



Los retos físicos cooperativos de carácter emocional en el marco del estilo actitudinal

Ángel Pérez Pueyo, Oscar Manuel Casado Berrocal, Carlos Heras Bernardino, Israel Herrán Álvarez, David Vega Cobo, David Hortigüela Alcalá, Alejandra Hernando Garijo y Luis Centeno Fernández

Resumen

Este taller tiene la pretensión, quizás osada, de conseguir que todas las personas que participen en él realicen las propuestas planteadas en cada reto, junto a los demás y gracias a los demás. Sin excusas. Intentado resolver problemas juntos. ... Porque no es verdad que no puedas, o que tengas vértigo, o... Juntos podemos. Si quieres.

Palabras clave

Retos físicos cooperativos de carácter emocional, estilo actitudinal.

ACLARACIÓN INICIAL

El taller de Retos Físicos Cooperativos de carácter Emocional (ReFiCE) que vamos a desarrollar pretende ofrecer y poner en práctica los aspectos teóricos que hemos desarrollado en la comunicación "*Los retos físicos cooperativos de carácter emocional: la superación de las barreras afectivo-motivacionales, de relaciones interpersonales y de inserción social a través del Estilo Actitudinal*" (Pérez-Pueyo, Casado, Herrán, Heras, 2012).

Si bien es cierto que por la extensión de la comunicación sólo ha sido posible describir de manera razonablemente detallada un único reto (el relativo a caminar por encima de una cuerda sujeta por compañeros), en este caso hemos decidido incluir otros para que se puedan, a través de las imágenes, recordar después de haberlos realizado en el taller.

INTRODUCCIÓN

A estas alturas son muchos los autores¹ cuya bibliografía describe los beneficios que poseen los retos o desafíos físicos cooperativos en relación a la capacidad de relaciones interpersonales de nuestros alumnos, tanto en primaria como en secundaria (Velázquez, 2003, 2004; Vaquero y Velázquez, 2004; Fernández-Río y Velázquez, 2005; Rodríguez-Gimeno, coord., 2006, 2008a, 2008b; etc.).

Sin embargo, los ReFiCE que proponemos, si bien comparten ciertas características con los referenciados (como el hecho de que no existe competición, la necesaria participación de todos, la mejora de las relaciones en el aula a través de la diversión o el disfrute entre compañeros), persiguen objetivos marcadamente diferentes por su vinculación y desarrollo desde el marco del Estilo Actitudinal (Pérez-Pueyo, 2010).

Esta estrategia metodológica parte del hecho de que todos los participantes/alumnos logran la propuesta motriz. Evidentemente, al poner en práctica este contenido (así como durante el desarrollo del presente taller...), seguiremos apostando por esta forma de actuar. Esto implica que todos los alumnos pasan por todos los roles, pero sobre todo, por el de persona que realiza. Nadie puede/debe eludir (ni permitir que otro intente eludir) la responsabilidad de hacerlo.

En este sentido, la clave de este tipo de actividades reside fundamentalmente en la utilización que hacemos de dos factores fundamentales como son el “límite físico” y el “límite psicológico” del alumnado. Así, definimos el “límite físico como aquel que en el momento presente impide al alumno realizar una actividad por un problema meramente anatómico a nivel de elasticidad, de capacidad articular, etc...”. Mientras que el “límite psicológico sería aquel producido por el miedo o la desconfianza en sus propias posibilidades, el cual le impide realizar una actividad que a nivel físico, podría desarrollar sin ningún problema” (Pérez-Pueyo, 2005:255).

Comprendido este punto de partida, es necesario aclarar que todos los ReFiCE que planteamos a nuestros alumnos son asequibles desde el punto de vista físico². Sin embargo, en la mayoría de los casos, el límite psicológico está muy por debajo de éste, y es precisamente aquí donde aparecen los problemas que posteriormente, impedirán al alumno realizar infinidad de actividades.

Podemos afirmar, por tanto, que la implicación emocional que genera cada ReFiCE en los alumnos estará determinada por la distancia que exista entre estos dos límites: cuanto mayor sea dicha separación, mayores serán las barreras emocionales que tendrá que superar el alumno. Dado que, como se ha mencionado anteriormente, el límite psicológico es una cuestión personal, la implicación de la tarea será totalmente diferente para cada alumno.

