

CONCEPTOS TEMPORALES APLICADOS EN LA EDUCACIÓN DE LA PERSONALIDAD A TRAVÉS DEL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA. UNA UNIDAD DIDÁCTICA DIFERENTE "LA MÁQUINA DEL TIEMPO"

Óliver García Martín
victimizerio@hotmail.com



RESUMEN

La máquina del tiempo es un concepto que nos permitirá hacer reflexionar a los alumnos/as acerca del significado del pasado, presente y futuro y sus múltiples extensiones en la vida cotidiana. A través de la unidad didáctica que vamos a presentar a continuación buscaremos que el alumno/a se haga preguntas del tipo ¿Cómo influyen mis acciones pasadas en el presente? O ¿Cómo mis acciones pueden condicionar mi futuro? Este tipo de planteamiento al que deberá llegar por sí mismo el propio alumno/a busca despertar núcleos de su autoconciencia de cara a sus propias acciones de modo que la formación de su personalidad quede enriquecida. Por otro lado, esta unidad didáctica también pretende, a través de su propio concepto "máquina del tiempo", potenciar y favorecer la imaginación del alumnado.

Palabras clave: simbolismo temporal, capacidad simbólica, neurosis, depresión anérgica, valor humanístico, enfoques temporales, autoconciencia personal.

TEMPORAL CONCEPTS APPLIED TO PERSONALITY EDUCATION THROUGH PHYSICAL EDUCATION. A DIFFERENT TEACHING UNIT: "THE TIME MACHINE"

ABSTRACT

The time machine is a concept that will allow us to make think the pupils about the meaning of the past, present and future and their multiple extensions in daily life. Through the teaching unit that we will present below, we will search that the students ask questions to themselves like: how my past actions influence in the present? Or how my actions can determine my future? That such an approach which pupil must be reached by itself seeks to awaken consciousness core, with regard to their own actions so the formation of their personality be enriched. Furthermore, this teaching unit also aims to enhance and to encourage the imagination of the pupils through its own concept "time machine".

Keywords: temporary symbolism, symbolic capacity, neurosis, anergic depression, humanistic value, temporary approaches, personal consciousness.

LA COMPRENSIÓN DEL TIEMPO EN LOS NIÑOS

El desarrollo de la comprensión del tiempo en el niño va supeditada a su desarrollo global y de cara a trabajar con los conceptos de pasado, presente y futuro, es fundamental contextualizar los diferentes estadios de desarrollo en la comprensión del tiempo para, de esa manera, profundizar en conceptos cada vez más complejos.

La percepción del tiempo por parte del niño/a se divide en tres etapas (Piaget, 1978); y va íntimamente ligado al aprendizaje del espacio (Asensio, Carretero y Pozo, 1989)

Estadio de tiempo vivido: Esta etapa se sitúa en los primeros años de vida del niño/a. En esta fase la percepción del tiempo es completamente caótica y las primeras percepciones llegan asociadas a cambios derivados de la propia experiencia como, por ejemplo, los ritmos biológicos y el propio movimiento corporal.

Estadio de tiempo percibido: En esta etapa entran en juego los elementos perceptivos del niño/a, que le permiten una mayor apreciación del tiempo. Gracias a la vista pueden ver pasar las agujas del reloj, o cómo cae la arena de un reloj de arena, o los propios ciclos de noche y día marcados por la salida y puesta de sol.

Estadio del tiempo concebido: En esta etapa final el concepto de tiempo se vuelve abstracto, es decir, está ya configurado en la mente y, por lo tanto, el niño/a ya no necesita de referencias externas para controlarlo.

Partiendo de estos principios básicos, estableceremos como punto de partida para la aplicación de esta unidad didáctica el tercer ciclo de primaria,

dado que los alumnos/as ya son plenamente conscientes de la percepción del tiempo, así mismo, su capacidad de abstracción será fundamental para extrapolar los simbolismos temporales a su realidad más cercana, de modo que el aprendizaje derivado de esta unidad didáctica sea particularmente significativo.

OBJETIVOS PRIORITARIOS DE ESTA UNIDAD DIDÁCTICA: FOMENTAR LA IMAGINACIÓN, APRENDER A VALORAR EL TIEMPO PRESENTE Y EDUCAR EN VALORES

Potenciando la imaginación

La imaginación siempre ha sido una de las mejores herramientas con las que ha contado el ser humano, nuestra capacidad simbólica es lo que nos diferencia del resto de especies y, al igual que otras facetas, su potenciación desde la infancia se hace altamente importante de cara al desarrollo creativo del individuo. Potenciar la imaginación favorece la creatividad y actualmente la sociedad reclama personas creativas (Alcántara, 2001) ¿Pero hasta qué punto se potencia la imaginación en la escuela? Buscando aumentar la calidad educativa nuestros escolares reciben actualmente una ingente cantidad de horas lectivas en áreas instrumentales cuya adquisición sigue impartándose de una manera tradicionalista, es decir, memorizando (Delval, 1991). Dicha forma de enseñanza limita toda forma de aprendizaje creativo coartando la imaginación.

La escuela no debe de centrarse única y exclusivamente en los conocimientos, dicho aprendizaje va destinado a la formación de personas con un fin utilitarista o, lo que es lo mismo,

entender a los alumno/as como materias primas para su modelado de cara a las demandas del mercado laboral (Greene, 2005).

Como ya hemos comentado anteriormente, la escuela se centra cada vez más en reforzar los aprendizajes instrumentales de cara a aumentar la calidad educativa descuidando a su vez otras áreas no menos importantes como la educación musical o la educación física y es en esta última donde más de sí puede dar la imaginación debido a las múltiples facetas de juego que nuestra asignatura ofrece.

La máquina del tiempo planteada como juego tiene un gran potencial para suscitar la imaginación del alumno/a. Las posibilidades que ofrece son múltiples, desde la creación de un futuro hipotético hasta una nueva perspectiva del pasado. Las actividades derivadas pueden ser previamente establecidas de antemano por el docente o por el contrario ser negociadas con el alumnado a través de una simple puesta en común en la que les plantearíamos la cuestión ¿A dónde os gustaría ir? Y en función de la respuesta preparar el escenario idóneo. Más adelante presentaremos una batería de actividades ya definidas que pueden ser perfectamente modificadas por el docente en función de los intereses del grupo. De cara a potenciar la imaginación, lo más importante es jugar con la propia argumentación que suscita el viaje en el tiempo.

Tras la mampara, lo que el alumno/a debe de intuir y el docente saber. Atemporalidad neurótica

La máquina del tiempo como concepto nos servirá de nexo narrativo a lo largo de las sesiones que desarrollemos, en

las que además de la imaginación, como se ha dejado patente en el punto anterior, se explorará la idea fundamental del presente como tiempo actual y productivo que hay que apreciar en todo momento. Esa es la filosofía que esta unidad didáctica pretende inculcar en el alumno/a. Vivir el presente, ya que nuestra vida se desarrolla aquí y ahora (Dyer, 1990). Sin embargo, ¿Por qué es importante enseñar a nuestros alumnos/as a vivir el presente? ¿Qué hay detrás de esta idea aparentemente tan lógica?

