSICS COOPERATIUS		
Temporització: 60 minuts	Espai: Gimnàs o pista	Agrupament: 5 grups de 4 alumnes
Objectius d'aprenentatge: <ul style="list-style-type: none">- Participar activament dins el grup.- Respectar les aportacions i opinions dels companys.- Gestionar els conflictes i arribar a una solució conjunta.		
Material: <ul style="list-style-type: none">- Cartes de creació de grups aleatoris.- Plantilles dels Reptes I (<i>annex 2</i>).- Material necessari per a la resolució dels reptes.- Autoavaluació grupal (<i>annex 8</i>).- Autoavaluació individual inicial (<i>annex 6</i>).		
Àmbits. Dimensions – Competències. Blocs de continguts - Continguts		
<u>ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA</u> <ul style="list-style-type: none">- Dimensió activitat física: <i>Competència 1. Resoldre situacions motrius de forma eficaç en la pràctica d'activitats físiques.</i>- Dimensió joc motor i temps de lleure: <i>Competència 7. Participar en el joc col·lectiu de manera activa mostrant-se respectuós amb les normes i els companys.</i> <u>Bloc de continguts: Habilitats motrius</u> <ul style="list-style-type: none">- Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències individuals en el nivell de l'habilitat.- Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu. <u>Bloc de continguts: El joc</u> <ul style="list-style-type: none">- Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc.- Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús de temps lliure.		

ÀMBIT D'EDUCACIÓ EN VALORS

- Dimensió interpersonal:

Competència 5. Aplicar el diàleg com a eina d'entesa i participació en les relacions entre les persones.

Competència 6. Adoptar hàbits d'aprenentatge cooperatiu que promoguin el compromís personal i les actituds de convivència.

Desenvolupament de la sessió

Per començar la sessió es dediquen aproximadament 10 minuts per rebre als alumnes i presentar la unitat didàctica. Se'ls hi especifiquen els objectius generals i específics que es pretenen assolir, la metodologia que se segueix durant les diferents sessions i els criteris i instruments d'avaluació que s'aplicaran. D'aquesta manera els alumnes són conscients del que es vol aconseguir i poden fer una reflexió crítica de la seva pràctica.

Un cop coneixen l'estructura i organització de la unitat didàctica titulada "Reptes físics cooperatius" se'ls hi explica el funcionament pràctic de les sessions de resolució de reptes. En primer lloc es defineixen les funcions dels diferents **rols**:

- El secretari s'encarrega de llegir els reptes i d'omplir l'autoavaluació grupal.
- L'encarregat de material va a buscar el material que es necessita per resoldre el repte i té cura d'aquest.
- El moderador és qui regula els torns de paraula i intenta gestionar les discussions o conflictes que es puguin donar.
- L'encarregat d'ordre avisa al docent quan s'ha superat un repte perquè el validi i agafa una altra targeta de reptes.

En segon lloc, s'expliquen els passos a seguir per superar el repte:

1. L'encarregat d'ordre va a buscar una targeta, la qual conté un repte.
2. El secretari llegeix el repte a la resta de companys els cops que faci falta per tal que tots l'entenguin.

3. Es pensen possibles solucions individualment, es comparteixen i, entre tots, arriben a un acord conjunt.
4. L'encarregat de material va a buscar el que es necessita.
5. Es posen a la pràctica les diferents solucions plantejades per tal de trobar-ne la més eficaç.
6. S'avisava al docent un cop superat el repte per tal que el validi.
7. Es torna el material al seu lloc i es va a buscar una altra targeta.

Seguidament, durant els següents 10 minuts es formen els grups estables aleatoris a partir d'una dinàmica. Es reparteix un mocador i una targeta a cada alumne. Hi ha 4 targetes (del número 1 al 4, que són el nombre de membres del grup) de 5 colors diferents (cada color formarà un grup). Són les següents:



L'objectiu de la dinàmica proposada és aconseguir una targeta del número 4. Per fer-ho, es posen el mocador de cua i, de manera individual, han de perseguir a un company o companya. Els alumnes que tenen una targeta amb el número 1, 2 o 3 han d'atrapar a un company per intentar canviar la targeta. Quan l'han atrapat, entren en duel. El que aconsegueix treure la cua de l'altre abans decideix si es fa un intercanvi de targetes entre ells. Per exemple, si l'alumne que guanya el duel té una targeta del número 4 dirà que no la vol canviar. En canvi, si té el número 1 o 2, li interessarà canviar-la.

Passats uns minuts els nens i nenes s'agrupen segons el color de les targetes formant cinc grups de quatre alumnes cada un, els quals es mantindran estables durant tota la unitat didàctica. D'aquesta manera els grups que s'obtenen són totalment aleatoris i heterogenis, fomentant la diversitat entre ells.

Durant la següent mitja hora de la sessió es duu a terme la resolució de reptes físics cooperatius. Cada grup ha d'intentar resoldre el major nombre de reptes possible. Abans de començar es recorda que per assolir l'èxit és necessària la participació de tots i cada un dels membres del grup.