Para facilitar la comprensión de nuestra propuesta, podemos resumir las características de los ReFiCE de la siguiente forma:

- La actividad debe (poder) ser realizada por **todos los alumnos** de la clase.
- La actuación será **individual** (la actividad o reto propuesto implicará que el alumno, cuando él mismo decida, actúe de manera individual; es decir, tendrá que atreverse a hacerlo él solo).

¹ La utilización del género masculino a lo largo del presente documento se realiza exclusivamente por una cuestión de fluidez.

²Una de las condiciones de partida del Estilo Actitudinal es no trabajar un contenido que no pueda ser realizado con éxito por todos los alumnos, por lo que la implicación motriz de las actividades propuestas será acorde a la edad y capacidad de los participantes.

- Debe generar en el alumnado una sensación de **riesgo subjetivo** (los alumnos deben percibir un posible riesgo, aunque en realidad éste no exista debido a las medidas de seguridad que se habrán tomado previamente).



Figura 1.- Grupo de trabajo internivelar e interdisciplinar "Actitudes".

- El reto debe estar basado en la **interdependencia individual y grupal** (aunque la actuación sea individual y "yo lo logro gracias a ti y tu a mí", no se considerará que el reto está conseguido hasta que todos lo superen)³.

- **No presenta una implicación cognitiva elevada**, al contrario de lo que sucede en los retos físicos cooperativos convencionales. En este caso no se trata encontrar la solución al problema planteado, sino simplemente superar una situación mediante la ejecución de una tarea que posee una implicación emocional elevada⁴.

En definitiva, con la puesta en práctica de este tipo de actividades pretendemos ayudar a los alumnos a superar sus barreras afectivo-motivacionales, enfrentándoles a situaciones que pondrán a prueba la confianza en sí mismos. Esta forma de actuar no sólo favorecerá su desarrollo personal, sino que además hará posible la aparición de actitudes de apoyo entre los miembros de la clase⁵.

Y para finalizar. Todo lo que presentamos, diseñado desde hace más de 10 años y puesto en práctica desde entonces, lo llevamos a cabo de forma habitual cada curso, muchos de los miembros de la especialidad de educación física de primaria y secundaria del Grupo de Trabajo Internivelar e Interdisciplinar "Actitudes" al que pertenecemos.

DESCRIPCIÓN DE ALGUNOS DE LOS RETOS QUE SE REALIZARÁN DURANTE EL TALLER

A continuación se describen de manera simplificada alguno de los retos que se podrían realizar durante el desarrollo del presente taller.



Foto 1: Andando por encima de la cuerda

³ Eso implica que como se ha comentado anteriormente, serán los propios compañeros los que animen a los más reticentes. Eso sí, el profesor deberá cuidar que ese ánimo no se convierta en una exigencia que termine por agobiar al alumno y eche por tierra todo el trabajo.

⁴ No podemos olvidar, como comenta Rodríguez (coord., 2008a), que un desafío físico conlleva un reto cuya resolución (del problema motriz) tiene soluciones variables debido a una motivación especial derivada de la incertidumbre y de la dificultad organizativa y motriz de la actividad.

Sin embargo aquí no estamos hablando de retos o desafíos cooperativos convencionales... En el caso que nos ocupa y teniendo en cuenta los objetivos que persigue la utilización de los retos de carácter emocional en el aula, los aspectos cognitivos vinculados con la resolución del problema motriz pasarán a un segundo plano, en favor de los aspectos relacionados con las capacidades afectivo-motivacionales y de relaciones interpersonales e inserción social puesto que serán éstas las que verdaderamente sirvan de base al alumno para superar la actividad.

El trabajo cognitivo en este caso, por tanto, estará más relacionado con la inferencia que haga el alumno sobre lo ocurrido (es decir, sobre el éxito conseguido) que con la resolución del reto en sí.

⁵ La conciencia grupal o sentimiento de pertenencia a un grupo que fomentará el profesor desde el comienzo de la clase con reglas del tipo "el reto no se consigue hasta que todos lo hayan hecho", conseguirá que al final de la sesión se oigan frases como "somos un solo equipo", "si tú no lo consigues, yo tampoco", etc.

Reto 1: “Caminando por la cuerda”

Como este reto ha sido explicado de manera muy detallada en la comunicación que hemos presentado, no lo vamos a explicar aquí de nuevo.

