



# GUIA DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES ENTRE ESTUDIANTS UNIVERSITARIS I PERSONES PRIVADES DE LLIBERTAT

## COORDINACIÓ:

Merche Ríos, Teresa Lleixà, Carme Panchón i Francesc Buscà

Professorat de la Facultat d' Educació de la Universitat de Barcelona

col·lecció / colección

DOCÈNCIA I METODOLOGIA DOCENT, 35

edició / edición



Institut de Desenvolupament  
Professional  
UNIVERSITAT DE BARCELONA



Primera edició: Juny 2021

Edició: Institut de Desenvolupament Professional-ICE. Universitat de Barcelona

Pg. Vall d'Hebron, 171 (Campus de Mundet) - 08035 Barcelona

Tel. (+34) 934 035 175; [idp.ice@ub.edu](mailto:idp.ice@ub.edu)

Consell Editorial: Maria Rosa Buxarrais, Isabel Paula, Marta Bueno, Mercè Gracenea

amb el suport de / con el apoyo de:



UNIVERSITAT DE  
BARCELONA

Aquesta obra està subjecta a la llicència CreativeCommons 3.0 de Reconeixement-NoComercial-SenseObresDerivades. Consulta de la llicència completa a:

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/es/deed.ca>



*Esta obra está sujeta a la licencia CreativeCommons 3.0 de Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada. Consulta de la licencia completa en: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/es/deed.ca>*

Merche Ríos, Teresa Lleixà, Carme Panchón i Francesc Buscà (coords.). Guia de les trobades socioesportives entre estudiants universitaris i persones privades de llibertat. Institut de Desenvolupament Professional-ICE, Universitat de Barcelona, 2021. Document electrònic. Disponible a: <http://hdl.handle.net/2445/180159>

ISBN: 978-84-09-32264-0

URI: <http://hdl.handle.net/2445/180159>

**Aquesta guia ha estat realitzada amb el suport de la Facultat d'Educació de la Universitat de Barcelona.**

## **RELACIÓ D'AUTORS I AUTORES**

**COORDINACIÓ DE LA GUIA:** Merche Ríos Hernández, Teresa Lleixà Arribas, Carme Panchón Iglesias i Francesc Buscà Donet.

**MERCHE RÍOS HERNÁNDEZ:** mercherios@ub.edu

Departament de Didàctiques Aplicades de la UB. Coordinadora de les Trobades socioesportives de la UB i coordinadora dels crèdits d'APS d'Educació Física i intervenció socioeducativa de la Facultat d'Educació. Membre del grup d'Innovació docent GID-MAEF GID en Metodologies Actives per a la Formació del Professorat en Educació Física. Grup de recerca EDUFISES.

**TERESA LLEIXÀ ARRIBAS:** teresa.lleixa@ub.edu

Departament de Didàctiques Aplicades de la UB. Secretària de l'Institut de Recerca en Educació de la UB (IRE-UB). IP del Grup de recerca EDUFISES. Membre del grup d'Innovació docent GID-MAEF GID en Metodologies Actives per a la Formació del Professorat en Educació Física. Membre del grup de recerca consolidat i finançat GISEAFE 2017SGR1162.

**CARME PANCHÓN IGLESIAS:** cpanchon@ub.edu

Departament Mètodes d'Investigació i Diagnòstic en Educació de la UB. Directora del projecte europeu "Refugees Education Support in mena CoUntries-RESCUE". Directora Adjunta de l'Institut de Desenvolupament Professional - ICE. Membre del Grupo de Estudios Avanzados en Violencia (2017-2019) 2017 SGR 1140.

**FRANCESC BUSCÀ DONET:** fbusca@ub.edu

Director del Departament de Didàctiques Aplicades de la UB. Grup de Recerca EDUFISES. IP del grup d'Innovació docent GID-MAEF GID en Metodologies Actives per a la Formació del Professorat en Educació Física. Membre del grup de recerca consolidat i finançat GISEAFE 2017SGR1162.

**ELIA AVILA BONASTRA:** [cavila@gencat.cat](mailto:cavila@gencat.cat).

Educadora social del Centre Penitenciari d'Homes Quatre Camins. Llicenciada en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport.