Es deixen un total de **sis reptes** del revés per tal que l'elecció d'aquest sigui aleatòria. Els reptes de la primera sessió es troben a l'*annex 2*.

El **rol del docent** és, a més de validar els reptes, donar suport i orientar als grups que necessiten més ajuda, però mai sense donar la resposta. Constantment dona feedback a tots els grups amb la finalitat d'incrementar la seva motivació i participació. En cas que es doni algun conflicte i entre ells no el resolguin, pot intervenir per millorar la comunicació i gestionar-lo de manera més eficient.

Posteriorment es fa una posada en comú sobre el funcionament de la sessió. En aquest espai els alumnes fan una petita reflexió i d'aquesta manera el docent pot conèixer les seves opinions i punts de vista per fer modificacions i/o ajustar les sessions posteriors.

S'estableix un diàleg amb els alumnes a partir del següent guió:

- Com ha anat la sessió?
- Us han agradat els reptes? Quin heu trobat més divertit/difícil?
- Heu treballat bé en grup? Heu pogut solucionar els conflictes i arribar a un acord conjunt?
- Què podeu millorar per la pròxima sessió?

Per concloure es realitzen dues autoavaluacions: una individual i una grupal. La finalitat d'aquestes és potenciar la capacitat de reflexió i anàlisi en relació amb l'actitud i la participació de cada alumne. L'**autoavaluació individual inicial** (*annex 6*) serveix al docent per tenir una evidència tant quantitativa com qualitativa del procés de millora. Per altra banda, l'**autoavaluació grupal** (*annex 8*) és una bona eina per explicitar amb la resta del grup com s'han sentit, quin ha estat el seu grau de participació, etc. Es completa durant les tres primeres sessions i, per tant, els mateixos alumnes poden veure l'evolució de la cohesió de grup i del nivell de participació i implicació.

Criteris d'avaluació

ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA

Criteri d'avaluació 7. *Participar i gaudir dels jocs i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes mostrant capacitat de modificar-les i crear-ne de noves.*

Criteri d'avaluació 8. *Actuar d'acord amb valors com l'esforç personal i la cooperació en els jocs i les pràctiques d'activitats físiques mostrant-se respectuos amb les normes i els companys.*

ÀMBIT EDUCACIÓ EN VALORS

Criteri d'avaluació 7. *Respectar les característiques dels altres i escoltar i respectar les seves opinions.*

Ítems d'avaluació

Durant les tres primeres sessions el docent segueix la mateixa **rúbrica d'avaluació formativa** amb la finalitat de veure l'evolució dels alumnes durant la resolució cooperativa dels reptes (*annex 5*).

Els alumnes realitzen una **autoavaluació grupal** durant les tres primeres sessions seguint la mateixa graella (*annex 8*) per tal de fer un seguiment de les millores assolides. D'aquesta manera els alumnes tenen un paper actiu i protagonista dins el procés d'avaluació, essent participants i conscients d'aquest.

Finalment, de manera individual, els alumnes realitzen una **autoavaluació inicial** (*annex 6*) per tal de poder-la comparar al final de la unitat didàctica. Aquesta serveix per analitzar i contrastar els aprenentatges i millores assolides durant les sessions.

SESSIÓ 2: REPTES FÍSICS COOPERATIUS II		
Temporització: 60 minuts	Espai: Gimnàs o pista	Agrupament: 5 grups de 4 alumnes
Objectius d'aprenentatge: <ul style="list-style-type: none">- Participar activament dins el grup.- Respectar les aportacions i opinions dels companys.- Gestionar els conflictes i arribar a una solució conjunta.		
Material: <ul style="list-style-type: none">- Plantilles dels Reptes II (<i>annex 3</i>).- Material necessari per a la resolució dels reptes.- Autoavaluació grupal (<i>annex 8</i>).		
Àmbits. Dimensions – Competències. Blocs de continguts - Continguts		
<u>ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA</u> <ul style="list-style-type: none">- Dimensió activitat física: <i>Competència 1. Resoldre situacions motrius de forma eficaç en la pràctica d'activitats físiques.</i>- Dimensió joc motor i temps de lleure: <i>Competència 7. Participar en el joc col·lectiu de manera activa mostrant-se respectuós amb les normes i els companys.</i> <u>Bloc de continguts: Habilitats motrius</u> <ul style="list-style-type: none">- Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències individuals en el nivell de l'habilitat.- Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu. <u>Bloc de continguts: El joc</u> <ul style="list-style-type: none">- Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc.- Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús de temps lliure.		

ÀMBIT D'EDUCACIÓ EN VALORS

- Dimensió interpersonal:

Competència 5. Aplicar el diàleg com a eina d'entesa i participació en les relacions entre les persones.

Competència 6. Adoptar hàbits d'aprenentatge cooperatiu que promoguin el compromís personal i les actituds de convivència.

Desenvolupament de la sessió

Per iniciar la sessió, durant els 10 primers minuts, es fa un **joc d'escalfament**, el qual ja han realitzat anteriorment per tal que no es perdi molt temps en explicar-lo. En aquest cas concret, el joc de la bomba.