Sin embargo, si queremos comentar que, aunque se puede hacer en cualquier nivel educativo, resulta especialmente interesante ponerlo en práctica en los últimos cursos de primaria y en los primeros de secundaria. Si bien es cierto que en cursos superiores es más llevadero para una gran mayoría de la clase, para algunos se hace muy duro por la imagen que tienen de sí mismos, en relación al peso y a la altura (Foto 1).



Foto 2: Las cinco personas sujetan a su compañero

Reto 2: “El féretro y misión imposible”

Este nuevo ReFiCE es un compendio de varios, que comienzan desde el trabajo por tríos hasta llegar a grupos más numerosos, siguiendo la “*organización secuencial hacia las actitudes*” (Pérez-Pueyo, 2007; 2010).



Foto 3: Agarre del que está en la cabeza

El primer paso de esta secuencia lo constituirá una actividad a la que hemos denominado “*duro y blando*”. Durante este primer reto, el trío inicial intentará controlar la contracción-descontracción de la musculatura a nivel global. Así, uno de los integrantes se tumbará en el suelo, mientras los otros dos intentarán levantarlo y ponerle de pie. El que está tumbado primero dejará su cuerpo totalmente relajado y cuando le hayan levantado, adoptará la misma posición pero ahora se mantendrá completamente rígido mientras sus compañeros intentan elevarle.

La diferencia al levantar el cuerpo entre ambos casos es notable. Lo más curioso es que al preguntar cómo pesa más (si rígido o relajado) suelen decir que relajado; sin embargo, pesar, pesa lo mismo... Y esta será la base de las propuestas posteriores, la necesidad del control del que hace el reto.

El siguiente paso en esta secuencia de aprendizaje estará compuesto por el reto denominado “*Levántate y anda*”. Para ello, se unirán dos tríos (formando grupos de seis personas), una persona se tumbará en el suelo, para que el resto lo levante de forma coordinada, intentando que los pies no pierdan en ningún momento el contacto con el suelo (Foto 2).

El que está en la cabeza dirigirá el movimiento y sujetará al que realiza el reto cogiéndole por el cuello de la sudadera, con las palmas de las manos mirando hacia abajo (Foto 3). Los otros cuatro compañeros restantes agarrarán a la “víctima” por los hombros y la cintura de cada lado, con las manos mirando hacia arriba (Foto 4), haciendo que el movimiento sea lo más seguro y firme posible.

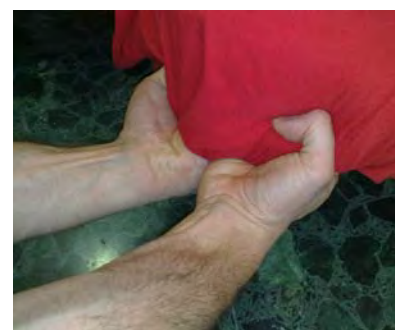


Foto 4: Agarre de los que están en hombros y caderas

Una vez en esta posición, tirarán de él para levantarlo del suelo hacia adelante como si fuera un resorte y generando la sensación del cinturón de seguridad de un coche tras un impacto⁶.

El tercer paso de este ReFiCE encadenado consiste en llevar a cabo la actividad denominada “*El ascensor*”. Para ello se juntarán dos grupos de seis (formando agrupamientos de hasta doce personas) y la disposición será la siguiente: uno en la cabeza dirigiendo, dos en los hombros (uno en cada uno), dos en la cintura (uno a cada lado), dos en las caderas, dos en las rodillas y dos en los tobillos, que junto al que se tumba conforman los doce integrantes del grupo. Una vez colocados en estas posiciones, la actividad consistirá en elevar al compañero (que permanecerá en todo momento estirado y rígido) hasta lo más alto que se pueda, para volver a dejarlo de nuevo en la posición inicial. Tras hacer una subida y bajada lentas (que nos permita comprobar que todos hacen lo que deben y de manera coordinada), pasaremos a darle velocidad. Así, subiremos al compañero muy rápido, con una frenada brusca arriba, y le bajaremos de forma lenta y controlada (Foto 5). La idea es experimentar la sensación que sentiríamos si nos catapultarán verticalmente.



Foto 5: La parada brusca debe ser controlada



Foto 6: Momentos previos a la bajada acelerada...