**DAVID BALLESTER BOTIA:** [dballester@gencat.cat](mailto:dballester@gencat.cat)

Tècnic d'Esports de la Unitat de Programes d'Intervenció Generalista. Servei de Rehabilitació de la SGPRIS (Subdirecció General de Programes de Rehabilitació i Sanitat) del Departament de Justícia de la Generalitat de Catalunya.

**XAVIER BUSCÀ HUERTAS:** [xbusca@gencat.cat](mailto:xbusca@gencat.cat)

Responsable de la Unitat de Programes d'Intervenció especialitzada. Servei de Rehabilitació de la SGPRIS (Subdirecció General de Programes de Rehabilitació i Sanitat) del Departament de Justícia de la Generalitat de Catalunya.

**NEUS CAROL GRES:** [ncarol2@xtec.cat](mailto:ncarol2@xtec.cat)

Professora d'Educació Física a l'Institut Josep Mestres i Busquets de Viladecans. Màrtrise en Activitat Física Adaptada a persones amb discapacitat i en situació de marginació social (Universitat Strasbourg). DEA en Activitat física i esport. Màster en tutoria i lideratge. Membre del grup d'estudi "Educació Física i la inclusió de l'alumnat amb discapacitat" de l'ICE de la Universitat de Barcelona.

**ROGER ESTAPÉ BARTRÉS:** [restape@gencat.cat](mailto:restape@gencat.cat)

Tècnic Esportiu del Centre Penitenciari d'Homes Quatre Camins. Llicenciat en Economia. Tècnic Superior d'Animació d'Activitats Fisicoesportives.

**AMAIA ETXEBERRIA MAGANTO:** [amaiaetxeberriamaganto@gmail.com](mailto:amaiaetxeberriamaganto@gmail.com)

Mestra d'Educació Física i Mestra d'Educació Especial. Mestra d'Educació Física de l'Escola San Luis La Salle de San Sebastian. Membre del grup d'estudi "Educació Física i la inclusió de l'alumnat amb discapacitat" de l'ICE de la Universitat de Barcelona.

**JORDI MARTÍNEZ TIRADO:** [jmtfoto@gmail.com](mailto:jmtfoto@gmail.com)

Mestre d'Educació Física de l'Escola Jesuïtes del Clot de Barcelona. Membre del grup d'estudi "Educació Física i la inclusió de l'alumnat amb discapacitat" de l'ICE de la Universitat de Barcelona.

**MARIONA MIRÓ CASAMAJÓ:** [mmiroc@gencat.cat](mailto:mmiroc@gencat.cat)

Tècnica Esportiva del Centre Penitenciari de Dones de Barcelona. Llicenciada en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport. Diplomada en Educació Social. Membre de la CoP (Comunitat de pràctiques d'Activitat Física i Esport) del Programa Compartim del Departament de Justícia de la Generalitat de Catalunya.

**BERNAT MUÑOZ BALCELLS:** [bernatmuba@gmail.com](mailto:bernatmuba@gmail.com)

Mestre d'Educació Física. Gestor de projectes a la Fundació Barça. Membre del grup d'estudi "Educació Física i la inclusió de l'alumnat amb discapacitat" de l'ICE de la Universitat de Barcelona.

**GEMMA PINTÓ LONGAS:** [gemma Pinto86@gmail.com](mailto:gemma Pinto86@gmail.com)

Mestra d'Educació Primària de l'Escola Seat de Barcelona. Membre del grup d'estudi "Educació Física i la inclusió de l'alumnat amb discapacitat" de l'ICE de la Universitat de Barcelona.

**CARME RUBIO ROSSELL:** [crubiorossell@gmail.com](mailto:crubiorossell@gmail.com)

Mestra d'Educació Física. Educadora Física i Coordinadora Metodològica en projectes d'Inclusió Social a la Fundació Barça. Membre del grup d'estudi "Educació Física i la inclusió de l'alumnat amb discapacitat" de l'ICE de la Universitat de Barcelona.

**LAURA TOMÀS CANALÍS:** [ltomas28@xtec.cat](mailto:ltomas28@xtec.cat)

Mestra d'Educació Física de l'Escola Decroly de Barcelona. Educadora Social. Membre del grup d'estudi "Educació Física i la inclusió de l'alumnat amb discapacitat" de l'ICE de la Universitat de Barcelona.