Actualmente, un alto porcentaje de la población padece algún tipo de neurosis en mayor o menor grado (Gerrig y Zimbardo, 2005). La neurosis como tal es un comportamiento atípico de la conducta o del pensamiento, del cual el sujeto es plenamente consciente y es incapaz de evitar y, en función de su intensidad, puede llegar a limitar la calidad de vida. Como ejemplos de carácter leve podemos encontrar el típico caso de lavarse las manos compulsivamente o comprobar reiteradamente que hemos cerrado correctamente la puerta de casa, aun sabiendo que se había cerrado correctamente la primera vez. Por lo general, cuando una idea obsesiva, como el ejemplo citado anteriormente de lavarse las manos compulsivamente, no es realizada, puede llevar al sujeto a generar altos niveles de ansiedad que le obligarán a lavarse las manos o en el caso de la puerta a comprobarla una y otra vez. En los casos más graves podemos encontrar sujetos incapaces de entrar en un ascensor, cruzar un puente o incluso evitar el contacto con otras personas.

Una de las manifestaciones más comunes de la neurosis es la obsesión, ideas persistentes a las que el sujeto no deja de darle vueltas, lo que

vulgarmente llamamos “comerse el coco”.

Darle vueltas a un problema es algo muy común que la gran mayoría de personas ha experimentado en mayor o menor medida alguna vez en su vida de cara a la resolución de algún conflicto cotidiano. Sin embargo, cuando a esos problemas se les da más vueltas de las necesarias y las actividades cotidianas empiezan a quedar en un segundo plano es cuando pueden surgir problemas de índole más grave. La mente termina agotándose debido al stress y, si la situación perdura, el sujeto puede acabar con depresión anérgica (Freides, 2002).

Las ideas persistentes a las que se les da vueltas sin parar incapacitan el momento actual del sujeto, es decir, su tiempo presente. Cuando una idea obsesiva tiene su base en un acto realizado en el pasado, como por ejemplo una mala acción, un fallo en el trabajo o un problema no resuelto, dan como resultado un gasto inútil de tiempo productivo para el individuo. El pasado como tal y todas sus acciones ya ocurrieron, no se pueden cambiar, aunque sí aprender de ellas sin que eso signifique sacrificar nuestro tiempo presente con hechos pasados que ya no tienen solución.

Por otro lado, tenemos la relación presente-futuro. Si las acciones pasadas pueden pasarnos factura también los hechos no ocurridos o venideros fruto de la incertidumbre de nuestro actual presente pueden ser fuente de obsesiones inmediatas. A veces las ideas obsesivas pueden surgir como resultado de tratar de prever un hecho venidero, por ejemplo, “no puedo concentrarme en mis tareas porque no dejo de pensar en si me llamarán o no mañana para un puesto de trabajo”. Ante esta situación, y al

igual que en el pasado, hay que plantearse el futuro como algo que todavía no ha ocurrido y que es imposible prever para de esa manera minimizar el impacto de las ideas obsesivas.

Hasta ahora hemos comentado cómo pueden las acciones ya realizadas en el pasado y las que aún no han ocurrido influir en el tiempo presente del sujeto. Hemos comprobado cómo de manera aislada el pasado-presente y el presente-futuro están relacionados en cuanto a su poder para inutilizar nuestro tiempo presente, sin embargo, existe una tercera modalidad de interacción que incluye el pasado y el futuro a la vez. Para entender esta interacción pondremos un ejemplo práctico:

Supongamos que un empleado de una empresa cualquiera comete un fallo al rellenar un impreso. Esa tarde y esa noche las pasa dándole vueltas al error que ha cometido. Un acto pasado que ya no tiene solución le está robando tiempo actual. Aparte de la culpabilidad que siente ante ese error, este empleado además no deja de pensar en lo que dirá su jefe cuando se entere o qué pensarán sus compañeros de trabajo, generándole así una innecesaria ansiedad. Ahora al acto pasado se le suma la incertidumbre del futuro. Como podemos comprobar, la acción pasada, que ya es inalterable, genera un sentimiento negativo de incertidumbre que se proyecta hacia el futuro inutilizando por completo al sujeto.

Es obvio que nuestros alumnos/as no necesitan saber todo esto de una forma explícita. El objetivo de la máquina del tiempo como unidad didáctica es acercar al alumno al concepto del presente como tiempo real y vivido de manera que el día de mañana ese

conocimiento adquirido sirva de atalaya para posicionarse de forma lógica ante los problemas de la vida cotidiana.

La máquina del tiempo y la educación en valores

Potenciar la imaginación y aprender a valorar el tiempo presente son objetivos prioritarios en esta unidad didáctica, pero la educación en valores también, ya que toda actividad educativa debe propiciar su fortalecimiento. La máquina del tiempo solo es un concepto, un nexo narrativo que hila las diferentes sesiones y cuyas actividades definen el espíritu de la propia unidad didáctica. Dado que las actividades son las que realmente dotan de sentido a esta unidad didáctica, dichas actividades se ampararán en las metodologías cooperativas. Las actividades cooperativas tienen como particularidad entre sus múltiples beneficios la capacidad de posibilitar el aprendizaje de valores morales y habilidades para la convivencia social (Omeñaca y Ruiz, 1999; Velázquez, 2004). En algunas de las sesiones que se presentaran a continuación, los alumnos/as deberán colaborar para restablecer la línea temporal mediante diversos retos cooperativos, en dichas actividades se fortalecerán los valores derivados de la cooperación, potenciando de esa manera el propio valor humanístico por el cual todos los alumnos/as se unirán para conseguir un fin común (en este caso restablecer la línea temporal), estando este mismo fin a su vez supeditado a la narrativa que otorga esta unidad didáctica gracias al concepto máquina del tiempo.

Dado que las actividades que se presentaran a continuación son una guía que el docente puede cambiar en función de sus preferencias, se han

puesto como ejemplo algunas actividades de oposición basadas en deportes modificados. Para educar en valores a través de actividades deportivas deben de plantearse estas mismas de manera que permitan, entre otras muchas cosas, potenciar el dialogo, respetar las normas y aprovechar el fracaso como elemento educativo (Gutiérrez, 2005).

ENFOQUES TEMPORALES. ACTIVIDADES CON LA MAQUINA DEL TIEMPO

Construyendo una máquina del tiempo

El primer paso antes de iniciarnos en las actividades de esta unidad didáctica debe de ser la de construir una máquina del tiempo que simbolice el viaje temporal al inicio de cada sesión. Para ello el docente puede inventar lo que quiera con los materiales que crea necesarios. En este caso damos como ejemplo este modelo: Un quitamiedos al que rodearemos de ladrillos con sus respectivas picas a ser posible de colores. Las picas de colores simbolizarán los controles de la máquina, es decir, intercambiando las picas de un ladrillo a otro haremos ver a los alumnos/as que de esa manera podemos ir del pasado al futuro. En función de cómo reorganicemos las picas podremos simular a qué época queremos ir. A ambos extremos del quitamiedos colocaremos dos saltómetros y entre ellos colocaremos una goma a un metro de altura sobre el mismo, de esa manera simularemos un portal que al atravesarlo nos lleve a otra época.

Enfoque número uno. La máquina del tiempo como herramienta para mostrar aspectos simbólicos del tiempo

Las siguientes actividades de este enfoque tienen como fundamento enseñar a los alumnos/as a entender el significado simbólico del pasado, presente y futuro.

