

Trabajo en equipo y objetivos compartidos

Educación Física | Deporte

Descripción del Curso

Este curso de la asignatura Deporte, dirigido a estudiantes de 13 a 14 años, propone una experiencia educativa integral que combina desarrollo físico, habilidades sociales y pensamiento crítico. La Unidad 5, Reflexión individual y grupal sobre el rendimiento del equipo, cierra el ciclo formativo con un enfoque formativo centrado en la autocrítica, la cooperación y la mejora continua. A través de la reflexión individual y del trabajo en equipo, los estudiantes identificarán fortalezas y áreas de mejora para alcanzar objetivos compartidos y diseñarán planes de acción para el crecimiento sostenido del equipo. Entre los objetivos específicos se encuentran: 1) Realizar autoevaluación y coevaluación para identificar fortalezas y debilidades del equipo y de cada miembro; 2) Elaborar un plan de acción con objetivos de mejora y pasos prácticos para la siguiente práctica o competición; 3) Comunicar de forma constructiva hallazgos y compromisos para fortalecer la cooperación y el rendimiento del equipo. El curso favorece prácticas de retroalimentación, comunicación respetuosa y toma de decisiones en equipo, promoviendo la responsabilidad, la ética deportiva y la convivencia positiva. Se busca que los estudiantes apliquen lo aprendido en situaciones reales de práctica y competición, adaptándose a diferentes contextos y disciplinas deportivas, y que cada persona aporte al bienestar y progreso del grupo. Esta unidad integra componentes de evaluación formativa y acuerdos de compromiso para avanzar hacia metas comunes y fomentar un aprendizaje que trascienda la clase.

Competencias

- Pensamiento crítico y metacognitivo para la autoevaluación y coevaluación, identificando fortalezas, debilidades y oportunidades de mejora.
- Comunicación asertiva y feedback constructivo para comunicar hallazgos y compromisos con respeto y claridad.
- Trabajo en equipo, colaboración y resolución de conflictos para lograr objetivos compartidos y una cohesión efectiva.
- Planificación y gestión de planes de acción para la mejora continua en prácticas y competiciones.
- Aplicación de conocimientos y habilidades deportivas en contextos reales, desarrollo de responsabilidad y ética deportiva.

Requerimientos

- Asistencia regular a clases teóricas y prácticas de deporte.
- Participación activa en ejercicios de autoevaluación y coevaluación.
- Elaboración y seguimiento de un plan de acción con objetivos de mejora y pasos prácticos.
- Comunicación constructiva de hallazgos, compromisos y acuerdos de mejora dentro del equipo.

- Uso de herramientas de registro y reflexión (diarios de equipo, rúbricas, cuestionarios) para documentar progreso.
- Respeto, cooperación y actitud proactiva para fortalecimiento de la cohesión del grupo.

Unidades del Curso

Unidad 1: Unidad 1: Establecimiento de acuerdos y objetivos compartidos

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar roles y responsabilidades dentro del equipo y explicar por qué son necesarios para un rendimiento coordinado.
- Elaborar normas de convivencia y comunicación que faciliten la colaboración durante las prácticas y competencias.
- Definir objetivos SMART para una actividad deportiva y justificar su impacto en el rendimiento del equipo.

Contenidos Temáticos

1. Definición de objetivos y normas de equipo

Descripción corta: Se explorarán conceptos de objetivos SMART y normas de conducta que guían la interacción y el rendimiento del equipo durante la práctica.

2. Roles y responsabilidades en el equipo

Descripción corta: Se identificarán roles típicos (líder, comunicador, ejecutor, apoyo) y se asignarán responsabilidades para cada miembro.

3. Práctica de acuerdos y evaluación de impacto

Descripción corta: Se simularán acuerdos en una situación de juego y se evaluará cómo afectan al rendimiento y a la cohesión del grupo.

Actividades

- **Actividad: Taller de acuerdos y normas** – Los equipos discuten y acuerdan normas de convivencia y comunicación. Puntos clave: establecer reglas claras, consenso entre todos, registro de acuerdos. Aprendizajes: comprensión de la importancia de normas compartidas para un rendimiento estable.
- **Actividad: Mapa de roles en equipo** – Se asignan roles dentro del equipo y se explicitan responsabilidades. Puntos clave: claridad de funciones, facilitar la cooperación. Aprendizajes: cada miembro conoce su función y cómo contribuye al objetivo común.
- **Actividad: Definición de objetivos SMART** – El equipo formula objetivos específicos, medibles, alcanzables, relevantes y con plazo. Puntos clave: medición del progreso, motivación. Aprendizajes: saber traducir metas en acciones concretas.
- **Actividad: Simulación de acuerdos en juego** – Se aplica un conjunto de acuerdos en una práctica simulada y se observa el impacto en el rendimiento y la comunicación. Puntos clave: prueba de acuerdos, ajustes necesarios.

