

# LA COHESIÓN GRUPAL EN EDUCACIÓN FÍSICA: UNA EXPERIENCIA EN ACROSPORT.

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y el  
Deporte.

Curso académico: 2021-2022

Alumno: Mounir Ben Allal Ben Said

Tutor académico: Eugenio Bonete Torralba

Centro en el que se ha planteado la propuesta: IES Joanot  
Martorell (Elche)



Universidad Miguel Hernández de Elche.

## ÍNDICE

1. Contextualización .....	3
1.1. Centro.....	3
1.2. Barrio.....	3
1.3. Organigrama del centro. ....	3
1.4. Instalaciones y recursos materiales. ....	3
2. Revisión bibliográfica.....	4
3. Intervención.....	5
3.1. Participantes.....	5
3.2. Instrumentos .....	5
3.3. Procedimiento .....	6
3.4. Diseño.....	6
- Metodología:.....	6
- Recursos: .....	6
- Contenido:.....	7
- Objetivos: .....	7
- Procedimiento:.....	7
4. Resultados .....	9
5. Conclusiones.....	12
6. Referencias .....	13
7. Anexos .....	14

## RESUMEN

El objetivo de este estudio fue comprobar la relación existente entre el trabajo en pequeños grupos (cuya formación estaba realizada por el docente con la finalidad de agrupar aquellos discentes que menos se relacionaban entre sí de normal) y tres variables: la cohesión grupal, la estructura sociométrica y la afinidad entre los miembros del grupo. Para ello, se utilizó una muestra de 26 estudiantes de 1º de la ESO. Se midieron las tres variables antes y después de una la intervención cuya duración fue de 8 sesiones.

Los resultados no mostraron cambios significativos en la mayoría de las variables, mientras que en algunas variables descendían de forma significativa. Tras realizar un análisis por sexos se ve como los descensos vienen motivados por los chicos.

**Palabras clave:** cohesión grupal, estructura sociométrica, afinidad, clima de aula, acrosport, educación física.



## 1. Contextualización

### 1.1. Centro

La siguiente intervención para mi trabajo de fin de grado se desarrolló en el centro de educación secundaria I.E.S. Joanot Martorell de Elche, situado en el barrio de Carrús, concretamente en la zona industrial situada al noroeste del casco urbano (Avenida Melchor Botella nº8).

### 1.2. Barrio.

Se trata de un barrio obrero con origen en la inmigración de aquellos años en los que venía gente del centro y sur de España y de las poblaciones limítrofes.

### 1.3. Organigrama del centro.

En cuanto a la organización del centro encontramos que este está formado en primera estancia por el equipo directivo, que lo componen:

Tabla 1

*Organigrama del centro IES Joanot Martorell*

Director	Joan Carles Rizo Ferrer
Vicedirector	Ángel L. Torres Climent
Jefe de estudios	Francisco Giménez Mollá
Secretaría	María José López

Por otra parte, tenemos el claustro de profesores que está compuesto por una gran cantidad de profesores de distintas materias distribuidos en los distintos departamentos didácticos correspondientes a las asignaturas que imparten en el centro.

### 1.4. Instalaciones y recursos materiales.

El IES Joanot Martorell cuenta con unas inmensas instalaciones (más de 10.000 m<sup>2</sup>) con diversos espacios como la sala de profesores, aulas, plantario, secretaría, conserjería, despachos del director y vicedirector, biblioteca, laboratorio de ciencias naturales y de física y química, talleres de tecnología, aulas de informática, aula abierta, sala de usos múltiples, gimnasio, vestuarios, aseos, pistas de fútbol y baloncesto, trinquete, frontón, aparcamiento, etc.

El centro cuenta con más de 800 alumnos en total de entre 11 y 18 años en su mayoría dado que el centro engloba en su oferta educativa la enseñanza secundaria obligatoria y bachillerato, así como algunos cursos de formación profesional. El alumnado que acude al centro proviene de familias de diversas nacionalidades, de clase media-baja y con unos recursos económicos medio-bajos.

## 2. Revisión bibliográfica

Dado que una de las bases del estudio gira alrededor de la cohesión grupal, considero de gran importancia realizar una aclaración conceptual dado ha pasado de ser un concepto simple a uno multidimensional, dinámico y que debe ser estudiado en cada contexto social (Beal, Burke y McLendon, 2003).