Actividades en el pasado: Para esta sesión y con la máquina ya construida, explicamos a los alumnos/as que van a viajar al pasado, pero no a un pasado concreto de nuestra época, sino más bien a la propia esencia del pasado y que, por lo tanto, todas las actividades que van a realizar estarán condicionadas por el mismo. La trampa reside en que todas las actividades a realizar estarán marcadas por un mismo parámetro, "la repetición". Como ya comentábamos anteriormente, el pasado son hechos de nuestra existencia que ya sucedieron y que, por lo tanto, ya no se pueden cambiar, así pues y ateniéndonos a este fenómeno, todas las actividades estarán ceñidas a un bucle donde hagan lo que hagan nuestros alumnos/as nada cambiará. Los alumnos/as ignorantes de este hecho sólo se percatarán del mismo en el momento de realizar las actividades. Al final de la sesión y junto con el docente, se expondrán las diferentes impresiones en una puesta en común donde se ponga de relieve la verdadera naturaleza simbólica del pasado.

Las actividades que vamos a exponer a continuación son sólo un ejemplo que puede servirnos de guía para adaptar la simbología del pasado al juego. Cada docente tiene a su disposición cientos de juegos que pueden ser fácilmente utilizables para este fin. Por último, es muy recomendable señalar que dada la naturaleza de las actividades del pasado conviene tener

preparada una amplia variedad de actividades para evitar la desmotivación del alumnado ante el carácter cíclico de las mismas, cambiar a menudo de actividad aunque sean cíclicas favorecerá ampliamente la dinámica de la clase.

-EL PAÑUELO- Los alumnos/as se dividen en dos equipos y cada equipo se numera a sí mismo de forma anónima en función del número de miembros que tenga. El docente se coloca entre los dos grupos con un pañuelo de colores, dice un número y el alumno/a de cada equipo que tenga ese número correrá para hacerse con el pañuelo. El primero que lo coja y lo lleve a su terreno sin que le pille el miembro del otro equipo marca un tanto para su grupo. Por lo general este juego clásico obliga al docente a decir todos los números para que todos los alumnos/as tengan oportunidad de salir. No obstante no estamos en el presente. Ahora estamos en el pasado. El docente dirá un número al azar la primera vez como por ejemplo el 8. Sin embargo, la segunda vez volverá a decir el 8, y así sucesivamente de manera cíclica. Cabe decir que a la segunda vez que el docente nombre el mismo número y dado que los alumnos/as no saben aún lo que se pretende mostrarles, señalarán al docente que ya ha dicho ese número. El docente les contestará que ya lo sabe pero que no puede hacer nada y ese será el único número que oigan durante el resto del juego. Llegados a este punto se sugerirá a los alumnos/as que se numeren de nuevo (no más de cuatro veces) o si lo prefieren cambiar de actividad.

-BOMBA- todos los alumnos/as sentados en círculo se pasan un balón en el sentido de las agujas del reloj o viceversa, a los treinta segundos el docente grita bomba y aquel alumno/a

que tenga el balón en ese momento tendrá que hacer una prueba a elección del docente. En este caso y para enmascarar la trampa el docente no contará el tiempo, de modo que los alumnos/as no se percaten de la situación. Cuando llegue el momento apropiado, dirá en alto ¡bomba! y aquel alumno/a que tenga el balón hará la prueba. No obstante en la segunda vuelta el docente deberá decir ¡bomba! justo cuando el balón llegue a manos del primer alumno/a al que le tocó la primera vez y así sucesivamente todas las veces, de esa manera la bomba siempre le caerá al mismo alumno/a. Al igual que en el ejemplo anterior y dado que los alumnos/as acabarán dándose cuenta a la segunda o tercera vuelta, les sugeriremos o bien cambiar de juego rápidamente o alterar el orden del círculo, pero aun en el caso de alterar el orden, la bomba siempre caerá en el mismo alumno/a al que le tocó la primera vez.

-REACCIÓN EN CADENA- Este juego cooperativo consiste en colocar a los alumnos/as sobre el rectángulo que delimita un campo de fútbol o baloncesto. Una vez allí, los alumnos/as corren siguiendo la línea que delimita el campo hasta que en un momento dado el docente grita ¡ya! En ese momento los alumnos/as tienen que darse la mano lo más rápidamente posible para posteriormente subirse todos a la vez a un quitamiedos o colchonetas previamente colocadas en mitad del campo, para superar este reto tienen que hacerlo todos a la vez y de la mano en un tiempo determinado que oscilará entre los 8 y 4 segundos después del ¡ya! A medida que los alumnos/as se van coordinando más se va reduciendo el tiempo. Para la adaptación de este juego al pasado modificaremos la regla de correr por la de andar, de ese modo los alumnos marcharán de forma más uniformada lo

que permitirá al docente concretar la trampa. Esta consiste en decir ¡ya! en el mismo momento en el que un alumno/a ya prefijado por el docente pase por un punto concreto, es decir, cada vez que nuestro alumno/a señal, pase por un mismo punto se dice ¡ya! De ese modo el factor sorpresa de la prueba queda eliminado en pro de un bucle cíclico que se espera que el alumno/a intuya pronto. Si los alumnos/as superan el reto subiéndose todos a la vez a la colchoneta en el tiempo estipulado la primera vez, la segunda vez y las posteriores también lo harán independientemente de si lo logran o no, si es al revés y la primera vez no se suben todos de la mano a las colchonetas en el tiempo prefijado el resto de veces aunque lo hagan bien se les anotará como reto no superado. Como todas las demás actividades del pasado, cambiar al cabo de cinco intentos o antes en caso de que los alumnos/as se percaten de la trampa.

PUESTA EN COMÚN: Finalizada la sesión, los alumnos/as volverán a la máquina del tiempo para volver al presente y una vez allí junto al docente, hablarán en común de su experiencia en la dimensión del pasado. En esta parte el docente les hablará de que en el pasado, y tal como han podido comprobar a través de las actividades, las acciones que ya han ocurrido no se pueden cambiar pero incidiendo que siempre se puede tratar de aprender de ellas de cara al presente.

Actividades en el futuro: En este caso, las actividades del futuro serán diametralmente opuestas a las del pasado. El futuro es incierto e impredecible, por lo tanto, las actividades que el alumnado experimentará serán exactamente iguales. Aquí la pauta de los juegos no se basa en la repetición, sino en la incertidumbre. Las actividades

cambiarán las reglas de manera esporádica o se pasará de un juego a otro inmediatamente, de manera que el alumno/a nunca sabrá en qué momento pueden cambiar las circunstancias. A continuación daremos algunos ejemplos prácticos de cómo enseñar la simbología del futuro. Al igual que en el pasado los alumnos/as no deben saber de antemano la naturaleza de las actividades de manera que puedan experimentarlas por sí mismos en el transcurso de la acción.

Siguiendo la pauta habitual, al inicio de la sesión les explicaremos a los alumnos/as que hoy irán a la dimensión del futuro, dicho esto pasarán todos por la máquina del tiempo para iniciar la clase.

-PAÑUELO FUTURISTA- De nuevo podemos tomar como ejemplo el clásico pañuelo, solo que esta vez y para alivio de nuestros alumnos/as el docente sí que dirá números al azar, no obstante lo que si cambiará a cada momento es la forma de cogerlo. Con el primer número pueden ir corriendo, pero para el segundo el docente indicará que para cogerlo hay que ir en cuadrupedia invertida, para el tercer número a la pata coja, etc.

-CIRCUITOS LOCOS- Todos los alumnos/as andan o corren en un círculo lo más amplio posible, el docente les indicará que va a dar consignas como por ejemplo “abajo”, momento en el cual los alumnos/as sin dejar de moverse tendrán que agacharse y tocar suelo. No obstante el docente lejos de decir las frases consignadas de antemano dará otras órdenes completamente diferentes como, por ejemplo, cambio de sentido o hay que pillar a un compañero que tenga el color rojo en la ropa. De esa manera los alumnos/as nunca tendrán

la certeza de qué va a pasar a continuación (Cuanto más rápidas sean las órdenes mejor).