**NATÀLIA ZAPATERO MAS:** [nzapater@xtec.cat](mailto:nzapater@xtec.cat)

Departament de Didàctiques Aplicades de la Universitat de Barcelona. Grup de Recerca EDUFISES. Membre del grup d'Innovació docent GID-MAEF GID en Metodologies Actives per a la Formació del Professorat en Educació Física. Professora d'Educació Física Primària a l'Escola Bon Salvador. Membre de la Junta Directiva i membre col·laborador en les formacions del Consell Esportiu del Baix Llobregat.

## PRÒLEGS

### 25 anys de Trobades Socioesportives!

Les eines són els jocs motors cooperatius amb l'objectiu de contribuir a la justícia social i la igualtat d'oportunitats, mitjançant l'impuls d'accions que permetin apropar l'alumnat universitari a contextos i realitats de difícil accés, amb la finalitat de millorar la qualitat de vida, rehabilitació, reinserció i inclusió social de les persones privades de llibertat i amb problemàtica de salut mental.

La Dra. Merche Ríos porta 25 anys empenyent les Trobades amb il·lusió i perseverança. Les persones que hem estat al seu costat i que hem compartit bons moments, amb ella i amb la seva tasca, hem tingut l'oportunitat d'encomanar-nos-en. En els actes i trobades on hem pogut assistir, hem copsat les emocions d'alumnes i de persones internes que, vivint la màgia de les trobades, es deixaven endur per aquell moment de somni on una mà agafava una altra mà en una abraçada de proximitat i complicitat.

Al llarg d'aquests 25 anys, més de 8.000 estudiants agafats de la mà de més de 8.000 persones internes, per fer jocs i compartir l'esmorzar o el berenar, sempre en una mateixa taula, sense distingir uns i altres. En una ocasió, la institució on s'havia realitzat la intervenció, va separar les taules de l'esmorzar per col·lectius: ràpidament la Dra. Ríos va aturar-ho tot per barrejar-los, recalcant la importància social que té aquell moment.

És que les grans accions, a vegades, necessiten ben poc per part de les institucions i molt per part de les persones que les impulsen. La Dra. Ríos poc ha exigit a canvi; unes samarretes per repartir entre les persones participants amb la finalitat d'identificar-se amb el Programa i sentir-se tots i totes iguals i un petit refrigeri per intercanviar els moments viscuts i compartir experiències.

Aquest Programa, replicat a d'altres universitats catalanes, espanyoles i llatinoamericanes, més enllà de consistir en la implementació d'aquestes accions, ha tingut la voluntat de formar a les persones responsables de les diferents institucions, per construir una estructura que permeti l'autonomia del Programa.



*“Un mar sin olas no hace buenos marineros”*. Ens acollim a aquesta frase que la Dra. Merche Ríos s’ha fet seva. Per això, li demanem que no deixi de dirigir el vaixell, nosaltres ja li farem de grumets. Llarga travessa Merche!

**Dr. Josep Alsina Masmitjà**

Vicedegà de l'àrea de Transferència i Relació amb la Societat.

Facultat d'Educació, UB.

## **El meu camí cap a la llibertat comença avui... (març 2009 a Brians 1)**

Aquest sentir el va expressar una interna participant en una trobada esportiva amb alumnat de la UB, després d'emocionar-se com fan els infants quan assolixen el plaer del joc a través del moviment, quan connecten des de dins amb naturalitat amb la realitat que els envolta, quan (sense adonar-se'n) accepten les regles que suposa construir un nou espai de creixement, basat en la confiança en un mateix, en els altres i en l'assumpció de la pròpia responsabilitat...

La present guia de trobades socioesportives entre estudiants i persones privades de llibertat fa justícia (mai millor dit) a 25 anys de construcció d'un camí incert en els seus inicis (liderats per la Merche des de la UB, i la Cèlia i en Xavi des de Quatre Camins), no exempt de dificultats per la transgressió de la seva proposta.

Això de dissenyar activitats conjuntament, cercant la interacció a través del joc recreatiu i cooperatiu, finalitzant amb un pica-pica de germanor, tenia les seves dificultats d'assimilació com acostuma a passar amb les iniciatives pioneres.