Abans de començar amb la resolució dels reptes es fa un petit recordatori de la sessió anterior: objectius de la unitat didàctica, criteris d'avaluació, seqüència per a la resolució dels reptes, rols dins del grup, etc.

Es dediquen 35 minuts de la sessió per a resoldre els reptes amb el grup estable de quatre alumnes. Se segueix el mateix funcionament que la sessió anterior.

Els reptes de la segona sessió es troben a l'*annex 3*.

Per tornar a la calma es fa una posada en comú sobre el funcionament de la sessió. En aquest espai els alumnes poden reflexionar i explicitar com s'han sentit i què han après. S'estableix un diàleg amb els alumnes a partir del següent guió:

- Com ha anat la segona sessió?
- Us han agradat els reptes? Quin heu trobat més divertit/difícil?
- Heu treballat bé en grup? Heu pogut solucionar els petits conflictes i arribar a un acord conjunt?
- Hi ha hagut millores en relació amb la segona sessió?

Per concloure, cada grup completa l'autoavaluació grupal (*annex 8*) omplint la casella de la sessió 2.

Criteris d'avaluació

ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA

Criteri d'avaluació 7. *Participar i gaudir dels jocs i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes mostrant capacitat de modificar-les i crear-ne de noves.*

Criteri d'avaluació 8. *Actuar d'acord amb valors com l'esforç personal i la cooperació en els jocs i les pràctiques d'activitats físiques mostrant-se respectuosos amb les normes i els companys.*

ÀMBIT EDUCACIÓ EN VALORS

Criteri d'avaluació 7. *Respectar les característiques dels altres i escoltar i respectar les seves opinions.*

Ítems d'avaluació

Durant les tres primeres sessions el docent segueix la mateixa **rúbrica d'avaluació formativa** amb la finalitat de veure l'evolució dels alumnes durant la resolució cooperativa dels reptes (*annex 5*).

Els alumnes realitzen una **autoavaluació grupal** durant les tres primeres sessions seguint la mateixa graella (*annex 8*) per tal de fer un seguiment de les millores assolides. D'aquesta manera els alumnes tenen un paper actiu i protagonista dins el procés d'avaluació, essent participants i conscients d'aquest.

SESSIÓ 3: REPTES FÍSICS COOPERATIUS III		
Temporització: 60 minuts	Espai: Gimnàs o pista	Agrupament: 5 grups de 4 alumnes
<p>Objectius d'aprenentatge:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participar activament dins el grup. - Respectar les aportacions i opinions dels companys. - Gestionar els conflictes i arribar a una solució conjunta. 		
<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Plantilles dels Reptes III (<i>annex 4</i>). - Material necessari per a la resolució dels reptes. - Autoavaluació grupal (<i>annex 8</i>). 		
Àmbits. Dimensions – Competències. Blocs de continguts - Continguts		
<p><u>ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dimensió activitat física: <i>Competència 1. Resoldre situacions motrius de forma eficaça en la pràctica d'activitats físiques.</i> - Dimensió joc motor i temps de lleure: <i>Competència 7. Participar en el joc col·lectiu de manera activa mostrant-se respectuós amb les normes i els companys.</i> <p><u>Bloc de continguts: Habilitats motrius</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències individuals en el nivell de l'habilitat. - Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu. <p><u>Bloc de continguts: El joc</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc. - Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús de temps lliure. 		

ÀMBIT D'EDUCACIÓ EN VALORS

- Dimensió interpersonal:

Competència 5. Aplicar el diàleg com a eina d'entesa i participació en les relacions entre les persones.

Competència 6. Adoptar hàbits d'aprenentatge cooperatiu que promoguin el compromís personal i les actituds de convivència.

Desenvolupament de la sessió

Per iniciar la sessió, durant els 10 primers minuts, es fa un joc d'escalfament, el qual ja han realitzat anteriorment per tal que no es perdi molt temps en qüestions organitzatives. En aquest cas concret, el joc del llop i la gallina.

Abans de començar amb la resolució dels reptes es torna a fer un petit recordatori de les dues sessions anteriors: objectius de la unitat didàctica, criteris d'avaluació, seqüència per a la resolució dels reptes, rols dins del grup, etc.

Es dediquen 35 minuts de la sessió per a resoldre els reptes físics cooperatius amb el grup estable de quatre alumnes. Se segueix el mateix funcionament que les dues sessions anteriors.

Els reptes de la tercera sessió es troben a l'*annex 4*.

Per tornar a la calma es realitza una posada en comú sobre el funcionament de la sessió. En aquest espai els alumnes poden reflexionar i explicitar com s'han sentit i què han après al llarg de les tres sessions, així com comparar l'evolució del treball en grup. D'aquesta manera el docent pot conèixer la visió dels alumnes per tal de poder-la contrastar amb les evidències recollides a través de la rúbrica d'avaluació.

S'estableix un diàleg amb els alumnes a partir del següent guió:

- Com ha anat la tercera sessió?
- Us han agradat els reptes d'avui? Quin heu trobat més divertit/difícil?
- Heu treballat bé en grup? Hi ha hagut algun conflicte? Com l'heu solucionat?