-HIBRIDACIÓN DE JUEGOS- otro ejemplo para crear incertidumbre es plantear un juego que conozcan bien los alumnos/as y cuando menos se lo esperen cambiar a otro radicalmente distinto pero que también conozcan bien. En este caso ponemos por ejemplo un cruce entre guerra de balones en el cual dos bandos achican balones de su campo para pasarlo al campo contrario y balón sentado en el cual los alumnos/as tratan de hacerse con una pelota o varias que haya por el terreno de juego para tratar de acertar al compañero más cercano. Si un alumno/a es dado por un balón se sentará y su única posibilidad de reincorporarse reside en el hecho de coger alguna pelota cercana que pase a su lado y en cuyo caso le da la opción de levantarse y volver al juego o pasársela al compañero más cercano que esté sentado para salvarlo también. Podemos empezar con uno o con otro juego indistintamente y en el momento más inesperado cambiarlo por el otro. En este sentido este tipo de hibridación no está supeditada a sólo dos juegos, sino que puede enlazarse incluso con más. Un ejemplo añadido lo encontramos en los clásicos juegos de locomoción, es decir, podemos empezar con el juego de “stop” para posteriormente cambiar sin previo aviso a “rey en alto” y continuar con el juego de la cadeneta.

PUESTA EN COMÚN: Al finalizar la sesión todos los alumnos/as volverán a la máquina del tiempo para regresar al presente, allí se tratarán las experiencias vividas y se hablará acerca de la naturaleza del futuro, es decir, un lugar donde ninguna situación está sujeta a un orden concreto y la incertidumbre y la variabilidad están a

la orden del día ya que el futuro como tal aún no existe y es imposible predecirlo.

Actividades en el presente:

Independientemente de si se elige el pasado o el futuro para tratar el enfoque simbólico del tiempo el presente es el broche final que se debe experimentar y, por lo tanto, será la última sesión de este bloque. Para ello ese día no se pedirá a los alumnos/as que entren en la máquina del tiempo, simplemente se dirá que ese día van a estar en el presente y que como tal tienen plena libertad para jugar a lo que quieran ya sea de manera libre o proponiendo ellos mismos sus actividades favoritas al docente.

PUESTA EN COMÚN: La puesta en común de esta sesión va dirigida a comparar las experiencias vividas del pasado y el futuro con las del presente con la idea de que los alumnos/as comprendan que son sus acciones presentes las que realmente dan sentido a las vivencias cotidianas y que no hay mejor momento que el tiempo presente para poder cambiar las cosas. Simplemente aquí y ahora...

Enfoque número dos. La máquina del tiempo como herramienta para la exploración y la aventura. Potenciando la imaginación

En este nuevo enfoque los alumnos/as viajarán a través de distintas épocas para descubrir cómo era la educación física en el pasado y cómo podría ser en el futuro. Antes de iniciar a los alumnos/as en este bloque el docente les explicará que la máquina no sólo tiene capacidad de viajar en el tiempo, sino que además es capaz de llevar a las personas a diferentes lugares del mundo, de ese modo se pueden visitar otros lugares como el Estocolmo del siglo XIX cuna de la gimnasia o la

Francia de principios del siglo XX. Así mismo, antes de cada sesión los alumnos/as deberán pasar por la máquina del tiempo y al finalizar la sesión, volver a la misma para su regreso al presente. A continuación y a modo de ejemplo práctico se detallarán una batería de actividades a elegir que pueden servir como guía temporal.

Año 1824 (Estocolmo). Para esta sesión el docente explicará a los alumnos/as a dónde van a viajar y algunas anécdotas que contextualicen cómo se vivía en la época que van a visitar. En esta sesión los alumnos/as van a visitar la escuela de gimnasia sueca de Henrick Pier Ling. Una vez explicados los pormenores de la situación los alumnos/as pasarán por la máquina del tiempo y experimentarán una sesión de gimnasia sueca a la antigua usanza. Para dar mayor verosimilitud a la sesión el docente puede colocar en el gimnasio fotos o imágenes de la época en cuestión. Dado que esta es una sesión de exploración no se incidirá en los aspectos técnicos de la misma.

Año 1915 (Francia). En esta ocasión los alumnos/as viajarán a la Francia del pasado para experimentar el método natural de Hebert basado en circuitos y otras pruebas mucho más dinámicas. Al igual que en la anterior sesión una contextualización de la época y la colocación si es posible de imágenes de la época servirán para favorecer la inmersión en la experiencia.

Año 1951 (España). Esta sesión se puede enfocar desde dos perspectivas, la primera consistiría en una sesión que girase alrededor de los juegos tradicionales propios de la época, y la segunda en base a una sesión de gimnasia militarista también muy propia de la época con su respectivo potro y plinto. En cualquier caso queda a

elección del docente elegir un tipo de sesión u otra u optar por las dos.

Año 2053 (País a elegir por el docente) Llegados a este punto del tour temporal el docente ya no estará ceñido al protocolo del pasado (la educación física del futuro queda a disposición del docente) en este caso se explicará a los alumnos/as que vamos a ir al año 2053, en esta época la tecnología ha avanzado de manera exponencial hasta tal punto que el ser humano tiene a su disposición implantes cibernéticos para mejorar sus habilidades. Estos son algunos ejemplos de actividades futuristas:

-BALÓN SÓNICO- Antes de comenzar con este juego se reparte entre los alumnos/as una pegatina del mismo color que simbolice un implante de aceleración de reflejos. Después, los alumnos/as se colocarán en círculo y se les dará un balón al que se le atribuirá la propiedad ficticia de que se mueve a velocidad sónica, pero que gracias a los implantes es posible cogerlo. Las reglas del juego son sencillas, consiste en pasar la pelota entre compañeros de manera aleatoria lo más rápido posible sin que este se le caiga a nadie de las manos. Cada alumno/a puede pasar la pelota a quien quiera siempre y cuando no sean los dos compañeros que tiene al lado, es decir, el de la izquierda y la derecha respectivamente. No pueden retener el balón en las manos más de tres segundos una vez se lo haya pasado un compañero/a, y el balón no se les puede caer de las manos al recepcionarlo. Todo aquel que infrinja estas normas deberá abandonar su puesto dentro del círculo y correr alrededor del mismo una vuelta rápida para posteriormente incorporarse a su lugar. Se comienza el juego con un balón, una vez que se domina la mecánica del juego se puede introducir

un segundo balón para multiplicar la dificultad.

-GRAVEDAD CERO- Para que los alumnos/as experimenten este juego se necesitan globos de colores para simular la gravedad cero y varios aros de colores a juego con los globos. Los alumnos/as se dispersarán por el espacio y su objetivo será impedir de manera cooperativa que los globos toquen suelo. Los globos deberán ser depositados exactamente dentro de un aro con su mismo color. Cada vez que los alumnos/as consigan introducir un globo en su respectivo aro marcarán un punto. Para que el grupo gane deberán marcar un número de tantos entre 10 y 15 especificado por el docente bajo un tiempo no superior a cinco minutos. En caso de que un globo toque suelo o no se deposite en un aro de su mismo color, el juego se reiniciará de nuevo dejando el marcador de puntos a cero, sin embargo, el tiempo de juego estipulado seguirá corriendo.