Paulatinament, i comprovant en les successives edicions que el nivell de satisfacció era elevat per a totes les parts, que les possibles incidències eren mínimes, i que l'assumpció de valors i competències basats en l'aprenentatge i servei empoderava als diferents usuaris participants de les trobades, van esdevenir part de l'imaginari col·lectiu dins els grans actes que configuren el dia a dia dels centres penitenciaris.

En els temps actuals de pandèmia on la distància social entre persones per evitar el contagi fomenta l'aïllament al contacte físic, es fa encara més necessari acudir a guies com aquesta, que faciliten espais de trobada, configuren escenaris de reflexió conjunta, i impulsen en última instància comunitats de persones més lliures, responsables i justes.

Desitgem que la feu vostra, la sueu i la gaudiu tal i com han fet els seus diferents creadors i creadores que hi han participat al llarg d'aquests 25 anys.

Enhorabona i llarga vida a les trobades socioesportives!

**Amand Calderó Montfot**

Secretaria de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima.  
Departament de Justícia. Generalitat de Catalunya.

## INTRODUCCIÓ

*Merche Ríos Hernández* .....14

## PRIMERA PART: DE QUÈ PARLEM QUAN PARLEM DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES?

- Orígens i antecedents de les Trobades Socioesportives: *Merche Ríos Hernández*.....17
- Què son les Trobades Socioesportives?: *Merche Ríos Hernández, Celia Avila Bonastra, Roger Estapé Bartrés, Mariona Miró i Casamajó, David Ballester Botia, Xavier Busca Huertas. Natalia Zapatero Mas*.....20

## SEGONA PART: MARC REFERENCIAL

- Fonamentació teòrica per a la justificació de les Trobades Socioesportives : *Carme Panchón Iglesias* .....27
- L'Aprenentatge Servei com a metodologia d'intervenció socioeducativa: *Francesc Buscà Donet, Teresa Lleixà Arribas*.....32
- Finalitats, competències, objectius i metodologia de les Trobades Socioesportives: *Teresa Lleixà Arribas, Merche Ríos Hernández, Carme Panchón Iglesias, Natalia Zapatero Mas, Roger Estapé Bartrés, Mariona Miró i Casamajó, David Ballester Botia, Xavier Busca Huertas*.....36

## TERCERA PART. PAUTES PER A LA INTERVENCIÓ SOCIOEDUCATIVA

- Criteris per a l'organització i protocols d'actuació entre la Universitat i la institució penitenciària: *Merche Ríos Hernández, Francesc Buscà Donet, David Ballester Botia, Roger Estapé Bartrés, Mariona Miró i Casamajó, Xavier Busca Huertas*.....40
- Criteris per a l'avaluació de les Trobades Socioesportives: *Francesc Buscà Donet*.....42

- Pautes per transferir l'organització de les Trobades Socioesportives a altres contextos penitenciaris i centres universitaris: *Carme Panchón Iglesias*.....**45**

#### **QUARTA PART: LES VEUS DELS PROTAGONISTES**

- Evidències de l'Impacte i beneficis per als estudiants universitaris i per a les persones privades de llibertat: *Merche Ríos Hernández, Carme Panchón Iglesias, Natalia Zapatero Mas*.....**47**

#### **CINQUENA PART: PROPOSTA DE JOCS MOTORS I REPTES COOPERATIUS PER A LES TROBADES SOCIOESPORTIVES**

*Carme Rubio Rossell (coord.), Bernat Muñoz Balcells, Jordi Martínez Tirado, Laura Tomàs Canalís, Gemma Pintó Longas, Amaia Etxeberria Maganto, Merche Ríos Hernández, Neus Carol Gres, Teresa Lleixà Arribas, Natalia Zapatero Mas*.....**53**

- Orientacions didàctiques per a l'organització de Trobades Socioesportives.....**54**
- Model d'una sessió de jocs motors i reptes cooperatius de les Trobades Socioesportives fora dels centres penitenciaris.....**64**
- Seixanta jocs motors i reptes cooperatius per a les Trobades Socioesportives dins dels centres penitenciaris.....**79**

#### **REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES..... 123**

#### **ANNEX 1: COMPROMÍS QUE SIGNEN ELS ESTUDIANTS UNIVERSITARIS PER PARTICIPAR A LES TROBADES SOCIOESPORTIVES.....126**

#### **ANNEX 2: MODEL DE PROGRAMA DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES AL CAMPUS MUNDET DE LA UNIVERSITAT DE BARCELONA.....127**

# INTRODUCCIÓ

## Merche Ríos Hernández

Aquesta guia ofereix les directrius per a l'organització de les Trobades Socioesportives entre estudiants universitaris i persones privades de llibertat en centres penitenciaris, amb l'objectiu de poder transferir-ne l'organització a altres universitats i contextos penitenciaris, que hauran d'ajustar-les a la seva idiosincràsia.