Aprendizajes: la práctica de acuerdos mejora la coordinación y reduce ambigüedades.

Evaluación

- Observación de la participación y calidad de los acuerdos propuestos por el equipo (claridad, alcance y coherencia con la práctica).
- Rúbrica de objetivos SMART y su justificación en relación con el rendimiento del grupo.
- Portafolio corto con el registro de acuerdos, roles asignados y reflexión sobre el impacto en la práctica.

Unidad 2: Unidad 2: Colaboración eficaz y comunicación en actividades deportivas

Objetivos de Aprendizaje

- Practicar comunicación clara y escucha activa para facilitar la coordinación entre miembros del equipo durante prácticas y juegos.
- Desarrollar habilidades para ajustar estrategias de juego en función de las circunstancias del encuentro.
- Promover la cohesión grupal manteniendo la motivación y el rendimiento bajo presión.

Contenidos Temáticos

1. Comunicación eficaz en el deporte

Descripción corta: técnicas para transmitir ideas de forma concisa y entender las señales del equipo, incluyendo lenguaje verbal y no verbal.

2. Escucha activa y feedback

Descripción corta: prácticas para escuchar a los compañeros, aceptar feedback y responder de forma constructiva.

3. Ajuste de estrategias en tiempo real

Descripción corta: toma de decisiones rápidas basadas en información del juego y rango de opciones disponibles.

Actividades

- **Actividad: Juego de señales y palabras clave** – Se utilizan señales breves para coordinar acciones durante un mini-partido. Puntos clave: claridad de mensajes, sincronización. Aprendizajes: mejora la rapidez de respuesta y reduce malentendidos.
- **Actividad: Rondas de feedback estructurado** – Después de cada intervención, se aporta feedback específico y constructivo entre compañeros. Puntos clave: lenguaje respetuoso, foco en comportamientos observables. Aprendizajes: mejor aceptación del feedback y mejoras en comunicación.
- **Actividad: Partidos con ajustes de estrategia** – El equipo prueba cambios tácticos en medio de un juego, evaluando su impacto. Puntos clave: adaptabilidad, respaldo en datos. Aprendizajes: capacidad de cambiar de plan sin perder cohesión.

- **Actividad: Debrief grupal** – Análisis del desempeño, identificación de aciertos y áreas de mejora en comunicación y cooperación. Aprendizajes: reflexión y planes de acción para la siguiente práctica.

Evaluación

- Observación de la comunicación durante las prácticas, con énfasis en claridad verbal, lectura de señales no verbales y respuestas a feedback.
- Rúbrica de cooperación y ajuste de estrategias; registro de decisiones tomadas en juego y su resultado.
- Autoevaluación y coevaluación sobre la calidad de la escucha, la participación y la capacidad de adaptar estrategias.

Unidad 3: Unidad 3: Comunicación verbal y no verbal para coordinar acciones

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar señales no verbales útiles para coordinar movimientos y jugadas.
- Utilizar estrategias de comunicación verbal y no verbal en distintos escenarios de juego.
- Gestionar conflictos y aclarar malentendidos a través de la comunicación.

Contenidos Temáticos

1. Comunicación verbal efectiva

Descripción corta: uso de frases cortas, tono adecuado y claridad en las instrucciones para evitar confusiones.

2. Comunicación no verbal

Descripción corta: señales, gestos, mirada y postura para coordinar acciones sin palabras cuando sea necesario.

3. Gestión de conflictos y resolución de malentendidos

Descripción corta: herramientas para resolver diferencias de forma respetuosa y buscar soluciones rápidas durante el juego.

Actividades

- **Actividad: Simulación de conflicto y solución** – Role play para practicar frases y gestos que desarmen tensiones y aclaren dudas. Puntos clave: lenguaje respetuoso, escucha activa. Aprendizajes: mayor capacidad para prevenir o resolver conflictos en el juego.
- **Actividad: Juego con señales no verbales** – Práctica de coordinación usando solamente señales no verbales en ciertas fases del juego. Puntos clave: claridad de signos, interpretación confiable. Aprendizajes: mejora de la precisión de las acciones sin depender del habla.
- **Actividad: Diálogos de coordinación** – Conversaciones cortas entre pares para planificar movimientos y confirmar indicaciones antes de cada jugada. Aprendizajes: cohesión y coordinación previa a la acción.

- **Actividad: Debrief y aprendizaje compartido** – Revisión de ejemplos de comunicación efectiva e inefectiva, con propuestas de mejora para la próxima sesión. Aprendizajes: consolidación de buenas prácticas y reducción de malentendidos.