-IMPLANTES CIBERNÉTICOS Y DEPORTE EXTREMO (juego de oposición)- Para esta actividad se deja elegir a cada alumno/a una pegatina que simboliza un implante cibernético. Las pegatinas son de tres colores en función del implante a simular. Las pegatinas rojas simbolizan un implante de fuerza máxima, las azules simbolizan un implante de velocidad máxima y las amarillas simbolizan un implante de aceleración cognitiva. Las pegatinas marcarán el rol de actuación de cada alumno/a, sin embargo, dichas pegatinas una vez elegidas pueden ser intercambiadas entre los alumnos/as en función de los resultados del juego o la estrategia a seguir.

El objetivo del juego consiste en llevar al campo contrario balones medicinales (habrá un total de 4 por cada equipo durante el juego) o balones de espuma

(habrá un total de 6 por cada equipo durante el juego) y meterlos en la hilera de aros que simbolizan las porterías de ambos equipos (para reducir los índices de competitividad, se sugerirá a los alumnos/as que el objetivo del juego no es ganar por puntos al otro equipo, sino alcanzar 50 puntos, en el momento en que ambos equipos lleguen a esa puntuación el juego acabará). Los alumnos/as se dividirán en dos equipos que se irán a su respectivo lado del campo. En cada campo habrá para defender siete aros colocados en hilera uno al lado de otro, seis azules y en mitad de ellos uno rojo.

Los alumnos/as que hayan elegido el implante de fuerza máxima, solo podrán llevar balones medicinales y no podrán correr, solo andar. Si un alumno/a con implante de fuerza máxima es capaz de depositar el balón medicinal en uno de los aros azules del campo contrario marcará cinco puntos, si por el contrario consigue hacerlo en el rojo la puntuación será de diez puntos. En cambio, si un alumno/a con implante de fuerza máxima decide defender, tampoco podrá correr, solo andar y como defensa puede obstaculizar tanto a compañeros con implante de fuerza como a los de velocidad máxima. En ningún caso se puede tocar a un oponente. Los alumnos/as con el implante de velocidad máxima pueden moverse libremente por el espacio, pero sólo pueden llevar balones de espuma. Si un alumno/a consigue depositar un balón de espuma en uno de los aros azules del equipo contrario marcará medio punto, y si consigue hacerlo en el rojo, un punto. Los alumnos/as que lleven el implante de velocidad máxima no pueden defender sólo atacar. Por último, los alumnos/as con implantes de aceleración cognitiva tienen la función estratégica más interesante,

pueden mover objetos que en este caso serán dos colchonetas y dos bancos suecos. Su objetivo será mantenerse en los márgenes del campo y colocar estratégicamente en él los objetos anteriormente citados para entorpecer el paso del equipo contrario a sus líneas, o por el contrario retirar de su propio campo aquellos objetos que interfieran negativamente para su equipo. El grupo de alumnos/as con el implante de aceleración cognitiva podrá colocar sus dos bancos y sus dos colchonetas en cualquier lugar del campo contrario sin interferencias por parte del resto de jugadores, no obstante una vez colocados alguno de estos objetos o todos, no podrán moverlos de nuevo hasta haber pasado al menos tres minutos. Una vez pasado este tiempo los alumnos/as con este rol podrán reubicarlos de nuevo. Si lo que deciden es retirar objetos, colocados por los alumnos/as del equipo contrario de su propio campo, sólo podrán retirar un número de objetos que ellos no hayan colocado, es decir, si los alumnos/as del equipo A colocan en el campo del equipo B uno de sus cuatro objetos y el resto los reservan para más adelante, podrán retirar de su propio campo tres objetos que hayan colocado los del equipo B en su campo. Si el equipo A pusiera todos sus objetos en el campo de B, no podrían retirar de su propio campo nada de los que el B les pongan. La única manera de retirar objetos del propio campo es tener en reserva alguno de los propios objetos o retirar alguno del campo contrario para volver a tenerlo en reserva. La función de los objetos es simple: los bancos suecos simulan paredes virtuales. Si un alumno/a con implante de fuerza o velocidad se topa con alguno en su camino tendrá que rodearlo. Las colchonetas en cambio son trampas. Si un alumno/a las pisa por error durante el juego, quedará atrapado en ella y

solo la retirada de esta por parte de los alumnos/as con implante de aceleración cognitiva podrá devolver a los alumnos/as atrapados al juego.

-CIBERESPACIO (Reto cooperativo)-
Para la explicación de esta actividad, se comentará a los alumnos/as que en el año 2053 la conexión a internet ya no se hace con un módem como actualmente. Gracias a los implantes cibernéticos, el usuario es capaz de conectar su mente directamente a la red, o lo que es lo mismo, estar dentro del propio internet ahora llamado ciberespacio. Para entrar en el ciberespacio se repartirá a cada alumno/a una pegatina que simule un implante de red para poder conectarse al mismo. Después se dividirá a los alumnos/as en cuatro grupos de cinco miembros aproximadamente. Para moverse en el ciberespacio cada grupo contará con dos colchonetas, de modo que el desplazamiento se haga sobre las mismas. Si un alumno/a toca el suelo se desconectará de la red y tendrá que ir a una esquina del gimnasio que simulará el puerto de entrada al ciberespacio y no podrá moverse de allí hasta que sus compañeros de equipo vayan a rescatarlo. La misión que tendrán que afrontar los alumnos/as será la de proteger el dominio (el gimnasio) de una inoportuna infección de virus informáticos (balones de colores).

Se repartirán por el espacio y al azar 25 balones. Diez de color azul, diez de color verde y cinco de color rojo. Para eliminar los virus hay que ir recogiendo los y llevarlos a un punto concreto del gimnasio donde se dejarán en cuarentena, sin embargo, cada virus tiene una propiedad diferente y antes de llevarlos a la cuarentena hay que hacer algunas acciones específicas.

Los balones azules representan virus troyanos, no son muy peligrosos, los alumnos/as que los recojan sólo tienen que llevarlo al lugar acordado de cuarentena. Los balones amarillos son virus de gusano, estos virus son potencialmente más peligrosos y antes de llevarlos a la cuarentena hay que encestarlos en una canasta. Sin embargo, hay que advertir a los equipos que si cogen uno de estos y fallan al tratar de encestarlo más de dos veces, todo el equipo quedará infectado por el virus, si eso ocurre, el equipo que lo ha recogido verá su conexión cortada y serán expulsados de la red, por lo tanto, tendrán que dejar el balón en el suelo y volver al punto de entrada para empezar de nuevo.