Les Trobades Socioesportives són un model d'intervenció socioeducativa que s'ha consolidat com a referència per a altres Universitats catalanes i espanyoles. Tot i això, hem detectat que cal donar un pas més i oferir un material organitzatiu i didàctic en el que es vegi reflectit la fonamentació i sistematització del procés, per tal de potenciar la intencionalitat pedagògica del model.

Les Trobades Socioesportives s'han generat i impulsat de forma col·legiada entre la Facultat d'Educació de la Universitat de Barcelona i la Secretaria de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima de la Generalitat de Catalunya, en col·laboració amb la Fundació Solidaritat de la Universitat de Barcelona. En total sumen 25 anys d'experiència, amb 14.000 persones privades de llibertat i estudiants de la Universitat de Barcelona que se n'han beneficiat, i amb una rèplica durant 10 anys a la *Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN- León)*, en col·laboració amb la Universitat de Barcelona. Actualment s'està impulsant una col·laboració entre la Facultat d'Educació de la Universitat de Barcelona, la Secretaria de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima de la Generalitat de Catalunya, la *Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo* de Cuba, el *Ministerio del Interior de Cuba* i la Fundació Solidaritat de la Universitat de Barcelona.

Aquests 25 anys d'organització de trobades Socioesportives impliquen 25 anys de treball col·laboratiu en xarxa entre les institucions implicades, mitjançant el

treball conjunt entre professorat universitari i els professionals dels centres penitenciaris com ara el professorat d'Educació Física, educadors o educadores, altres professionals dels equips de tractament, directius, funcionaris de vigilància, i, per suposat, els i les estudiants de la Universitat de Barcelona i les persones privades de llibertat.

Aquesta Guia fa una aposta ferma pel dret a la pràctica físicoesportiva en un entorn comunitari, de convivència, que creiem que és un dels drets al qual han de tenir accés les persones privades de llibertat per tal d'afavorir la seva socialització, educació i rehabilitació. Per aconseguir aquest objectiu considerem necessària i imprescindible l'obertura dels centres penitenciaris a la comunitat de manera bidireccional, i que, en paral·lel, la Universitat es constitueixi com un instrument de transformació social, col·laborant activament en l'eradicació de les desigualtats socials, apostant en definitiva per una societat més justa amb tots i totes. En aquest sentit el programa d'intervenció socioeducativa mitjançant les Trobades Socioesportives és pioner, tant a Catalunya com a Espanya.

Amb la celebració de les Trobades Socioesportives es vol trencar amb la idea preconcebuda i estigmatitzadora que acompanya els establiments penitenciaris. Des d'aquest punt de vista, considerem que és molt positiu que els i les estudiants universitaris coneguin de prop aquestes realitats socials, sovint embolicades en un núvol de prejudicis i d'idees que poc o res tenen a veure amb la realitat. Allunyar l'estereotip de presó, veure i viure la realitat de les persones privades de llibertat que també requereixen intervenció socioeducativa, i obrir les expectatives dels estudiants universitaris cap a una nova via d'intervenció professional, contribueix de forma clara i rotunda en la seva formació acadèmica i desenvolupament personal.

Creiem que un valor afegit de l'experiència viscuda radica en el fet de compartir situacions que van més enllà d'una simple visita, incòmoda des de tots els punts de vista. Viure en la pròpia pell, intercanviar, fer activitats lúdiques motores i culturals de forma conjunta pot crear molts més punts de contacte, la

qual cosa afavoreix les interrelacions entre tots dos col·lectius i propicia els canvis d'actitud, sempre positius.