Evaluación

- Observación de la claridad de la comunicación verbal y la interpretación de señales no verbales durante el juego.
- Rúbrica de comunicación y manejo de conflictos, con ejemplos de situaciones resueltas de forma constructiva.
- Autoevaluación y coevaluación sobre la coordinación y reducción de malentendidos.

Unidad 4: Unidad 4: Resolución de problemas y toma de decisiones en equipo

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar problemas comunes que surgen durante el juego y proponer soluciones viables.
- Desarrollar un proceso de toma de decisiones en equipo utilizando criterios simples y de consenso.
- Aplicar las reglas y medidas de seguridad al tomar decisiones para proteger a todos los participantes.

Contenidos Temáticos

1. Toma de decisiones en equipo

Descripción corta: métodos simples para decidir en equipo (consenso, votación, voto cualificado) y cuándo utilizarlos.

2. Resolución de problemas y conflictos en el juego

Descripción corta: identificación de problemas, generación de soluciones y evaluación de alternativas.

3. Seguridad y reglas en la toma de decisiones

Descripción corta: cómo incorporar normas de seguridad y reglamentación para evitar riesgos y lesiones.

Actividades

- **Actividad: Casos de decisión rápida** – El equipo discute y decide rápidamente ante escenarios de juego presentados por el docente. Puntos clave: criterios de decisión, consenso. Aprendizajes: capacidad de decidir con rapidez sin perder seguridad ni respeto.
- **Actividad: Resolución de problemas en juego** – Se plantean problemas típicos (desalineación, lesiones leves, desventajas numéricas) y se trabajan soluciones en equipo. Puntos clave: análisis, evaluación de riesgos. Aprendizajes: pensamiento crítico y cooperación para resolver situaciones.
- **Actividad: Debate de reglas y seguridad** – Discusión de reglas pertinentes y medidas para mantener la seguridad del equipo. Aprendizajes: respeto por las normas y responsabilidad compartida.
- **Actividad: Simulación de situación de riesgo** – Simulación controlada donde el equipo debe decidir la mejor acción segura. Aprendizajes: aplicación práctica de normas y seguridad en la toma de decisiones.

Evaluación

- Rúbrica de toma de decisiones en equipo: claridad del proceso, participación, calidad de la decisión y consideración de seguridad.
- Observación de la capacidad para identificar problemas y proponer soluciones viables.
- Autoevaluación y reflexión sobre cómo se aplicaron las reglas y qué mejoras se pueden realizar.

Unidad 5: Unidad 5: Reflexión individual y grupal sobre el rendimiento del equipo

Objetivos de Aprendizaje

- Realizar autoevaluación y coevaluación para identificar fortalezas y debilidades del equipo y de cada miembro.
- Elaborar un plan de acción con objetivos de mejora y pasos prácticos para la siguiente práctica o competición.
- Comunicar de forma constructiva hallazgos y compromisos para fortalecer la cooperación y el rendimiento del equipo.

Contenidos Temáticos

1. Métodos de reflexión individual y grupal

Descripción corta: técnicas simples de reflexión, diario de progreso y reuniones de revisión para extraer aprendizajes.

2. Análisis de desempeño: fortalezas y áreas de mejora

Descripción corta: identificación de puntos fuertes y oportunidades de desarrollo en habilidades de equipo, comunicación y toma de decisiones.

3. Plan de acción y objetivos de mejora

Descripción corta: diseño de un plan concreto con metas, responsables y plazos para impulsar el rendimiento del equipo.

Actividades

- **Actividad: Diario de reflexión individual** – Registro semanal de experiencias, emociones, aciertos y retos. Puntos clave: autoevaluación honesta, evidencia de progreso. Aprendizajes: autoconciencia y responsabilidad personal.
- **Actividad: Revisión de desempeño en equipo** – Sesiones de revisión donde el equipo revisa sus partidas, reacciones y resultados para identificar patrones y lecciones aprendidas. Aprendizajes: comprensión del rendimiento colectivo y límites personales.
- **Actividad: Plan de mejora en equipo** – Elaboración de un plan de acción con objetivos de mejora, responsables y plazos. Puntos clave: seguimiento y ajuste continuo. Aprendizajes: cultura de mejora continua y claridad de acciones.

Evaluación

- Portafolio de reflexiones individuales y coevaluaciones que evidencien el reconocimiento de fortalezas y áreas de mejora.
- Rúbrica de planes de mejora: claridad de objetivos, viabilidad, recursos y cronograma.
- Autoevaluación y evaluación de pares sobre la implementación del plan de acción y su efecto en el rendimiento del equipo.