Por lo tanto, la definición de cohesión más empleada en la literatura es la propuesta por Carron, Brawley y Widmeyer (1998), que no da a entender por cohesión como:

*“Un proceso dinámico que se refleja en la tendencia del grupo a mantenerse y permanecer unido en la búsqueda de sus objetivos instrumentales y/o para la satisfacción de las necesidades afectivas de los miembros”.*

Los distintos estudios ya existentes acerca de la cohesión han confirmado que esta tiene una correlación positiva con el aprendizaje, la comunicación, la satisfacción con los compañeros y el juego, la adherencia al juego, la productividad, etc. (Carron y Dennis, 2001).

Pero no existe literatura que abarque a la vez la cohesión grupal y la estructura sociométrica del propio grupo dentro del ámbito de la educación física, y esto fue lo que me hizo plantearme el siguiente estudio.

La sociometría es un campo de la sociología que ha sido aceptada como la medida de las relaciones entre los miembros que componen un grupo (Alonso, Alonso, Balmori y Gappa, 2002) dentro del ámbito educativo mayoritariamente, aunque también se ha empleado en multitud de contextos sociales (Bastin, 1965). La forma gráfica más conocida que nos permite observar las relaciones dentro de un grupo de es el sociograma, que es la representación de los resultados obtenidos en el test sociométrico de Arruga (1983).

En cuanto al contenido que vamos a utilizar en esta intervención para comprobar la relación entre el perfil sociométrico de un grupo y el grado de cohesión grupal, nos centraremos en analizar con detalle las características que reúne el acrosport, también conocido como gimnasia acrobática o acrogimnasia, que es uno de los contenidos imprescindibles en educación física dentro del bloque de actividades artísticas y expresivas dado los múltiples beneficios, ya no solamente a nivel físico, sino que incluso a nivel social y emocional (Reguera y Gutiérrez-Sánchez, 2015). Este contenido permite que, mediante el trabajo en pequeños grupos el alumnado pueda debatir sobre las posibles pirámides o figuras, fomentando así su creatividad e imaginación mediante la creación de elementos artísticos y expresivos (coreografías), además de superar retos personales con figuras con una dificultad técnica menor o mayor. Todo esto al

mismo tiempo que trabajan múltiples aspectos físicos como la flexibilidad, la fuerza, el equilibrio o la coordinación. Además, puede tratarse de un contenido potente a través del cual potenciar las habilidades afectivas y sociales del alumnado, por esta razón en el presente estudio vamos a intentar contrastar y comprobar si el tratamiento bajo este tipo de metodología y con este tipo de propuesta de intervención en acrosport puede favorecer la cohesión grupal, la estructura sociométrica y la afinidad con el resto de compañeros del grupo, traduciéndose así en un clima de aula mejor.

### 3. Intervención

#### 3.1. Participantes

La muestra del estudio estaba compuesta por 26 estudiantes, de los cuales 13 son chicos y 13 chicas, del nivel de 1º de Educación Secundaria Obligatoria y con edades comprendidas entre los 12 y los 14 años.

A pesar de tratarse de un centro educativo donde la diversidad cultural es inmensa, dentro de este grupo solamente 4 alumnos (15%) provienen de familias extranjeras, una cifra relativamente baja en comparación con otros grupos del mismo centro donde los porcentajes pueden alcanzar un 40%.

#### 3.2. Instrumentos

##### **Cohesión grupal**

Para medir esta variable se utilizó el Youth Sport Environment Questionnaire (YSEQ), en concreto su versión validada en español (YSEQ-S). Además, al ser un cuestionario orientado al ámbito deportivo, al fútbol en particular, empleamos una versión del mismo adaptada al ámbito educativo en su mayoría mediante la sustitución del término equipo por clase (p.e. "Mi clase me da la oportunidad de mejorar mis capacidades y habilidades" en lugar de "Este equipo me brinda suficientes oportunidades para mejorar mis habilidades"). Este instrumento está compuesto por un total de 18 ítems de los cuales 11 miden la cohesión social (ej., "Invito a mis compañeros de clase a hacer cosas juntos.") y los otros 7 miden la cohesión tarea (ej., "Cuando tenemos que hacer un trabajo en clase nos ayudamos unos a otros."). Los ítems se contestaron en una escala Likert de 9 puntos que va de 1 (totalmente en desacuerdo) a 9 (totalmente de acuerdo).