Los balones rojos representan un tipo de virus futurista llamado Pay. Los Pays son altamente peligrosos y requieren de la coordinación de toda la clase para eliminarlos. Cuando un alumno/a coge un Pay, no puede retenerlo en la mano más de tres segundos, si eso ocurre ese alumno/a quedará infectado y será expulsado de la red hasta que sus compañeros lo rescaten. En cambio, tendrá que pasarlo a los miembros del equipo más cercano, nunca a los de su propio equipo o si no también se verá expulsado de la red, una vez que el Pay está en manos de otro equipo este deberá pasarlo a otro más cercano en menos de tres segundos pero no al mismo que se lo paso originalmente. El Pay siempre debe pasar a un equipo diferente. Si los alumnos/as consiguen mantener al Pay en el aire deberán encestarlo sin fallar dos veces por equipo, lo cual supone que si hay cuatro equipos el Pay deberá ser enceestado 6 veces. Si la operación tiene éxito el Pay podrá ser llevado a la cuarentena sin peligro. En caso de que el Pay caiga al suelo mientras los

equipos se lo pasan o se falle alguna de las canastas, todos los alumnos/as sin excepción serán desconectados de la red y los virus que estuvieran en la cuarentena serían liberados de nuevo por lo que el juego se reiniciaría, "nunca mejor dicho". Para darle más emoción el docente puede aplicar tiempo para la realización de este reto. Año 2183 (Planeta a elegir por el docente) En el año 2183 y gracias a la invención del motor de curvatura la conquista del espacio es ya un hecho. Bajo este contexto se les explicará a los alumnos/as que al igual que en el presente, en este futuro hipotético los alumnos/as también van de excursión, solo que en vez de hacerlo a parques naturales lo hacen a exoplanetas. Sin embargo, la excursión de nuestros alumnos/as a un nuevo planeta se verá empañada por la aparición de una forma alienígena que les dará más de un quebradero de cabeza.

Una vez contextualizado el medio en el que se van a mover los alumnos/as, se les comentará que su misión será la de capturar a un ente alienígena que tiene la molesta facultad de meterse en cuerpos ajenos haciendo que los que no estén infectados hagan una prueba. La prueba será a elección del docente y puede ir desde correr una vuelta al campo hasta un divertido baile. Para ello los alumnos/as se colocarán de cara a la pared con los ojos tapados. Una vez estén colocados, el docente pasará detrás de ellos y tocará al azar en la espalda a uno o varios alumnos/as que éste considere oportuno. Los alumnos/as tocados en la espalda por el docente serán los marcianos y su función será la de pillar al resto sin que estos los descubran. Una vez que el docente ha seleccionado a los marcianos dejará que los alumnos/as se coloquen libremente en cualquiera de las seis estaciones repartidas por el gimnasio,

en este caso las estaciones estarán representadas por las cuatro esquinas del campo más dos a mayores en mitad de éste. Cuando un alumno/a se coloca en una estación, más compañeros se pueden colocar junto a él. En ese momento si este alumno/a no es un marciano no sabrá si los compañeros que se han colocado junto a él lo son o no. Puede preguntar por supuesto, pero si entre sus compañeros hay un marciano no se lo va decir así que para evitar ser pillado el alumno/a puede optar por confiar en su suerte y mantenerse en esa estación o cambiarse a otra donde haya menos gente y, por tanto, más probabilidad de que no haya marcianos.

La identidad de los marcianos se mantendrá oculta hasta que el docente comience una cuenta atrás de diez segundos, en el momento que el docente llegue a cero, ningún alumno/a podrá ya cambiarse de estación. Después, y con los alumnos/as ya inmóviles en sus respectivas estaciones, el docente irá grupo por grupo preguntando si hay algún marciano, en ese momento se revelará la identidad de los marcianos, los alumnos/as que hayan sido tocados en la espalda por el docente levantarán la mano y todos aquellos alumnos/as no infectados que coincidan con uno o varios marcianos en la estación tendrán que hacer la prueba estipulada de antemano por el docente. Si en una estación no hay marcianos entre los alumnos/as todos se salvarán de la prueba. Si se diera el caso de que en una de las estaciones sólo hubiera marcianos y no hubiera alumnos/as no infectados serían los propios marcianos quienes hicieran las pruebas estipuladas, por no decir que se les consideraría pillados.

El objetivo del juego es que el grupo consiga atrapar al menos cinco marcianos y dado que es casi imposible que los marcianos coincidan todos en una estación la alternativa viene dada por la siguiente posibilidad: Una vez que los alumnos/as controlan la mecánica del juego se establece una nueva regla y es que si un alumno/a sospecha de otro, puede meterlo en una celda de contención que se habilitará con un aro en mitad del gimnasio. Para pillar a un compañero, (cada alumno/a puede pillar a uno nada más por ronda) hay que hacerlo por detrás, si se consigue, éste no podrá resistirse cuando el compañero que le ha pillado le escolte a la zona de contención. Si cuando el docente pregunta al final de cada ronda quiénes eran los marcianos los alumnos/as atrapados en contención lo son se les considerará pillados y harán la prueba. Sin embargo, los alumnos/as corren el riesgo de equivocarse al no saber quién es quién. Si un alumno/a es llevado a contención sin ser marciano, al final de la ronda deberá decir qué compañero le ha cogido y éste, independientemente de si ha coincidido o no en una estación con un marciano, tendrá que hacer la prueba estipulada. Como broche final añadiremos que en este juego conviene que el docente tome nota de las diferentes reacciones de los alumnos/as y de las estrategias que pueden llegar a desarrollar ante la paranoia de no saber quién es quién, así como de las estrategias de los marcianos para atraer a las estaciones a los compañeros no infectados.

Enfoque número tres. La máquina del tiempo como herramienta para desarrollar la autoconciencia personal

Este tercer bloque se manifiesta a través de dos actividades unidas narrativamente en la que los

alumnos/as explorarán el concepto de paradoja temporal y sus nefastas consecuencias. Bajo esta idea se esconde un concepto con el que se puede desarrollar la autoconciencia personal.

La autoconciencia personal es un pilar fundamental de la inteligencia emocional (Goleman, 1997; Martínez y Salvador, 2005) a través de la misma los sujetos son conscientes de sus propios actos y, por lo tanto, son capaces de afrontar con mayor eficacia sus acciones y emociones. Por lo tanto, la autoconciencia personal se puede convertir en una herramienta de alto poder educativo con la que explotar al máximo la educación en valores y el desarrollo pro social del alumnado. En este caso la idea subyacente a trabajar de cara a la autoconciencia personal es “cuidado con lo que hacemos en el pasado porque nos puede pasar factura en el presente y además condicionar nuestro futuro”. Es conveniente aplicar estas dos sesiones que vamos a exponer a continuación como broche final al enfoque anterior.

-VIAJE AL CARBONÍFERO: Tras el intenso tour temporal que experimentaron los alumnos/as en el anterior bloque, se les explica que la máquina ha tenido un fallo gravísimo. Uno de los módulos de protección temporal se ha soltado en uno de los viajes y según el diario de a bordo de la máquina ha ido a parar al periodo carbonífero. La misión de los alumnos/as consistirá en viajar a esa peligrosa época y recuperarlo. Sin embargo, antes de viajar en el tiempo se especificará a los alumnos/as que hasta ahora viajar en el tiempo no era peligroso gracias al módulo que se ha perdido, pero ahora sin ese módulo cualquier cambio que hagan en el pasado puede alterar drásticamente el futuro, para ello se puede poner el

clásico ejemplo de que si alguien viaja al pasado e impide que los padres se conozcan sus hijos no existirán, y dado que se va a viajar a 200 millones de años de la época actual, cualquier cambio que se haga en el entorno puede suponer la extinción de la humanidad tal y como se la conoce hoy en día. Antes de iniciar la sesión se establecerán tres roles entre los alumnos/as que se pueden elegir al azar o asignar directamente.

Buscadores: su misión es clara, buscar las piezas ocultas.

Médicos: darán soporte vital a aquellos compañeros que sean heridos en el transcurso de la aventura.