Finalmente, podríamos terminar esta secuencia de aprendizaje con el reto denominado “*Misión imposible*”, en referencia a la célebre escena en la que el protagonista de la película desciende bruscamente por una cuerda hasta quedarse a escasos centímetros del suelo. Para emular esta sensación, el que realiza el reto se colocará inicialmente boca abajo para que el resto de compañeros procedan a realizar los correspondientes agarres, que serán idénticos a los realizados en el reto anterior (ver “*el ascensor*”); lo único que cambiará será que en este caso, la subida será lenta y controlada, mientras que la bajada será rápida hasta la altura de

las rodillas y con una parada brusca, justo cuando el alumno ve acercarse más y más el suelo (Foto 6), como si bajásemos en una lanzadera, aunque como ya hemos señalado, resulta mucho más ajustada la comparación con la mencionada película de acción.

Reto 3: “Salto al vacío y supermán”

A más de uno este ReFiCE seguro que le recordará experiencias que todos hemos vivido al lanzarnos a los brazos de unos compañeros para que nos recojan, o a actuaciones vistas en espectáculos de circo, de calle, conciertos... La cuestión es cómo hacerlos de forma segura y con independencia del tamaño y peso de los que salten⁷ (del mismo modo que hicimos con el reto de caminar por encima de la cuerda).

En este caso, y como en casi todos los retos que hacemos, es



Foto 7: Colocación de las manos para sujetar las cuerdas (la de la pareja y las adyacentes).

⁶ La persona que experimenta el reto adoptará en todo momento la posición de contracción que trabajamos en el primer ejercicio de esta secuencia.

⁷ Seguro que lo hicimos o lo vimos agarrándose los receptores por las manos o brazos, pero esta técnica no es factible si pretendemos realizarlo con todos nuestros alumnos.

necesario ir desarrollando una secuencia de pasos previos hasta llegar a la realización final del elemento. Normalmente, las normas de seguridad son las que inicialmente dan comienzo al mismo.



Foto 8: Colocado debajo de las cuerdas grabando.

Empezaremos cogiendo una cuerda de comba individual por parejas y uniendo los extremos de la misma con un nudo⁸. A continuación las parejas se colocarán enfrentadas una al lado de otra, formando un pasillo. El principal problema es sujetar las cuerdas de forma segura. Para ello, cada pareja convertirá el círculo que forma su cuerda, en un ocho (cruzándola sobre sí misma) y a continuación, cada mano cogerá la cuerda propia y la del compañero que se encuentre al lado (Foto 7).

De este modo, cada mano cogerá siempre dos cuerdas y cada cuerda estará agarrada por dos manos formando un entramado perfecto para conseguir que los alumnos se lancen sin peligro.

El número de parejas que deben formar el entramado debe ser de cinco o seis, lo que hace un total de diez o doce alumnos, a los que se suma el que salta. Cada vez que uno salta pasa a coger el puesto del que vaya a hacerlo a continuación. Finalizada la explicación del agarre, sólo nos queda disfrutar. Para ello, podríamos comenzar cogiendo carrera desde unos cinco metros y lanzándonos al entramado a modo de “lanzamiento a la piscina”. Es interesante que un compañero (o el profesor) se tumbe en el suelo, debajo de las cuerdas, para dar mayor impresión al que salta. Si además este graba con una cámara, podremos disfrutar otro día viendo los retos en clase (Foto 8).

Tras haberlo hecho todos, cambiaremos la carrera por el desequilibrio desde una posición elevada (*“salto al vacío”*). Por ejemplo desde el plinto, de puntillas, con los brazos estirados hacia arriba (a los lados de la cabeza y unidos por las manos) para dejarse caer sobre las cuerdas de frente y completamente rígido (todo el cuerpo bloqueado) (Foto 9).



Foto 9: La posición de rigidez en este reto es fundamental

El siguiente nivel de dificultad (siempre desde el punto de vista emocional) sería dejarse caer de espaldas, pero como existe la posibilidad de “colarse” por alguno de los huecos que queda si el que se lanza no está completamente bloqueado, colocaremos una colchoneta sobre la superficie de las cuerdas. De este modo evitaremos cualquier tipo de riesgo y podremos identificar si cuando se deja caer controla su cuerpo, o el miedo le hace relajarse y perder la posición de rigidez.



Foto 10: Lanzamiento desde cierta altura, de frente y tomando impulso.