##### **Relaciones entre los alumnos**

Se empleó el cuestionario sociométrico para preadolescentes (C.S.P) el cual está indicado para alumnos de 1º y 2º de la ESO (11 a 13 años) y que nos proporciona la posibilidad de evaluar en poco tiempo y con una gran validez cómo son las relaciones entre compañeros. En el cuestionario sociométrico la gran importancia residía en el método de las nominaciones, que consiste en que cada alumno deba nombrar a los/as tres compañeros/as del grupo con los/as que más le gusta trabajar y otros/as tres con los/las que menos. Luego se hace lo mismo cambiando el hecho de trabajar por estar durante el tiempo libre, es decir, salir, en los recreos, etc.

### **Afinidad**

Por último, para medir el grado de afinidad entre los compañeros se les pasó una lista donde figuraban todos los compañeros de clase y en la que debían de valorar de 0 a 10 cómo se llevaban con cada uno de los compañeros de clase, siendo 0 muy mal y 10 muy bien.

Este recurso fue muy importante sobre todo durante la formación de grupos para poder realizar grupos donde los alumnos no se lleven tan mal entre ellos hasta llegar al punto de que sea imposible trabajar juntos ni tampoco se lleven tan bien como para que no haya margen de mejora.

Además, es finalmente el que arrojó datos más interesantes ya que nos permite ver la evolución de la afinidad con los compañeros del grupo del montaje de acrosport que son con los que más tiempo pasaron e interaccionaron durante las 8 sesiones, puesto que no se trató de un trabajo grupal conjunto de toda la clase, sino que un trabajo en pequeños grupos en su mayoría.

### **3.3. Procedimiento**

Antes de empezar con la investigación, se informó a los alumnos del estudio (y sus objetivos) que se iba a llevar a cabo y del cual iban a ser partícipes. En todo momento la participación fue voluntaria. Una vez ya estaban informados y dieron su consentimiento, se pasó los cuestionarios pre-test (28/04/2022) para que ya a partir de la siguiente sesión se empezara a aplicar la intervención que duraría un total de 4 semanas (desde el 03/05/2022 hasta el 26/05/2022) y que culminaría con la recogida de datos volviendo a pasar los cuestionarios del post-test (31/05/2022). El tiempo empleado para la cumplimentación fue de unos 40 minutos en total para los 3 cuestionarios en el pre-test y unos 30 minutos en el post-test dado que ya estaban familiarizados con la dinámica y conocían las instrucciones para su correcta cumplimentación, aunque aun así se les explicó tanto en el pre-test como en el post-test la forma correcta de rellenarlos además de estar a su disposición para cualquier duda surgida durante el proceso.

### **3.4. Diseño**

#### **- Metodología:**

La metodología de enseñanza durante la intervención evolucionó de un estilo de mando directo en la etapa inicial (en la que se hizo especial hincapié en la seguridad durante el montaje de figuras y la ejecución de los volteos) a un apoyo a la autonomía durante la preparación del montaje donde los alumnos y alumnas debían decidir junto al resto de miembros de su grupo varios aspectos como por ejemplo la música, las figuras y pirámides, los roles y posiciones de cada uno durante las mismas, las transiciones a realizar entre unas y otras, el vestuario, etc.

#### **- Recursos:**

Para llevar a cabo la intervención se emplearon varios recursos materiales como las 22 colchonetas de las que dispone el centro, 1 quitamiedos, 4 altavoces bluetooth, el ordenador del aula y su respectivo proyector, cuestionarios (YSEQ, C.S.P y afinidad) así como fichas y cuadernos con ejemplos de figuras y pirámides de acrosport.

- **Contenido:**

El contenido impartido durante las 8 sesiones de duración de la intervención es el acrosport, un deporte acrobático que se practica en grupo y combina la formación de pirámides humanas, elementos coreográficos y saltos acrobáticos (Vernetta Santana et al., 1996)

- **Objetivos:**

El objetivo principal del estudio fue ver como evolucionaría la cohesión grupal y los aspectos más relacionados con la tarea y lo social mediante el trabajo en grupo donde las agrupaciones estaban hechas por el docente y buscaban la interacción entre aquellos discentes que de normal no se relacionasen tanto entre ellos. También eran objeto de estudio la evolución de la afinidad entre los discentes, así como la estructura sociométrica del grupo.