Ingenieros mnemotécnicos (mínimo tres): su misión es la más importante, se encargarán de tratar de que cualquier cambio que se produzca en el entorno por mínimo que sea, se repare inmediatamente. Cuando estos sean elegidos, el docente le dará a uno de ellos un sobre cerrado con instrucciones de no abrirse a menos que el tiempo se altere. Dicha carta se guardará para la siguiente sesión...

Tras esta explicación se hablará a los alumnos/as de las condiciones del carbonífero. Un periodo donde las plantas dominaban la tierra y los insectos eran tres veces más grandes de lo normal y todo ello bajo unas temperaturas asfixiantes. Al acabar la contextualización, los alumnos/as pasarán por la máquina y comenzará la sesión. Para simular el carbonífero todo el espacio se cubrirá con ladrillos, de modo que a los alumnos/as no les resulte fácil andar sin producir cambios. Otras zonas del gimnasio se pueden maquillar con gomas a modo de maleza, así como colchonetas y bancos suecos que ayuden a dar ambiente (cuanto más material haya

repartido por el espacio mejor y más dificultad para los alumnos/as). Ante este panorama los alumnos/as comenzarán la búsqueda. Las piezas del módulo de control (10 en total) estarán ocultas estratégicamente debajo de los ladrillos o en otros lugares que el docente crea conveniente. Estarán representadas por cartulinas de colores, los alumnos/as deberán tratar de reunir las todas. Sin embargo, debajo de los ladrillos pueden encontrarse sorpresas más desagradables.

En aquella época había dos variedades de artrópodos muy peligrosos, la mesocele y la plasmopleura. La mesocele era una araña del tamaño de un gato y la plasmopleura un ciempiés altamente venenoso. Muchos de los ladrillos que los buscadores tendrán que levantar tendrán debajo una foto o dibujo de estos particulares seres. Los buscadores que comiencen la búsqueda deberán levantar los ladrillos y en caso de que haya un papel debajo deberán sacarlo y ver qué tiene. Si es una pieza tendrá que llevarla al campamento base, pero si es un artrópodo el buscador será picado y tendrá que quedarse inmóvil en el sitio. Si eso ocurre entrarán en juego los médicos. Su misión en este caso es llegar hasta el buscador herido y llevarle en volandas hasta el campamento para aplicarle una cura que le permita regresar al juego. Aparte de esta función, a los alumnos/as médicos se les ofrece una misión secundaria y es la de fotografiar cinco mesoceles y cinco megapleuras para el fondo de investigación. Por lo tanto, los médicos también pueden buscar, sólo que si dan con una pieza al no estar cualificados no podrán cogerla teniendo que solicitar la ayuda de un buscador para que la recoja.

Mientras todo esto sucede, los ingenieros mnemotécnicos seguirán tanto a médicos como buscadores para asegurarse de que cuando uno de sus compañeros levante un ladrillo lo dejen como estaba. Su misión es muy importante puesto que no deben de permitir que sus compañeros alteren el escenario lo más mínimo. Otro de los problemas añadidos del carbonífero es que hace 200 millones de años la temperatura era sofocante. Los alumnos/as no podrán permanecer en el escenario más de cinco minutos seguidos. Cada cinco minutos el docente alertará al grupo de que la temperatura es inaguantable y que hay que buscar protección contra el sol. En este caso, los alumnos/as deberán cobijarse debajo de las colchonetas que encuentren más a mano y guarecerse bajo ellas al menos treinta segundos hasta que pase la oleada de calor. Tras ese tiempo se reincorporarán al juego. Si un alumno/a no se cobija a tiempo quedará inmovilizado en el sitio a la espera de que lo rescate el equipo médico. Al finalizar la sesión si se han recuperado las piezas todos volverán al presente, pero si no lo han hecho las consecuencias serán imprevisibles...

-PESADILLA DISTÓPICA:

Independientemente de si los alumnos/as superaron el reto cooperativo en la anterior sesión o no descubrirán que fracasaron. Si no lograron reunir las diez partes del módulo temporal los cambios estarán justificados, pero si lo lograron, el docente argumentará que era inevitable ir al pasado y volver sin cambiar nada. Al inicio de la sesión el docente les explicará que su incursión al pasado ha cambiado radicalmente el presente, en esta nueva realidad una entidad informatizada llamada por la población mundial "control central" se ha hecho con el poder y controla los

movimientos de la gente y que, por lo tanto, nadie es libre de su control. Tras esta explicación, el docente sacará una hoja de instrucciones y la leerá en alto, en ella se detallarán las nuevas órdenes que hay para ellos ese día según los diseños del control central. Las órdenes son caminar de manera uniforme en círculos. En ese momento el docente estará atento por si los alumnos/as con el rol de ingenieros mnemotécnicos se acuerdan de la carta cerrada que se les entregó al inicio de la sesión anterior. Si no recordaran la carta el docente se encargará de recordárselo. En la carta habrá instrucciones detalladas de qué hacer en caso de que se altere el presente. La única salida que tendrán los alumnos/as para devolver el tiempo a la normalidad es viajar en la máquina al momento exacto en la que se construyó, es decir, la primera sesión de esta unidad didáctica. Una vez que estén en ese preciso momento temporal los alumnos/as deberán desmantelarla, de ese modo se creará un doble bucle temporal en el cual si nunca ha existido la máquina del tiempo nunca se alterará el presente y, por lo tanto, todo debería volver a la normalidad. Sin embargo, el control central se ha apoderado de la máquina y la única forma de recuperarla es introducirse en su infraestructura sin que los detecten. Llegados a este punto si los alumnos/as quieren triunfar tendrán que trabajar en equipo y superar varios retos lineales que vamos a proponer a continuación.

Reto nº 1- para introducirse en la infraestructura del control central lo primero que tendrán que hacer nuestros alumnos/as es desactivar un nodo de vigilancia. El nodo estará simbolizado por un balón. Para ello los alumnos/as se dividirán en dos filas una enfrente de otra y se pasarán el balón en zigzag. Tienen que hacerlo en

un tiempo determinado tocándolo todos, si el balón cae al suelo o no completan los pases en zigzag en el tiempo estipulado el control central los detectará. Más adelante detallaremos qué ocurre en caso de ser detectados por el control central.

Reto nº 2- Si se supera un reto se pasa al siguiente, en este caso los alumnos/as tendrán que atravesar un mar de circuitos y el único modo de hacerlo es por una pasarela representada en este caso por una hilera de bancos suecos al revés. Los alumnos/as disponen de un tiempo determinado para pasar por ella. Si un alumno/a toca suelo mientras cruza todos serán detectados por el control central.

Reto nº 3- En este reto los alumnos/as se encontrarán a la espera de que se desbloquee una puerta que da acceso a otra sala interior del control central, por desgracia y mientras esperan a que se abra la compuerta, la cual lo hace cada cinco minutos, tendrán que evitar ser vistos por las cámaras internas del control central. La única ventaja con la que contarán son los ángulos muertos. Para este reto llenaremos el espacio con aros de tres colores siendo estos rojo, azul y amarillo. Los alumnos/as permanecerán dentro de los aros indistintamente pero cada ciertos intervalos de tiempo el docente les comunicará que el control central va a inspeccionar esa zona y que deben colocarse en los ángulos muertos. Para ello, los alumnos/as deberán colocarse en un color determinado y en una posición estática para evitar ser vistos. Cuando el docente dé la señal de que pueden ser detectados, sacará un color al azar asociado a una postura específica y lo enseñará al grupo, en ese momento todos los alumnos/as deberán colocarse en los aros de ese color y hacerlo en la posición asociada

al color. Por ejemplo, azul igual a pata coja. En este caso los alumnos/as deberán estar en aros azules a la pata coja. Las posiciones asociadas a los colores así como las múltiples posturas que se elijan para cada color serán a elección del docente. En caso de que un alumno/a se salga de los aros o se equivoque en el color o en la postura hará que el control central detecte al grupo.