- Creieu que el vostre grup ha treballat millor passades les tres sessions?

Per concloure, cada grup completa l'autoavaluació grupal (*annex 8*) omplint la casella de la sessió 3.

Criteris d'avaluació

ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA

Criteri d'avaluació 7. *Participar i gaudir dels jocs i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes mostrant capacitat de modificar-les i crear-ne de noves.*

Criteri d'avaluació 8. *Actuar d'acord amb valors com l'esforç personal i la cooperació en els jocs i les pràctiques d'activitats físiques mostrant-se respectuosos amb les normes i els companys.*

ÀMBIT EDUCACIÓ EN VALORS

Criteri d'avaluació 7. *Respectar les característiques dels altres i escoltar i respectar les seves opinions.*

Ítems d'avaluació

Durant les tres primeres sessions el docent segueix la mateixa **rúbrica d'avaluació formativa** amb la finalitat de veure l'evolució dels alumnes durant la resolució cooperativa dels reptes (*annex 5*).

Els alumnes realitzen una **autoavaluació grupal** durant les tres primeres sessions seguint la mateixa graella (*annex 8*) per tal de fer un seguiment de les millores assolides.

SESSIÓ 4: DISSENYEM ELS NOSTRES REPTES		
Temporització: 60 minuts	Espai: Gimnàs o pista	Agrupament: 5 grups de 4 alumnes
<p>Objectius d'aprenentatge:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participar activament dins el grup. - Respectar les aportacions i opinions dels companys. - Gestionar els conflictes i arribar a una solució conjunta. 		
<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Plantilla de disseny dels reptes (<i>annex 9</i>). - Ordinadors. 		
Àmbits. Dimensions – Competències. Blocs de continguts - Continguts		
<p><u>ÀMBIT D'EDUCACIÓ EN VALORS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dimensió interpersonal: <p><i>Competència 5. Aplicar el diàleg com a eina d'entesa i participació en les relacions entre les persones.</i></p> <p><i>Competència 6. Adoptar hàbits d'aprenentatge cooperatiu que promoguin el compromís personal i les actituds de convivència.</i></p> <p><i>Continguts clau:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -Autoregulació de la conducta. -Estratègies de mediació i gestió positiva de conflictes. 		
Desenvolupament de la sessió		
<p>Per iniciar la sessió es fa un petit recordatori de la unitat didàctica amb l'objectiu d'ubicar als alumnes: objectius, avaluació, etc. Aquest recordatori inclou una petita reflexió sobre les millores aconseguides a través del treball cooperatiu, influint positivament en el vincle i la cohesió de grup.</p> <p>Posteriorment s'explica el desenvolupament l'activitat a realitzar: la creació d'un repte físic cooperatiu en grup partint de la plantilla proposada (<i>annex 8</i>).</p>		

Es dediquen uns 45 minuts per al disseny del repte en format digital (recurs TAC). Cada grup compta amb una plantilla per a la creació del repte en format digital. Per començar, entre tots, han de discutir i decidir el repte, incloent-hi el títol, la descripció, el material i les normes a seguir. Un cop han arribat a un acord, fan un esbós de la creació del repte en un full. Quan el docent l'ha revisat el poden passar en format digital.

Incloent aquest recurs TAC els alumnes poden tenir un contacte més proper amb les noves tecnologies, manipulant les eines bàsiques d'un document de text, les quals estan treballant actualment a l'aula. Això els proporciona més facilitat a l'hora d'utilitzar recursos digitals per treballar de manera més eficaç i ràpida.

Per concloure, s'estableix una conversa amb els alumnes per conèixer la seva opinió, les estratègies que han utilitzat, el que han après, amb quines dificultats s'han trobat, etc.

Criteris d'avaluació

ÀMBIT EDUCACIÓ EN VALORS

Criteri d'avaluació 7. Respectar les característiques dels altres i escoltar i respectar les seves opinions.

SESSIÓ 5: PROVEM ELS REPTES DELS COMPANYS		
Temporització: 60 minuts	Espai: Gimnàs o pista	Agrupament: 5 grups de 4 alumnes
<p>Objectius d'aprenentatge:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participar activament dins el grup. - Respectar les aportacions i opinions dels companys. - Gestionar els conflictes i arribar a una solució conjunta. 		
<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Plantilles dels reptes cooperatius creats pels alumnes. - Material necessari per a la resolució dels reptes. 		
Àmbits. Dimensions – Competències. Blocs de continguts - Continguts		
<p><u>ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dimensió activitat física: <i>Competència 1. Resoldre situacions motrius de forma eficaç en la pràctica d'activitats físiques.</i> - Dimensió joc motor i temps de lleure: <i>Competència 7. Participar en el joc col·lectiu de manera activa mostrant-se respectuós amb les normes i els companys.</i> <p><u>Bloc de continguts: Habilitats motrius</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Disposició a participar en activitats diverses, acceptant les diferències individuals en el nivell de l'habilitat. - Apreciació de l'esforç en les activitats físiques, tant individual com col·lectiu. <p><u>Bloc de continguts: El joc</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Comprensió i respecte de les normes i valoració de les persones que participen en el joc. - Valoració del joc com a mitjà de relació, de divertiment i d'ús de temps lliure. 		