Finalmente, la última posibilidad que se podría proponer, pero que sólo recomendamos en el caso de que los alumnos hayan sido prudentes y hayan cumplido siempre las normas de seguridad y control que hayamos establecido, sería lanzarse de frente desde una posición elevada y añadiendo un “razonable” impulso... De este modo, los alumnos

⁸ El nudo volverá a ser el “pescador”, utilizado anteriormente en el ReFiCE de caminar por encima de la cuerda.

saltarían, a modo de “supermán”, hacia la red formada por las cuerdas sujetas por sus compañeros, sobre las que se seguiría colocando una colchoneta, (para evitar que se hagan daño al caer sobre las cuerdas desde una cierta altura y a gran velocidad) (Foto 10).

Reto 4: “Puente de palos”

Éste es un ReFiCE que requiere decisión y equilibrio, y posee características similares al de andar por encima de la cuerda, pero con el agrupamiento y la disposición espacial similar al de lanzarse sobre las cuerdas; en este caso los alumnos, colocados por parejas enfrentados y formando un pasillo, sujetarán 3 o 4 palos de escoba (Foto 11).

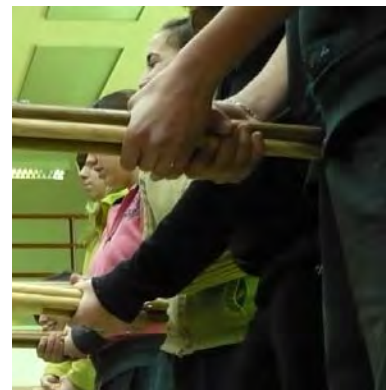


Foto 11: Los palos deben sostenerse de este modo.



Foto 12: Andando sobre los palos y grabando desde debajo.

A continuación, el que vaya a pasar andando por encima (que apoya el puente del pie en los palos) le dará la *mano a un compañero o al profesor* (o a los dos), que caminarán al lado del pasillo pero ligeramente adelantados con respecto al que realiza el reto. La idea es que la o las ayudas no lo desequilibren hacia atrás.

El que haya un compañero o profesor tumbado en el suelo, viendo o grabando el desarrollo del reto, genera mayor incertidumbre y emoción a la propia realización, además de ofrecer imágenes divertidas e interesantes para el visionado posterior (Foto 12).

Reto 5: “Surfear y tocar el techo”

Otra posibilidad sería utilizar la colchoneta quitamiedos⁹. Así, podríamos plantear a los alumnos un ReFiCE consistente en surfear encima de la “mole”. Para ello, un voluntario se situará de rodillas en el centro de la colchoneta mientras que el resto de los compañeros se colocarán alrededor de ésta en cuclillas e introducirán sus manos por debajo (entre la “mole” y el suelo) con las palmas hacia arriba para sujetar fuerte.

Una vez colocados en esta posición, a la voz del profesor, los alumnos, al mismo tiempo, se incorporarán de forma controlada, elevando con ellos la colchoneta hasta una altura aproximada de un metro del suelo¹⁰.



Foto 13: Surfeando sobre el quitamiedos.

⁹En lo que respecta al aprovechamiento educativo de la colchoneta quitamiedos en el área de educación física (más allá de su función preventivo-protectora), recomendamos consultar el trabajo de Gimeno (coord., 2008b). Desde la perspectiva de los ReFiCE, resultan especialmente interesantes los desafíos que proponen denominados “*La muralla*” y “*El Muro*”, puesto que la implicación emocional que poseen serviría para trabajar sobre los aspectos afectivo-motivacionales de los alumnos.

¹⁰La referencia adecuada es aquella que les permita estar completamente erguidos y con los brazos estirados, pero sujetando la colchoneta.

A continuación, el alumno que estaba de rodillas se incorporará y adoptará una posición lo más estable posible en la colchoneta (piernas semiflexionadas para amortiguar, pies separados para ampliar la base de sustentación, etc.)¹¹, y una vez hecho esto, a la voz del profesor, todos los alumnos comenzarán a desplazarse lo más rápido posible en la dirección establecida previamente por el docente. Tras unos segundos (habiendo recorrido 8-10 metros aproximadamente), el profesor ordenará parar (¡Stop!) y los alumnos deberán detenerse en seco e invertir la dirección de su desplazamiento, retornando de igual forma hasta la posición inicial.