- **Procedimiento:**

El primer día se dedicó en su totalidad a explicar la intervención que se iba a llevar a cabo, así de como rellenar correctamente los cuestionarios para que por último los discentes cumplimentasen los tres cuestionarios.

En la primera sesión se hizo una breve introducción al acrosport, haciendo especial hincapié en la seguridad, dado que se trata de un grupo de 1º de la ESO. Acto seguido se anunciaron los grupos que se habían creado en base a los resultados de los cuestionarios (PRE) y por último los alumnos tuvieron una primera toma de contacto con el resto de componentes del grupo y el propio acrosport (el cual resultaba novedoso para la mayoría) mediante la formación de algunas figuras simples.

La segunda sesión se dedicó en su totalidad a los volteos y ayudas. Para ello, se partió de unas progresiones más sencillas para llegar al movimiento completo. Además, se explicaron las ayudas para que aquellos compañeros que las necesiten o se sientan con menos confianza puedan llegar a completar por lo menos el volteo hacia delante y hacia atrás. Aquellos alumnos con mayor nivel también practicaron la rueda lateral e incluso la vertical de manos.

En la tercera sesión se le entregó a cada grupo una ficha con varios ejemplos de figuras y pirámides desde 2 hasta 6 personas. Cada grupo debía formar al menos 1 figura/pirámide de cada agrupación (una de dos personas, una de tres personas, etc.) y para ello debían de elegir y debatir entre los componentes del grupo cuales formar y luego que roles (portor, ágil o ayuda) desempeñar cada uno durante la formación.

La cuarta sesión se llevó a cabo la primera mitad en el aula, donde se aprovechó para hacer un breve recordatorio de manera ilustrada mediante una presentación en PowerPoint sobre conceptos básicos del acrosport como los roles, agarres y apoyos. Para finalizar esta primera mitad, se les explicó el montaje grupal que debían preparar a partir de esa misma sesión así como los requisitos mínimos que debía contemplar el montaje (duración, música, número de figuras/pirámides, transiciones, vestuario, etc.) para que acto seguido, tras solucionar las dudas que pudieran tener acerca del montaje, empezaran a plantear en la segunda mitad de la sesión, que se llevó a cabo en las pistas, como iniciaría el montaje cada grupo.

La dinámica de las sesiones desde la quinta hasta la séptima sesión fue bastante similar, con las respectivas diferencias en cuanto a la fase de preparación del montaje. Cada grupo se organizaba en sus colchonetas, donde con su ficha de ejemplos de figuras/pirámides debatían sobre cuales incluir en su montaje, los roles que desempeñaría cada uno durante la misma, las transiciones que realizarían tanto antes como después de cada figura o pirámide, la música que acompañaría el montaje, el vestuario con el que presentarían su montaje, etc.

Durante estas sesiones también se les informó de cuáles serían los aspectos que se valorarían en la evaluación de los montajes (originalidad, dificultad, vestuario, etc.) además de proporcionarles consejos para que el montaje sea más vistoso como por ejemplo mirar al frente.

En la octava sesión, los grupos contaron con 20 minutos para cambiarse (en caso de no haber venido ya desde casa con el vestuario del montaje) y realizar un último ensayo antes de la presentación. Tras esto, se realizó la presentación de los montajes por parte de los grupos delante del resto de compañeros que también fueron partícipes de la evaluación.

Por último, el siguiente día de clase con el grupo se dedicó a rellenar los cuestionarios (POST) tras haber realizado anteriormente un breve recordatorio de como rellenarlos correctamente y quedando a disposición del alumnado para cualquier duda surgida durante la cumplimentación de estos.



Figura 1. Cronología del estudio con un breve resumen de lo realizado en cada una de las sesiones

#### 4. Resultados

El análisis estadístico de los datos recogidos en los cuestionarios del pre-test y post-test se realizó mediante el programa informático SPSS.

El primer paso fue realizar una prueba de homogeneidad. En este caso al tratarse de dos tomas, se ha empleado la variable pre y la variable post para establecer una tercera variable que es la diferencia entre ambas, realizando así la prueba de homogeneidad sobre esta tercera variable, dando como resultado la inexistencia de dispersión de datos, es decir, que son homogéneas. También se corroboró mediante el Test de Shapiro–Wilk (dado que el tamaño de la muestra es menor a 50) que arrojó un resultado de 0.341, confirmando así la inexistencia de diferencias en la muestra y por lo tanto son homogéneas.