ÀMBIT D'EDUCACIÓ EN VALORS

- Dimensió interpersonal:

Competència 5. Aplicar el diàleg com a eina d'entesa i participació en les relacions entre les persones.

Competència 6. Adoptar hàbits d'aprenentatge cooperatiu que promoguin el compromís personal i les actituds de convivència.

Desenvolupament de la sessió

Per iniciar la sessió es fa un joc d'escalfament, el qual ja han realitzat anteriorment per tal que no es perdi molt temps en explicar-lo. Té una durada aproximada de 10 minuts i, en aquest cas concret, és el joc del cementiri.

Abans de començar amb la resolució dels reptes es torna a fer un petit recordatori de les pautes d'execució que s'han de seguir i dels rols de cada membre.

Durant els següents 35 minuts cada grup resol els reptes físics cooperatius dissenyats pels companys.

Per acabar la sessió es fa una posada en comú amb tots els alumnes. Cada grup exposa la seva opinió en relació amb els reptes dissenyats pels companys dient què els hi ha agradat més, què canviarien o afegirien, etc. Posteriorment els grups mencionen les diferents solucions que han trobat per resoldre cada repte cooperatiu. D'aquesta manera es duu a terme una coavaluació de manera oral entre tots els grups per tal d'enriquir-se mútuament.

En aquesta conversa el docent no té un paper protagonista, únicament gestiona els torns de paraula i estableix un ordre a seguir a l'hora de donar les propostes de millora de cada grup.

Criteris d'avaluació

ÀMBIT DE L'EDUCACIÓ FÍSICA

-Criteri d'avaluació 7. *Participar i gaudir dels jocs i les activitats físiques amb coneixement i respecte de les normes mostrant capacitat de modificar-les i crear-ne de noves.*

-Criteri d'avaluació 8. *Actuar d'acord amb valors com l'esforç personal i la cooperació en els jocs i les pràctiques d'activitats físiques mostrant-se respectuos amb les normes i els companys.*

ÀMBIT EDUCACIÓ EN VALORS

-Criteri d'avaluació 7. *Respectar les característiques dels altres i escoltar i respectar les seves opinions.*

SESSIÓ 6: AVALUEM LA UNITAT DIDÀCTICA		
Temporització: 60 minuts	Espai: Gimnàs o pista	Agrupament: 5 grups de 4 alumnes
<p>Objectius d'aprenentatge:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participar activament en la reflexió grupal. - Respectar les aportacions i opinions dels companys. 		
<p>Material:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Fitxa d'autoavaluació individual final (<i>annex 7</i>). 		
Àmbits. Dimensions – Competències. Blocs de continguts - Continguts		
<p><u>ÀMBIT D'EDUCACIÓ EN VALORS</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Dimensió interpersonal: <p><i>Competència 5. Aplicar el diàleg com a eina d'entesa i participació en les relacions entre les persones.</i></p>		
Desenvolupament de la sessió		
<p>La darrera sessió de la unitat didàctica té una durada de 30 minuts aproximadament i es duu a terme a l'aula ordinària. Per concloure la unitat didàctica es realitza un breu repàs del que s'ha anat treballant al llarg de les sessions a través del treball cooperatiu. Es segueix la següent dinàmica:</p> <p>Cada grup respon dues de les preguntes plantejades i posteriorment els altres grups les completen fent més aportacions per acabar de fer la síntesi i donar la seva opinió i/o contrastar-la.</p> <p>Es deixen uns 5 minuts per tal que els membres del grup consensuin les respostes de les preguntes i escullin un portaveu per exposar-les davant la resta de companys. A través d'aquestes preguntes es pretén fer una síntesi i reflexió dels continguts treballats i, a més, avaluar l'assoliment dels objectius.</p>		

Es formulen les següents preguntes:

Grup 1	<ul style="list-style-type: none"> - Què heu après durant totes aquestes sessions? - Què heu fet quan us heu trobat davant d'un conflicte?
Grup 2	<ul style="list-style-type: none"> - Quina estratègia fèieu servir per decidir quina aportació era la més eficaç per resoldre el repte? - Què fèieu quan no trobàveu la solució als reptes?
Grup 3	<ul style="list-style-type: none"> - Com us heu sentit davant els reptes? Quins us han agradat més? - Quines qualitats positives teniu individualment? I com a grup?
Grup 4	<ul style="list-style-type: none"> - Quines qualitats heu de millorar de manera individual? I com a grup? - Què heu descobert dels vostres companys que no sabíeu?
Grup 5	<ul style="list-style-type: none"> - Penseu que individualment hauríeu arribat a les mateixes conclusions que de manera grupal? - Què canviaríeu de les sessions realitzades o dels reptes en concret?