El alumno que se encuentra surfeando en lo alto de la colchoneta deberá ser capaz de mantener el equilibrio durante todo el recorrido, modificando su posición (alineándose en la dirección del movimiento), repartiendo pesos entre sus puntos de apoyo (al frenar y al arrancar), etc. (Foto 13).

Pero el trabajo emocional con el quitamiedos no finaliza aquí. Una vez que todos han surfeado y se han familiarizado con el material, las posturas y las sensaciones, podríamos incrementar la implicación emocional del reto aún más. Para ello, les pediremos a nuestros alumnos que adopten la misma posición inicial que en la tarea anterior, pero ahora, una vez que hayan elevado la colchoneta hasta la altura de las caderas no se desplazarán, sino que continuarán elevando la colchoneta hasta que tengan los brazos completamente estirados hacia arriba.

Para garantizar la estabilidad de la “mole”, algunos de ellos se colocarán debajo, impidiendo que el peso de la persona que está de rodillas deforme la colchoneta y se hunda por el medio. Una vez estabilizada la estructura, ésta persona se incorporará lentamente hasta la posición erguida y levantará la mirada de la colchoneta para darse cuenta de lo cerca que está del techo, o simplemente lo alto que está (generando la sensación de altura sin barandilla). Este sería, además, un buen momento para tomar alguna imagen con la que el alumno pudiera atestiguar posteriormente ante sus amigos o sus familiares la realización del reto¹² (Foto 14).



Foto 14: Tocando el techo, en las alturas. Un momento ideal para guardar de recuerdo.

Al término de estos dos desafíos el profesor debería hacer hincapié en el hecho de que sin la ayuda de todos, no podríamos haber logrado el reto, ya que todos han colaborado sosteniendo la colchoneta y animándose unos a otros.

Como normas básicas de seguridad extra se deben tener en cuentas las siguientes cuestiones:

- Si no han trabajado de forma responsable y coordinada los retos anteriores, no se debe hacer por las posibilidades de accidente/caída.
- Nunca se pondrá de pie el que está sobre el quitamiedos hasta que no esté en su posición final (sobre las cabezas de los compañeros con los brazos estirados). Luego, con cuidado y sin movimientos bruscos, deberán ponerse de pie y volverse a poner de rodillas antes de ser bajado al suelo.

¹¹ Este podría ser un momento ideal para explicar un concepto tan teórico vinculado con el equilibrio como el de “base de sustentación” de forma sumamente práctica y significativa.

¹² El hecho de que quiera hacerlo demuestra que está orgulloso de lo que ha conseguido, luego podríamos asegurar que habremos alcanzado el objetivo marcado: mejorar la percepción que tiene de sí mismo y con ello su autoestima.

- Nunca se debe hacer este reto cerca de una pared o un sitio donde se pueda agarrar (o acercarse porque crea que se va a poder agarrar). Desestabilizaría el conjunto si se mueve del centro.
- Y por último, a la más mínima sensación de euforia de los chicos durante la realización (que se envalentonen o pongan “graciosillos”) en imprescindible parar, dejar de hacerlo y reflexionar sobre lo que están haciendo, la responsabilidad compartida¹³...

Si bien es cierto que cuando se llega a este punto de la propuesta el grupo ha pasado ya por tantas situaciones de responsabilidad que es casi imposible que pasen cuestiones de este tipo, la decisión de incluirlas ha sido por si se decide hacer sin haber hecho nada de lo anterior, opción que no recomendamos en ningún caso.

Las actividades tienen una evolución clara de implicación emocional y responsabilidad compartida, por lo que aunque se pudiese saltar alguna en su proceso de realización, la lógica interna de lo que hacemos y por qué lo hacemos debe mantenerse.

CONCLUSIONES

Los Retos Físicos Cooperativos de Carácter Emocional no son, evidentemente, la única forma de trabajar los aspectos afectivo-motivacionales en nuestras clases de educación física. Pero como veremos durante el taller, son una manera divertida, eficaz y llena de responsabilidad de hacerlo. La metodología del Estilo Actitudinal y su convicción de que “*todos los alumnos hacen todo*” supone el complemento ideal que nos permitirá alcanzar los objetivos marcados, ayudando a nuestros alumnos a superar las barreras que les impiden desarrollarse integralmente, sin lastres emocionales.