Esto nos permite avanzar al siguiente paso que trata de realizar una prueba T clásica (paramétrica) para muestras emparejadas (ya que la muestra es la misma en el PRE y en el POST). Tras la realización de la prueba T vemos que en cohesión hay un descenso significativo en el POST con respecto al PRE que viene dado por la cohesión tarea dado que en cohesión social no hay una diferencia significativa.

Tabla 2

*Diferencias entre el pre-test y el post-test para la variable cohesión media, así como sus dos dimensiones: tarea y social*

		N	M	SD	P	Diferencia significativa
Cohesión media global	PRE	19	6.65	1.08	.012	Sí
	POST	19	6.05	1.35		
Cohesión tarea	PRE	19	6.38	1.04	.105	No
	POST	19	5.54	1.38		
Cohesión social	PRE	19	6.82	1.24	.003	Sí
	POST	19	6.37	1.43		

Si diferenciamos por género, observamos que en los chicos la cohesión disminuye de forma significativa en las tres variables (global, tarea y social), mientras que en las chicas no se observan diferencias en la cohesión entre el PRE y POST.

Por lo tanto, observamos una disminución en la media de cohesión global y social que viene dada principalmente por los chicos.

Tabla 3

*Diferencias entre el pre-test y el post-test para la variable cohesión media, así como sus dos dimensiones (tarea y social) para el sexo masculino*

		N	M	SD	P-valor	Diferencia significativa
Cohesión media global	PRE	9	7.24	0.33	.012	Sí
	POST	9	6.72	0.57		
Cohesión tarea	PRE	9	6.76	0.43	.105	No
	POST	9	6.13	0.86		
Cohesión social	PRE	9	7.54	0.36	.003	Sí
	POST	9	7.10	0.57		

También cabe destacar que los valores disminuyen tanto en chicos como chicas, se observa que los valores de cohesión por parte de los chicos son mayores, es decir, los chicos tenían una mayor percepción de cohesión en el PRE (7.54) con respecto a las chicas (6.57). En definitiva, se parte de una diferencia significativa entre chicos y chicas en el PRE y esta diferencia se mantiene en el POST, pero con una tendencia a la baja.

Pasando a los resultados del sociograma, tras analizar los resultados observamos que no hay diferencias significativas entre el PRE y el POST en la dimensión de trabajo.

Tabla 4

*Diferencias entre el pre-test y el post-test para la variable sí trabajaría con y no no trabajaría con.*

		N	M	SD	P	PRE-POST
Sí trabajaría con...	PRE	19	3.11	2.079	.886	No hay efectos
	POST	19	3.16	1.425		
NO trabajaría con...	PRE	19	1.68	2.647	.127	No hay efectos
	POST	19	2.47	3.306		

En cuanto a la dimensión de salir sí que se observa una diferencia significativa al alza en cuanto al número de compañeros que los nominan como que no saldrían con ellos.

Tabla 5

*Diferencias entre el pre-test y el post-test para la variable sí saldría con y no saldría con.*

		N	M	SD	P	PRE-POST
Sí saldría con...	PRE	19	2.53	1.896	.36	No hay efectos
	POST	19	2.79	1.316		
NO saldría con...	PRE	19	1.47	1.806	.046	Sí hay efectos
	POST	19	2.37	2.872		

Por último, el cuestionario de afinidad nos arroja un aumento en la afinidad media entre los componentes de los pequeños grupos de trabajo para el montaje, aunque esta diferencia a mejor no fue significativa.

Tabla 6

*Diferencias entre el pre-test y el post-test para la variable de afinidad global (ambos sexos)*

		N	M	SD	P
Afinidad	PRE	19	5.82	1.546	.098
	POST	19	6.12	1.635	

Al diferenciar por género observamos que tanto en los chicos como en las chicas aumenta la media de afinidad en el POST con respecto al PRE, aunque no de forma significativa. Además, se observa que los valores de partida son mayores en las chicas y esta diferencia se mantiene en el POST, es decir, las chicas tienen una percepción de mayor afinidad con el resto de compañeros y compañeras del grupo.