La Guia consta de cinc apartats. En el primer es descriuen les Trobades Socioesportives, els seus orígens i antecedents. El segon ens parla de la base teòrica per a la seva justificació, es concreten les seves finalitats, objectius i metodologia de treball, es defineixen les competències a adquirir per part dels i de les estudiants universitaris i de les persones privades de llibertat. El tercer se centra en els protocols d'actuació entre les institucions implicades, s'hi formulen els criteris per a la intervenció socioeducativa, s'estableixen els instruments necessaris per a l'avaluació de les Trobades i es defineixen les pautes per a poder transferir aquesta organització a altres contextos penitenciaris i centres universitaris. El quart ens ofereix una reflexió sobre l'impacte i els beneficis de l'organització d'aquestes Trobades per als dos grups socials implicats. I finalment, en el cinquè ens trobem amb les orientacions didàctiques per a organitzar les Trobades Socioesportives, acompanyades d'un total de setanta-quatre jocs motors i reptes cooperatius, seixanta dels quals es poden realitzar amb nul o escàs material donada la idiosincràsia de gran part dels centres penitenciaris.

La confecció d'aquesta guia s'ha fet reunint autors i autores de dilatada experiència que hi han abocat els seus coneixements en aquest àmbit. El seu denominador comú és l'estreta vinculació amb la intervenció socioeducativa en col·lectius en situació o risc d'exclusió social i el seu compromís amb la justícia social per tal d'aportar millores educatives i socials a les persones .

El resultat de la seva tasca permet posar a l'abast del professorat universitari i dels professionals dels centres penitenciaris, entre altres, tot un seguit de pautes útils per a poder desenvolupar Jornades de Trobades Socioesportives en pro de la inclusió social, evitant l'exclusió i promovent l'obertura dels centres penitenciaris i de la Universitat a altres realitats socials.



# PRIMERA PART: DE QUÈ PARLEM QUAN PARLEM DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES?

## ORÍGEN I ANTECEDENTS DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES

**Merche Ríos Hernández**

*La porta es tanca al teu darrera i s'obre un nou món on estan els que la Societat aparta. Tots els fantasmes i prejudicis inculcats al llarg dels anys es fan presents. En acabar l'activitat i tornar al món de sempre, te n'adones que les barreres físiques són més fàcils de superar que les psicològiques. El fet de compartir aquests espais de treball, de joc, d'educació, m'han fet superar aquestes barreres mentals vers les persones excloses i implicar-me en la tasca educativa per intentar fer una societat més justa, inclusiva i igualitària. (Oscar Navarro Pons, estudiant de Mestre de Educació Física de la Universitat de Barcelona, curs 1994-1995)*

La proposta d'organització de les Trobades Socioesportives va néixer el curs 1994-1995 després de la visita d'estudiants de la Facultat de Pedagogia i de l'Escola Universitària de Formació dels Professorat (actualment fusionades en la Facultat d'Educació) de la Universitat de Barcelona al Centre Penitenciari d'Homes Quatre Camins, amb l'objectiu de compartir activitats esportives i jocs motors amb persones privades de llibertat, en situació d'igualtat, sent tots i totes companys i companyes d'activitats físicoesportives.

La promotora del programa va ser Merche Ríos Hernández, professora de la que en aquell moment era l'Escola de Formació del Professorat de la Universitat de Barcelona, que s'havia reunit amb Faustino Agudo, Inspector de Cultura i Esports de la Direcció General de Serveis Penitenciaris i de Rehabilitació de la Generalitat de Catalunya, i li havia proposat organitzar

les Trobades Socioesportives entre estudiants de la Universitat de Barcelona i persones privades de llibertat<sup>1</sup>.

A partir d'aquesta reunió es va iniciar la col·laboració entre ambdues Institucions amb el mateix objectiu compartit i treballant en horitzontalitat i en col·laboració. El centre penitenciari assignat de referència va ser el d'Homes de Quatre Camins que va comptar des de l'inici amb la interlocució i participació de Celia Àvila, professora d'Educació Física, i de Xavier Buscà, coordinador d'educadors del centre penitenciari.

Va ser aquest el punt de partida que va permetre dibuixar els trets idiosincràtics que han conformat les Trobades Socioesportives: el treball en xarxa entre Institucions, la de Justícia i la Universitària, i el compartir l'organització de la Trobada Socioesportiva de forma paritària, des del disseny fins al desenvolupament, per part del professorat universitari i del professorat d'Educació Física i educadors i educadores dels diferents centres penitenciaris implicats.