Como docentes, tenemos el deber y la obligación de garantizar que todos, sin excepción, alcanzan esa posibilidad y para ello debemos hacer todo lo que esté en nuestras manos para conseguirlo, incluso superar esas barreras nosotros mismos. Ahora tenemos la oportunidad de hacerlo. Nos vemos en el taller...

BIBLIOGRAFÍA

- Fernández-Río, J.; Velázquez, C. (2005). *Desafíos físicos cooperativos*. Sevilla: Wanceulen.
- Pérez Pueyo, A. (2005). *Tesis Doctoral “Estudio del planteamiento actitudinal del área de Educación Física de la Educación Secundaria Obligatoria en la LOGSE: Una propuesta didáctica centrada en una metodología basada en actitudes”*. León: Universidad de León. Servicio de Publicaciones.
- Pérez Pueyo, A. (2007). La organización secuencial hacia las actitudes: Una experiencia sobre la intencionalidad de las decisiones del profesorado de educación física. *Tándem* nº 25. Pp.81-92. *Barcelona: Grao*.
- Pérez Pueyo, A. (2010). *El Estilo Actitudinal. Propuesta metodológica para desarrollar unidades didácticas en educación física*. Madrid: Editorial CEP S.L.
- Pérez-Pueyo, A.; Casado Berrocal, O.M.; Herrán Álvarez, I.; Heras Bernardino, C.; Centeno Fernández, L.A. (2012). *Los retos físicos cooperativos de carácter emocional: la superación de las barreras afectivo-motivacionales, de relaciones interpersonales y de inserción social a través del Estilo Actitudinal*. Actas del 8º Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas. Badajoz.

¹³ Aunque desde nuestra perspectiva de trabajo, esto es lo habitual en cualquier momento del proceso.

- Rodríguez Gimeno, J. M. (coord.)(2006).Nuevos desafíos físicos cooperativos: actividades cooperativas para la educación en la tolerancia y la solidaridad. *En Actas del V Congreso Internacional de Actividades físicas Cooperativas*. Oleiros.
- Rodríguez Gimeno, J. M. (coord.)(2008a). Desafíos físicos cooperativos: trabajamos todos juntos. *En Actas del VI Congreso Internacional de Actividades físicas Cooperativas*. Ávila.
- Rodríguez Gimeno, J. M. (coord.)(2008b). El gran desafío de la mole: desafíos enlazados con quitamiedos. *Revista digital de educación física para la Paz "La Peonza"*, Nº 3. Valladolid.
- Vaquero Martín, F.; Velázquez Callado, C. (2004). Desafíos físicos cooperativos en gran grupo: el reto como motivación. *En Actas del IV congreso estatal y II iberoamericano de actividades físicas cooperativas*. Valladolid: La peonza publicaciones.
- Velázquez Callado, C. (2003). Desafíos físicos cooperativos. *En Actas del III Congreso Estatal y I Iberoamericano de actividades físicas cooperativas*. Valladolid: La Peonza publicaciones.
- Velázquez Callado, C. (2004): Las actividades físicas cooperativas en un programa de Educación Física para la paz. *En Actas del IV congreso estatal y II iberoamericano de actividades físicas cooperativas*. Valladolid: La peonza publicaciones.
-

Datos de los autores:

Ángel Pérez Pueyo⁽¹⁾, Oscar Manuel Casado Berrocal⁽²⁾, Carlos Heras Bernardino⁽³⁾, Israel Herrán Álvarez⁽⁴⁾, David Vega Cobo⁽⁵⁾, David Hortigüela Alcalá⁽⁶⁾, Alejandra Hernando Garijo⁽⁷⁾, Luis Centeno Fernández⁽⁸⁾.

(1) Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad de León (León).

(2) I.E.S. "Vega del Argos" (Cehegín, Murcia).

(3) I.E.S. "Siglo XXI" (Leganés, Madrid).

(4) I.E.S. "Doctor Sancho de Matienzo" (Villasana de Mena, Burgos).

(5) C.P. "Menéndez Pidal" (Bembibre, León),

(6) Facultad de Humanidades y Educación (Burgos), Centro de Formación Profesional "Ciudad de Zamora" (TAFAD; Zamora).

(7) I.E.S. "Santa Catalina". (El Burgo de Osma, Soria).

(8) C.C. "Dominicas La Anunciata" (León).

angel.perez.pueyo@unileon.es