Tabla 7

*Diferencias entre el pre-test y el post-test para la variable de afinidad para el sexo masculino*

		N	M	SD	P
Afinidad (Chicos)	PRE	9	5.40	1.557	.386
	POST	9	5.62	1.759	

Tabla 8

*Diferencias entre el pre-test y el post-test para la variable de afinidad para el sexo femenino*

		N	M	SD	P
Afinidad (Chicas)	PRE	10	6.24	1.474	.163
	POST	10	6.61	1.395	

Tal y como hemos observado, la intervención no ha arrojado cambios significativos en la mayoría de las variables. Algunas han mejorado ligeramente mientras que otras han empeorado o se han mantenido.

El empeoramiento en algunas variables puede deberse tanto al propio contenido, ya que el acrosport es un contenido muy potente a nivel social y afectivo donde se invade el espacio personal y el contacto con el resto de componentes del grupo es constante, lo cual para el alumnado de 1º de la ESO que viene de no haber tenido apenas interacción social de manera presencial en los últimos 2 años debido a la situación de pandemia por COVID-19 puede ser algo chocante y por lo tanto habría que empezar con algún contenido donde el contacto fuese progresivo y no tan directo. Además, la formación de grupos realizada buscaba una interacción entre compañeros y compañeras que rara vez se relacionaban entre ellos y que fue la misma a lo largo de la unidad didáctica cuando por ejemplo González-Cutre (2017) sugiere que para que se dé un buen desarrollo social es necesario no abusar de ningún sistema de agrupamiento e ir

alternándolos, esto puede haber sido otra de las causas de que algunas variables empeorasen. Todo esto sumado al hecho de que el tiempo del que se disponía para la intervención era corto (1 mes) y la muestra no era demasiado extensa (26 alumnos de los cuales asistían una media de 20 a clase) pueden haber causado afectado a las variables estudiadas, sin olvidar los sucesos que se daban en el resto de las asignaturas y cuyas problemáticas han afectado al clima de aula. Al realizar el análisis de datos por sexos vemos que los chicos son en mayor medida los responsables de dicho empeoramiento, lo cual puede ser causado por el propio contenido, que suele ser más motivante para las chicas, así como por la agrupación ya que los chicos eran más reacios a trabajar con gente con la que no se suelen relacionar de costumbre. Aún así, no debemos olvidar que el trabajo desde nuestro ámbito de la educación física está limitado a las 2 horas semanales de las que disponemos, mientras que el alumnado tiene sus propios sucesos y vivencias a lo largo del día tanto dentro como fuera del aula.

Por otra parte, las mejoras en la afinidad con el resto de compañeros del grupo, aunque no de forma significativa, se dan por la interacción constante entre ellos a lo largo de las sesiones, pero esta pequeña mejora no logra transferirse a la cohesión grupal dado que no se ha realizado un trabajo conjunto de toda la clase (por ejemplo un musical), sino que este trabajo ha sido en pequeños grupos.

## 5. Conclusiones

Los resultados obtenidos de la intervención nos permiten extraer las siguientes conclusiones:

Desde las clases de educación física se puede obtener una mejora, mantenimiento o incluso un descenso puntual de la cohesión grupal como ha sido el caso, pero también es importante tener en cuenta la influencia del resto de sucesos y vivencias que se dan a lo largo del día y que pueden tener un impacto sobre la cohesión grupal y la afinidad.

Aunque el trabajo colectivo, vivencial y autónomo descrito se ha llevado a cabo durante una unidad didáctica de acrosport, es importante buscar que este tipo de experiencias se den en todas las unidades didácticas impartidas a lo largo del curso, dado que solo así conseguiremos un aprendizaje significativo que el alumnado considerará útil y práctico.

Es por esto y por las limitaciones encontradas a lo largo de la intervención que me gustaría plantear una propuesta de intervención futura en la que:

- La muestra sea de mayor tamaño y a ser posible de distintos niveles educativos ya que esto nos permitiría generalizar más los resultados obtenidos y ver como evolucionan las distintas variables en los diferentes niveles educativos.
- El tiempo de intervención sea de mayor duración para que los efectos puedan notarse y a ser posible que los objetivos se busquen a lo largo de varias unidades didácticas en vez de solamente una.
- El trabajo sobre la cohesión grupal sea interdisciplinar y se de desde las distintas asignaturas que cursa el alumnado.
- El agrupamiento sea más flexible, sobre todo en las primeras sesiones.
- Se incluya un trabajo grupal de toda la clase como puede ser el montaje de un musical o la grabación de un cortometraje donde se involucren todos a la vez y el resultado de este dependa del grupo en su totalidad.