Finalment, els alumnes realitzen l'**autoavaluació individual final** (*annex 7*) per tal de donar la seva visió de la unitat didàctica. Aquest instrument d'avaluació és de gran utilitat pel docent, ja que pot veure de manera explícita l'evolució i el procés d'aprenentatge de cada alumne.

Criteris d'avaluació

ÀMBIT EDUCACIÓ EN VALORS

Criteri d'avaluació 7. Respectar les característiques dels altres i escoltar i respectar les seves opinions.

Ítems d'avaluació

Autoavaluació individual final (*annex 7*).

Annex 2. Reptes físics cooperatius I

Matemàtiques cooperatives

Heu de resoldre un problema. Heu de construir entre tots una figura, però primer heu de saber que per cada *peu* que estigui tocant a terra us donaré **3 punts**, i per cada *mà* **1 punt**. Si es recolza qualsevol altra part del cos a terra la puntuació que obtindreu serà de 9 punts.

Una vegada que ja coneixeu les puntuacions us proposo el següent repte:

Heu de construir una figura que sumi com a màxim 8 punts.

Ànims, segur que ho aconsegiu!

A collection of hand-drawn numbers in various colors (pink, blue, orange) arranged in two rows: 2, 7, 6, 5 on the top row and 5, 9, 2, 3 on the bottom row.

La volta al món I

Heu anat de viatge. Heu quedat amb un amic per ensenyar-li les fotos del viatge però les heu perdut. Les heu de recuperar però només teniu una opció: representar-les. Com?

Amb tots els membres del grup heu de construir:

1. **Taj Mahal (Índia).**
2. **Arc del Triomf (França).**
3. **La Torre de Pisa (Itàlia).**
4. **David de Miquel Angel (Itàlia).**
5. **Stonehenge (Anglaterra).**

A grid of five small photographs showing the Taj Mahal, Stonehenge, the Arc del Triomf, the Torre de Pisa, and the statue of David.

Els angelets

Avui la corona d'un àngel (cèrcol) ha caigut del cel al pati de l'escola. Heu d'aconseguir posar-vos la corona TOTS a la vegada per sobre el vostre cap. Heu de saber un cosa molt important: està prohibitíssim tocar la corona amb les mans o amb els braços ja que si no perdrà totes les seves propietats.

Normes: Si en algun moment toqueu la corona amb els braços o les mans heu de tornar a començar.

Material: 1 cercol.



La pilota encantada

Sou molt hàbils amb una pilota de futbol? Si oi? Doncs a veure si resoleu aquest repte...

Heu d'**elevant la pilota des del terra** i tocar-la **tots** els companys del grup abans que torni a tocar al terra.

Normes: Com que és una pilota de futbol no la podeu tocar amb les mans ni braços.

Material: 1 pilota.



El llac de cocodrils

Estem en un llac de la selva i hem de travessar el riu per arribar a casa. Per seguretat, heu d'estar lligats tots junts amb una corda per la cintura. No podeu tocar l'aigua perquè hi ha cocodrils! Només podeu passar per sobre les roques (maons).

Material: 1 corda i 3 maons (o 3 fulls de diari).

Normes: Si un membre del grup toca a terra haureu de tornar a començar.



El monstre

Esteu al bosc sols, no hi ha ningú més que vosaltres. De cop i volta, veieu una ombra. És el monstre que menja peus.

Per superar el repte heu de travessar el gimnàs (o la pista) recolzant únicament 3 peus.

Normes:

1. Heu de travessar tots junts.
2. Només poden tocar 3 peus a terra.



Annex 3. Reptes físics cooperatius II

Per sota de la corda

Totes les persones del grup heu de passar per sota de la corda, de **3 maneres diferents**: arrossegant-se, de quatre potes i dempeus.

Normes:

1. Ningú de l'equip pot tocar la corda amb les mans.

Material:
Una corda



Som inseparables

Us heu de posar tots els de l'equip dins del cercle i fer una volta a la pista, sense que el cercle caigui a terra.

Normes:

1. No es pot tocar el cercle amb les mans, en cap moment.
2. Si el cercle cau a terra, heu de tornar a començar.

Material:
Un cercle



Transportem l'escultura

Un grup d'amics, de tornada a casa, es va trobar una peça de l'escultura del seu poble (cèrcol). Volen posar-la una altra vegada al seu lloc. Els ajudeu?

Normes:

1. Tots els membres del grup han de tocar a terra amb 3 parts del cos.
2. Tots han de tocar el cercol.
3. La distància a recórrer serà de mitja pista.

Material:

Un cercol



La remuntada

Som un equip de bàsquet que juguem la final de la NBA. Anem perdent 90-99 i hem d'aconseguir 10 punts per guanyar.

Normes:

1. Cada membre del grup quan llança la pilota ha d'estar a 4 metres del que subjecta el cercol.
2. Com a mínim cada membre ha de fer una cistella.
3. Quan un jugador llança ha d'anar a buscar la pilota.

Material:

Un cercol i una pilota.



El segrest

Un lladre ens ha segrestat i ens ha lligat les mans i els peus.
Per escapar-nos hem d'arribar a l'altra punta de la pista.