En la seva primera edició hi van participar estudiants de l'Especialitat de Mestre en Educació Física, de l'assignatura Didàctica de l'Educació Física III i estudiants d'Educació Social, de l'assignatura "Tècniques d'Expressió i Comunicació Corporal". Amb els primers es van compartir activitats esportives i amb els segons jocs motors. Tres cursos més tard, les persones privades de llibertat que havien participat en les edicions anteriors, van expressar que preferien les Trobades Socioesportives de contingut de jocs motors, perquè generaven més comunicació entre tots i totes i perquè en les esportives el fet de competir, encara que fossin els grups mixtos entre persones privades de llibertat i estudiants universitaris, determinava que els participants estiguessin més pendents de "guanyar o perdre" en lloc de primar la relació més intensa

---

<sup>1</sup> Tenint com a referència la primera trobada esportiva de bàsquet que ella va organitzar, per primera vegada en un centre penitenciari català, el de Wad-Ras, l'any 1986, on van participar dones privades de llibertat amb dones de l'exterior. Per a més informació es pot consultar: Ríos, M (1987). La práctica físico-deportiva de la mujer en los sectores marginados de la sociedad: establecimientos preventivos y penitenciarios, En González, J.L. (Ed.), *Sociología del Deporte* (pp. 107-128). Bilbao: Servicio Editorial de la Universidad del País Vasco.

i espontània, generadora de converses, un altre dels trets idiosincràtics que han marcat les Trobades Socioesportives.

L'experiència del centre penitenciar d'homes de Quatre Camins, es va ampliar a altres centres preventius i penitenciaris catalans i les Trobades Socioesportives es van ampliar a centres de Justícia Juvenil, a centres de dones i a altres centres d'homes (mòduls psiquiàtrics i Departaments d'Atenció Especialitzada – persones privades de llibertat que presenten discapacitat intel·lectual o bé persones que s'estan tractant en un programa de rehabilitació d'addiccions).

Tres anys més tard, durant el curs 1996-1997, es va organitzar per primera vegada la recepció al Campus Mundet de la Universitat de Barcelona<sup>2</sup>. Aquesta recepció no era res més ni res menys que una sortida programada d'un grup de 15 persones privades de llibertat del centre penitenciar Quatre Camins, amb l'objectiu de conèixer l'àmbit universitari, l'entorn del qual procedien els seus companys de joc i de compartir una Trobada Socioesportiva fora del seu centre. Des d'aquest any fins al moment actual s'ha reproduït aquest format.

Ben consolidada aquesta experiència, en el curs 2006-2007 es va considerar oportú avançar qualitativament el projecte, incrementant la freqüència de la intervenció socioeducativa amb la presència regular de diversos grups d'estudiants que es desplaçaven als centres penitenciaris amb regularitat: una jornada a la setmana durant tot l'any. Als i a les estudiants se'ls reconeixia la seva assistència amb crèdits de lliure elecció i ja a partir del curs 2011-2012, amb crèdits d'Aprenentatge Servei<sup>3</sup>.

Afortunadament aquest programa d'intervenció socioeducativa s'està replicant en altres universitats catalanes i espanyoles i en altres països de Sud-Amèrica i de centre Amèrica. És el cas de Nicaragua, mitjançant el programa de

---

<sup>2</sup> Des de l'inici de les recepcions a la Universitat de Barcelona, es va comptar amb el suport de la Facultat de Pedagogia, que tenia com a Degana la Dra. Carme Panchón, i de l'Escola Universitària de Formació del Professorat, dirigida pel professor Manuel Aja. Actualment el suport, tant per part del Rectorat com per part de la Facultat de Educació, segueix sent vigent.

<sup>3</sup> En el mòdul psiquiàtric del Centre Penitenciar d'Homes de Barcelona La Model de Barcelona (2006 al 2017), el Centre Penitenciar d'Homes Quatre Camins (2013 fins a l'actualitat) i el Centre Educatiu de Justícia Juvenil Can Llupià (2017 fins a l'actualitat).

cooperació entre la Universitat de Barcelona i la *Universidad Nacional Autònoma de Nicaragua-León*. Durant el període 2003-2013 es va estar col·laborant amb el *Centro Penitenciario d'Hombres de Chinandega*, arribant a organitzar una estructura de continuïtat i formant part del programa de tractament d'aquest centre<sup>4</sup>.