## 6. Referencias

- Alonso, J.I., Alonso, A., Balmori, A. y Grupo GAPP (2002). *Psicología bachillerato*. Madrid: McGraw-Hill Interamerica de España, S.A.U.
- Arruga, A. (1983). Introducción al test sociométrico. *Herder*
- Bastin, G. (1965). *Los tests sociométricos* (No. 153.933 B326tc). Buenos Aires, AR: Kapelusz.
- Beal, D. J., Cohen, R. R., Burke, M. J. y McLendon, C. L. (2003). Cohesion and Performance in Groups: A Meta-Analytic Clarification of Construct Relations. *Journal of Applied Psychology*, 88(6), 989–1004. doi:10.1037/0021-9010.88.6.989
- Carron, A. V., y Dennis, P. W. (2001). The sport team as an effective group. En J. M. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology. Personal growth to peak performance* (pp. 120-134). Mountain View, CA: Mayfield Publishing Company.
- Carron, A. V., Brawley, L. R., y Widmeyer, W. N. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. En J. L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp. 213-226). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Doctor, P. C. (2021). Original validación del youth sport environment questionnaire al español (YSEQ-S) con validation of the youth sport environment questionnaire in spanish (YSEQ-S) with young. X(X), 1–19.
- Eys, M., Loughhead, T., Bray, S. R., & Carron, A. V. (2009). Development of a cohesion questionnaire for youth: The Youth Sport Environment Questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31(3), 390–408. <https://doi.org/10.1123/jsep.31.3.390>
- González-Cutre, D. (2017). Estrategias didácticas y motivacionales en las clases de educación física desde la teoría de la autodeterminación. *E-Motion: Revista De Educación, Motricidad E Investigación*, (8), 44-62. <https://doi.org/10.33776/remo.v0i8.3268>
- Lucas Cuevas, Á. G. (2020). El desarrollo motor y afectivo en Educación Física a través del Acroport. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 67, 109–122.
- Pineda, I., Renero, L., Silva, Y., Casas, E., Bautista, E., y Bezanilla, J. M. (2009). Utilidad del sociograma como herramienta para el análisis de las interacciones grupales. *Psicología Para América Latina*, (16).
- Rodríguez, F., & Santiago, R. (2015). Cómo motivar a tu alumnado y mejorar el clima en el aula. *La Rioja: Digital-Text*.
- Vernetta Santana, M., López Bedoya, J., y Panadero Bautista, F. (1996). El acroport en la escuela. *INDE*.

## 7. Anexos

### Anexo 1: Cuestionario YSEQ-S

*A continuación, van a aparecer una serie de ítems, donde tendrá que señalar si está Totalmente en Desacuerdo (TD) o Totalmente de Acuerdo (TA) en una escala de 1 a 9.*

Con respecto a los compañeros de tu clase contesta a las siguientes oraciones.	TD									TA								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Me gusta la forma en que trabajamos juntos como clase.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2. Invito a mis compañeros de clase a hacer cosas juntos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3. Estamos unidos en clase durante el desarrollo de las tareas y actividades.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4. Tengo buenos amigos en esta clase.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5. Mi clase me da la oportunidad de mejorar mis capacidades y habilidades.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
6. Nos juntamos mucho entre nosotros.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7. Todos nos llevamos bien en las tareas y actividades.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8. Me gusta pasar tiempo con mis compañeros de clase.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9. Me gusta el ambiente de trabajo de mi clase.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10. Seguiré hablando con mis compañeros cuando termine el curso.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11. Me gustan las ideas que aportan los compañeros de clase.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
12. Echaré de menos a los compañeros de clase cuando acabe el curso.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
13. Cuando un compañero de clase no entiende algo, los demás compañeros le ayudan.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14. Los compañeros participan juntos en actividades fuera de la clase.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15. Cuando tenemos que hacer un trabajo en clase nos ayudamos unos a otros.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16. Los compañeros de clase nos juntamos durante recreos, descansos....	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17. Prefiero trabajar más con los compañeros de clase que yo sólo.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9
18. Paso tiempo con mis compañeros durante el tiempo libre que tenemos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Anexo 2: Cuestionario sociométrico para preadolescentes (C.S.P)

**C.S.P.**  
**NOMBRE..... APELLIDOS.....**  
**COLEGIO..... CURSO..... CLASE.....**

1. ¿Quiénes son los tres chicos o chicas de tu clase con los que más te gusta trabajar?