Normes:

1. Tots els components han d'estar lligats junts de mans i peus.
2. Si algú cau al terra es torna a començar .
3. Si una corda es deslliga es torna a començar .

Material:

2 cordes per component del grup.



Transportem un amic

Un membre del nostre equip s'ha fet mal i l'hem de transportar a l'hospital.

L'hospital està a **5 metres**.

Normes:

1. El lesionat no pot tocar al terra.
2. Tots els components del grup han d'estar tocant al lesionat.
3. No podeu tenir les plantes dels peus a terra.



Annex 4. Reptes físics cooperatius III

La bomba

Sou uns espies que heu de desactivar una bomba (pilota) per salvar tota la ciutat. Per desactivar-la heu d'aconseguir realitzar **25 passades** en un màxim de **2 minuts**.

Normes:

1. Si la bomba toca a terra es torna a començar.
2. Cada membre del grup ha de realitzar mínim 3 passades.
3. La bomba s'ha de llençar per passar-la al company.
4. Hi ha d'haver una separació entre companys de 2 metres.



Les lletres dels alumnes

Hi havia una vegada, una professora que volia ensenyar a escriure als seus alumnes perquè no en sabien. Els alumnes van aprendre a fer lletres amb cordes. Van aprendre a fer la lletra **Z**, la **B** i la **P**.

Vosaltres també ho sabríeu fer?

Normes:

1. Cada corda és una lletra.
2. No podeu tocar la corda amb les mans.
3. Tothom ha d'estar tocant la corda mentre construeix la lletra.



Vigila que és tòxic

Teniu tot aquest material, que és tòxic i no es pot tocar entre ell ja que si no explotarà. Per desactivar la toxicitat heu d'aconseguir que el material durant 5 segons no toqui el terra. Només d'aquesta manera haureu superat el repte!

Disposeu del material següent: 1 màrfega, 5 cercles, 6 pilotes petites i 3 de grans, 4 cordes i 3 cons.

Normes:

1. El material no pot tocar el terra.
2. El material no es pot tocar entre ell.
3. S'ha de mantenir durant 5 segons.



Girar la truita

Tots els membres del grup esteu a sobre d'aquest matalàs. Heu d'aconseguir girar-lo sense tocar al terra en cap moment.

Normes:

1. No es pot tocar el terra en cap moment.

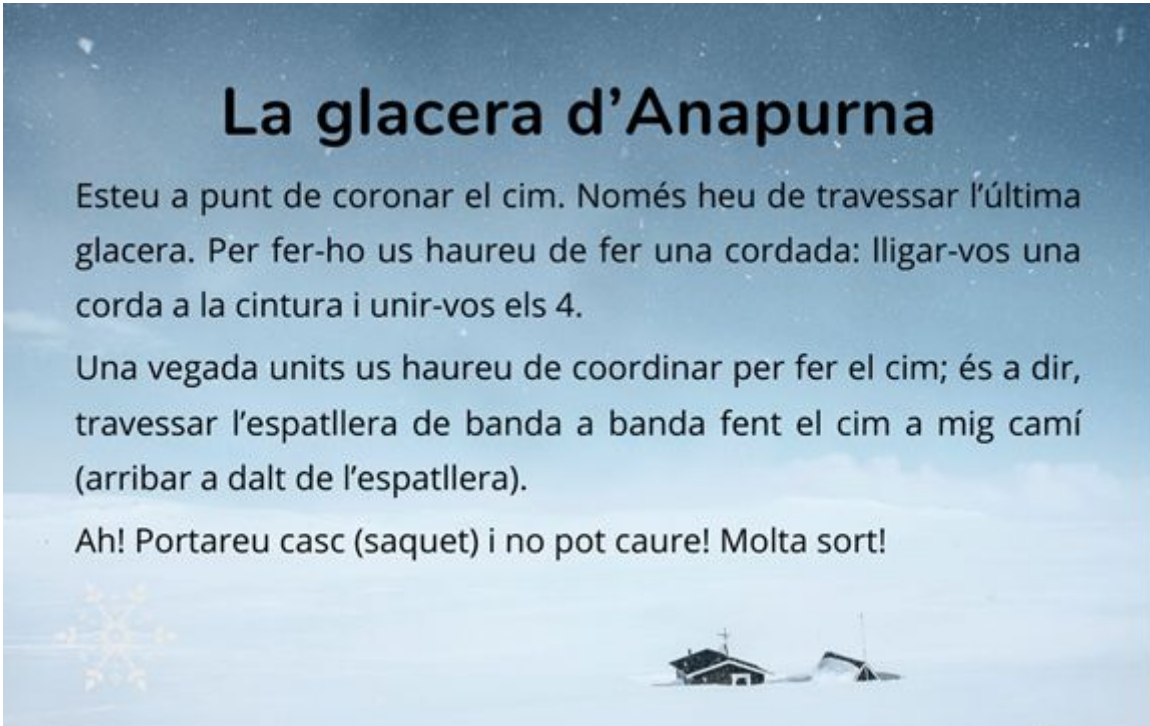


La glacera d'Anapurna

Esteu a punt de coronar el cim. Només heu de travessar l'última glacera. Per fer-ho us haureu de fer una cordada: lligar-vos una corda a la cintura i unir-vos els 4.