Reto nº 4- en este punto los alumnos/as se encontrarán con una puerta que deberán desbloquear si quieren continuar con su aventura. Para desbloquear la puerta, los alumnos/as deberán formar con colchonetas una forma geométrica elegida al azar por el docente y deberán hacerlo en un tiempo determinado. El problema radica en que no podrán tocar las colchonetas con las manos, por lo tanto, tendrán que ingeniárselas para crear la forma geométrica sin utilizar los brazos ya que de ser así el control central los detectará.

Reto nº 5- Para llegar hasta la máquina del tiempo los alumnos/as deberán atravesar una última sala cuyo suelo está polarizado y, por lo tanto, no se puede estar sobre él, para despolarizarlo los alumnos/as tendrán que llevar al otro extremo del gimnasio un quitamiedos. En este reto, el grupo se dividirá en subgrupos de tres o cuatro miembros y de manera sincronizada y en oleadas deberán saltar sobre el mismo para ir desplazándolo por el espacio. El objetivo es llevar el quitamiedos al otro extremo del gimnasio, por desgracia a lo largo del trayecto habrá obstáculos en forma de conos que habrá que ir sorteando. Si el quitamiedos toca en su trayecto un cono los alumnos/as serán detectados por el control central.

Final- Una vez que los alumnos/as hayan superado todos los retos, se encontrarán con la máquina del tiempo. A partir de este punto todos viajarán en ella hasta el momento de su presentación por parte del docente (sería interesante por parte del docente hacer una pequeña representación donde reprodujera las mismas palabras que utilizó para presentar la máquina el primer día a los alumnos/as). En ese momento deberán desmontarla pieza por pieza devolviendo así el tiempo a la normalidad.

En caso de ser detectados por el control central en alguno de los retos éste los confinará a todos a una cárcel virtual representada por colchonetas de la que los alumnos/as podrán escapar sin ningún problema, la dificultad no obstante radica en el hecho de que deberán repetir los retos desde el principio, es decir, si el fallo se produjo en el reto número 4, tendrán que empezar por el número 1 de nuevo, así que la cooperación es vital para llevar a buen puerto esta sesión. En cualquier caso, el docente puede bajar la dificultad en caso de que fuese necesario ya que lo que se pretende es que los alumnos/as logren su cometido.

PUESTA EN COMÚN- Llegados a este punto es fundamental establecer un paralelismo entre las experiencias vividas en este enfoque temporal y su extrapolación a las propias vivencias. Para ello es importante hacer hincapié en las propias responsabilidades de los alumnos/as de cara a sus propias acciones y las posibles repercusiones derivadas de las mismas. Por ejemplo, asumir conductas innecesarias de riesgo puede conllevar tener accidentes que más adelante pueden tener connotaciones negativas para el cuerpo y todo bajo el prisma de un hecho negligente que se podía haber evitado y que ya no tiene remedio. Otro

enfoque puede venir desde el trato que se da a los demás, haciendo claras alusiones de que si tratamos mal a la gente ésta en el futuro nos puede dar de lado cuando la necesitemos. A la luz de estos acontecimientos es vital hacer pensar al alumno/a acerca de sus propios actos en el momento presente y las posibles repercusiones de éstos en un momento dado cuando ya no haya vuelta atrás.

CONCLUSIÓN

Potenciar la imaginación y educar facetas de la personalidad junto con los valores puede hacerse de muchas maneras. Las actividades que hemos visto anteriormente son una forma de hacerlo. Dichas actividades no necesitan de un marco argumental basado en una máquina del tiempo para ponerlas en práctica, de hecho, se podrían aplicar de manera independiente en distintos periodos de tiempo sin que su valor educativo se viera perjudicado, lo cual nos lleva a la siguiente reflexión: cómo recordaran mejor nuestros alumnos/as esta experiencia ¿De manera independiente o aglutinadas bajo un nexo narrativo como la máquina del tiempo? Es evidente que las actividades que se presentan bajo un arco argumental que las dote de más sentido resultan mucho más significativas para los alumnos/as, dado que de esa manera les hace sentirse partícipes de una historia en la que ellos son los protagonistas. Por lo tanto, sería interesante explorar la posibilidad de darle argumento a los juegos de modo que los alumnos/as no jueguen por jugar aunque haya unos objetivos y contenidos perfectamente justificables detrás. El juego es una herramienta poderosa en educación física, pero si lo reforzamos dándole un orden superior su poder didáctico se multiplicará. Finalmente y para concluir este

apartado, daré un último ejemplo del poder que puede suponer darle un arco argumental a ciertas actividades. Bloques como la danza suelen darse en menor medida en el área de educación física en pro de otros contenidos, en dichos bloques los alumnos/as aprenden y mejoran aspectos corporales relacionados con el ritmo y la danza. Ahora supongamos que le damos un giro a esas actividades con un arco argumental, en este caso podemos utilizar de nuevo la máquina del tiempo en la cual, los alumnos/as tienen como misión infiltrarse en la corte de Versalles del año 1790, pero para ello necesitarán aprender vals y desarrollar una coreografía. De este modo, los alumnos/as ya no aprenden vals sólo porque responda a unos objetivos y contenidos, también lo harán porque responde a un arco argumental que les hará partícipes de una historia cuyo resultado depende solamente de ellos, por no hablar de la inyección extra de motivación por el aprendizaje y todo lo que eso conlleva.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alacántara, J.A. (2001). *Educar la autoestima: métodos, técnicas y actividades*. Barcelona: Ceac.
- Asensio, M. Carretero, M. y Pozo, J.I. (1989). *La enseñanza de las ciencias sociales*. Madrid: Visor.
- Carmina, P. Gutiérrez, M. y Escartí, A. (Coord.). (2005). *Responsabilidad personal y social a través de la educación física y el deporte*. Barcelona: Grao.
- Delval, J. (1991). *Crecer y pensar. La construcción del conocimiento en la escuela*. México: Paidós.
- Dyer, W. W. (1990). *Tus zonas erróneas*. Barcelona: Grijalbo.
- Freides, D. (2002). *Trastornos del desarrollo. Un enfoque neuropsicológico*. Barcelona: Ariel.

- Gerrig, R.J. y Zimbardo, P. G. (2005). *Psicología y vida* (17 ed.). México: editorial pearson educación.
- Goleman, D. (1997). *La inteligencia emocional*. Bantam Books.
- Greene, M. (2005). *Liberar la imaginación. Ensayos sobre educación arte y cambio social*. Barcelona: Grao.
- Martínez, M. y Salvador, M. (2005). *Aprender a trabajar en equipo*. Barcelona: Paidós ibérica.
- Méndez Giménez A. y Méndez Giménez, C. (2004). *Los juegos en el currículum de educación física* (5 ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Omeñaca, R. y Ruiz, J.V. (1999). *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona: Paidotribo.
- Piaget, J. (1978). *El desarrollo de la noción de tiempo en los niños*. México. Fondo de cultura económica.
- Velázquez, C. (2004). *Las actividades físicas cooperativas. Una propuesta para la formación en valores a través de la educación física en las escuelas de educación básica*. México, D.F.: Secretaría de educación pública.