¿Por qué te gusta trabajar con ellos o con ellas?

2. ¿Quiénes son los tres chicos o chicas de tu clase con los que menos te gusta trabajar?

¿Por qué no te gusta trabajar con ellos o con ellas?

3. ¿Quiénes son los tres chicos o chicas de tu clase con los que más te gusta estar durante el tiempo libre (salir, en los recreos...)?

¿Por qué te gusta estar con ellos o con ellas?

4. ¿Quiénes son los tres chicos o chicas de tu clase con los que menos te gusta estar durante el tiempo libre (salir, en los recreos...)?

¿Por qué no te gusta estar con ellos o con ellas?

5. ¿Quién es el chico/a de tu clase que destaca por:

1. Tener muchos amigos.....
2. No tener amigos.....
3. Llevarse bien con los profesores.....
4. Llevarse mal con los profesores.....
5. Ser simpático con los compañeros.....
6. Ser antipático con los compañeros.....
7. Su capacidad para atender y escuchar a los demás....
8. Estar frecuentemente llamando la atención de los demás.....
9. Su capacidad para resolver conflictos entre compañeros.....
10. Su agresividad.....
11. Saber comunicarse.....
12. Tener problemas para comunicarse.....

## Anexo 3: Lista de afinidad

NOMBRE: \_\_\_\_\_

APELLIDOS: \_\_\_\_\_

Valora de 0 a 10 (siendo 0 muy mal y 10 perfectamente) cómo te llevas con cada compañero/a

Alumno/a	Valoración
Alumno/a 1	
Alumno/a 2	
Alumno/a 3	
Alumno/a 4	
Alumno/a 5	
Alumno/a 6	
Alumno/a 7	
Alumno/a 8	
Alumno/a 9	
Alumno/a 10	
Alumno/a 11	
Alumno/a 12	
Alumno/a 13	
Alumno/a 14	
Alumno/a 15	
Alumno/a 16	
Alumno/a 17	
Alumno/a 18	
Alumno/a 19	
Alumno/a 20	
Alumno/a 21	
Alumno/a 22	
Alumno/a 23	
Alumno/a 24	
Alumno/a 25	
Alumno/a 26	
Alumno/a 27	
Alumno/a 28	
Alumno/a 29	
Alumno/a 30	
Alumno/a 31	
Alumno/a 32	
Alumno/a 33	
Alumno/a 34	
Alumno/a 35	
Alumno/a 36	
Alumno/a 37	
Alumno/a 38	
Alumno/a 39	
Alumno/a 40	
Alumno/a 41	
Alumno/a 42	
Alumno/a 43	
Alumno/a 44	
Alumno/a 45	
Alumno/a 46	
Alumno/a 47	
Alumno/a 48	
Alumno/a 49	
Alumno/a 50	

Anexo 4: Ficha con ejemplos de figuras y pirámides de acroport

2 PERSONAS



3 PERSONAS



4 PERSONAS



5 PERSONAS



6 PERSONAS



Biblioteca  
UNIVERSITAS Miguel Hernández

Anexo 5: Ficha con los requisitos mínimos que debe cumplir el montaje de acrosport.



## MONTAJE GRUPAL ACROSPORT



1º A

### Grupo 2:

- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED]
- [REDACTED]

### Requisitos mínimos:

-  **Duración:** Mínimo 1 minuto 30 / 2 minutos
-  **Música:** Libre elección.
-  **Figuras:** Mínimo 3 figuras
  - Mantener al menos 3 segundos.
-  **Pirámides:** Mínimo una pirámide formada por todos los componentes del grupo.
  - Mantener al menos 3 segundos.
-  **Ayudas:** Todas las figuras/pirámides donde haya cierta altura o dificultad deberán tener ayudas tanto para subir, colocarse y bajar.
-  **Seguridad:** Todos los movimientos y figuras se deberán de ejecutar de forma segura.
-  **Transiciones/enlaces:** Entre una figura/pirámide y otra deberá haber transiciones mediante acrobacias, pasos de baile o movimientos.
-  **Vestuario:** Se puntuará positivamente el vestuario.