Una vegada units us haureu de coordinar per fer el cim; és a dir, travessar l'espatllera de banda a banda fent el cim a mig camí (arribar a dalt de l'espatllera).

Ah! Portareu casc (saquet) i no pot caure! Molta sort!



Les lletres

El pare de'n Joan vol que aprengui a escriure, però d'una manera divertida. Per superar aquest repte heu de fer paraules amb el vostre cos! Cada membre del grup representarà una lletra. Heu de fer 4 paraules!

En deixem una d'exemple:

LOVE

Normes: Han de participar tots els membres del grup.



Annex 5. Rúbrica d'avaluació formativa del docent

Rúbrica d'avaluació formativa			
Alumne:		Número sessió:	
DIMENSÍO ACTIVITAT FÍSICA			
	NOVELL	AVANÇAT	EXPERT
Competència 1	Mostra una actitud positiva participant en la resolució dels reptes.	Té interès per superar les dificultats motrius en què es troba.	Mostra seguretat per afrontar nous reptes.
	Resol motriument els problemes que se li plantegen.	Busca diferents solucions per resoldre els reptes que se li presenten.	Aplica el pensament creatiu a la cerca de respostes als reptes que se li presenten. Proposa diferents alternatives de solució que se li plantegen.
	És capaç de valorar el treball propi.	Sap avaluar el treball propi i el dels companys i companyes.	Utilitza l'autoregulació a partir d'encerts i errors en les seves actuacions.
DIMENSÍO JOC MOTOR I TEMPS DE LLEURE			
Competència 7	És respectuós amb les normes.	És respectuós amb les normes i els companys.	Vetlla perquè tothom compleixi les normes dels reptes.
	Accepta de manera positiva la superació o no superació d'un repte.	Felicita els companys i companyes quan s'ha superat un repte i els anima quan hi ha dificultats per assolir-lo.	Valora la feina ben feta i identifica els errors que han provocat la superació o no d'un repte.
	Sap entomar un problema o conflicte de manera guiada.	És capaç de resoldre conflictes sense ajut de l'adult.	Mostra capacitat per mediar en un conflicte tot aplicant les estratègies treballades. Utilitza les estratègies treballades per gestionar les pròpies emocions i resoldre conflictes. Identifica les seves capacitats i limitacions a l'hora de resoldre conflictes.
	Reconeix i explica el problema o conflicte.	Escolta les opinions dels altres i sap posar-se en el seu lloc.	
	Fa propostes per solucionar el conflicte.	És conscient de les pròpies emocions.	
	Sap escoltar els companys.	Sap acceptar els propis errors.	
	Té en compte les necessitats físiques i emocionals dels altres.	És conscient de les conseqüències dels seus actes i paraules.	
Expressa les seves emocions i les sap verbalitzar.	Accepta les diferències individuals.		
Utilitza les estratègies treballades per afrontar els problemes.	Mostra respecte per les opinions dels altres. Proposa iniciatives de millora.		

*Instrument d'avaluació estret de Cañabate, Casals, Guijosa i Vila (2018).

Annex 6. Autoavaluació individual inicial

Reptes físics cooperatius

Com t'has sentit fent els reptes físics cooperatius?

Escriu tres coses que creus que has fet molt bé:

1.
2.
3.

Escriu tres coses que creus que hauries de millorar:

1.
2.
3.

Quina puntuació et posaries? (de l'1 al 10)

Quina puntuació li posaries al teu grup? (de l'1 al 10)



**Instrument d'avaluació estret de Cañabate, Casals, Guijosa i Vila (2018).*

Annex 7. Autoavaluació individual final

Reptes físics cooperatius

Què has après?

Com t'has sentit fent els reptes físics cooperatius?

Escriu tres coses que creus que has fet molt bé:


1.
2.
3.

Escriu tres coses que creus que hauries de millorar:

1.
2.
3.

Quina puntuació et posaries? (de l'1 al 10)

Quina puntuació li posaries al teu grup? (de l'1 al 10)



**Instrument d'avaluació estret de Cañabate, Casals, Guijosa i Vila (2018).*

Annex 8. Rúbrica d'autoavaluació grupal

OBJECTIUS	Alumne 1			Alumne 2			Alumne 3			Alumne 4		
	Sessió			Sessió			Sessió			Sessió		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
He participat activament.												
He aportat idees per superar el repte.												
He escoltat les propostes dels companys.												
He respectat el torn de paraula.												
He ajudat als companys a superar el repte.												
He animat i no he criticat.												

**Instrument d'avaluació estret de Cañabate, Casals, Guijosa i Vila (2018).*

Annex 9. Plantilla pel disseny dels reptes físics cooperatius

<h1>Creem el nostre repte cooperatiu</h1>
Membres del grup:
TÍTOL DEL REPTE: _____
Explicació:
Material:
Normes:

* Elaboració pròpia.