Així mateix s'ha estès a altres contextos d'intervenció socioeducativa com són els centres de educatius i de rehabilitació vinculats amb les persones amb problemàtica de salut mental o amb els i les joves en situació o risc d'exclusió social.

Com a dada significativa, assenyalar que fins al moment s'han pogut beneficiar de l'organització dels Trobades Socioesportives unes 14.000 persones privades de llibertat i estudiants universitaris, experiència lligada en aquest darrer cas a l'Aprenentatge Servei.

## QUÈ SON LES TROBADES SOCIOESPORTIVES?

**Merche Ríos Hernández, Celia Avila Bonastra, Roger Estapé Bartrés, Mariona Miró i Casamajó, David Ballester Botia, Xavier Busca Huertas, Natàlia Zapatero Mas**

Des de fa vint-i-cinc anys, la Universitat de Barcelona, en col·laboració estreta amb la Secretària de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima de la Generalitat de Catalunya, mitjançant l'assignatura "Esport i Joc" -optativa dels estudis de Grau d'Educació Social-, a més de diverses assignatures vinculades amb la formació de Mestres de Primària mencions en Educació Física i en Atenció a la Diversitat, el Màster d'Activitat Física i Educació, els crèdits de lliure elecció en Educació Física -actualment reconeguts amb la denominació de crèdits d'Aprenentatge Servei- i des dels programes de cooperació internacional "Educar i socialitzar a col·lectius en situació de risc d'exclusió

---

<sup>4</sup> Aquest programa va ser coordinat per les professores de la Universitat de Barcelona Dra. Carme Panchón i Dra. Merche Ríos. Per a més informació consultar, Ríos M. "Educación física adaptada a pacientes con trastorno mental severo: un programa de formación, acción, investigación y de cooperación en Nicaragua". Actas del I Congreso Internacional y XXIII Nacional de Educación Física. En respuesta a la demanda social de la actividad física. Universidad de Jaén, Jaén, 2005, Editorial Gymnos (edición en CD).

social a Nicaragua<sup>5</sup> " i el de les Trobades Socioesportives a Cuba<sup>6</sup>, pretenem que l'estudiant universitari entri en contacte amb la realitat penitenciària de tan difícil accés, i que les persones privades de llibertat tinguin un contacte més estret amb la comunitat.

La primera precisió que hem de fer és terminològica. Si bé el nom de "Trobada Socioesportiva" ha fet fortuna i ja forma part tant de la cultura universitària com de Justícia, pensem que, en funció del tipus d'activitats que s'organitzen, seria millor parlar de "Trobada lúdica-motora", donat que la intervenció es basa en el joc motor. El component socialitzador del joc facilita molt més l'assoliment dels objectius proposats (promoure les interrelacions entre els estudiants universitaris i les persones privades de llibertat) que la pràctica esportiva, donat el component competitiu d'aquesta darrera (Ríos 2001).

Es contemplen dues fases durant el curs universitari: en la primera els i les estudiants van als centres penitenciaris, i en la segona, a les acaballes del curs acadèmic, són les persones privades de llibertat les que es desplacen al Campus Mundet de la Universitat de Barcelona.

Les Trobades Socioesportives busquen facilitar la comunicació i la socialització d'un grup de persones privades de llibertat en centres penitenciaris amb estudiants de la Universitat de Barcelona, organitzant-se grups paritaris entre uns i altres, compartint ambdós col·lectius la pràctica de jocs motors com a companys i companyes de jocs, des d'una situació d'igualtat, amb la qual cosa s'afavoreix la interrelació social de forma espontània i amb naturalitat. Paral·lelament, els i les estudiants universitaris tenen la possibilitat d'apropar-se a una realitat social de molt difícil accés.

A continuació passen a descriure les passes a seguir en relació a la preparació i el desenvolupament de la Trobada Socioesportiva (Ríos 2001), que es

---

<sup>5</sup> Aquesta activitat formativa va ser reconeguda amb 6 crèdits de lliure elecció per la Universitat de Barcelona durant aquests anys.

<sup>6</sup> Programa "Los Encuentros Sociodeportivos. Intervención socioeducativa en centros de salud mental y en centros penitenciarios mediante la Educación Física (juego motor cooperativo)" de cooperació internacional entre la Universitat de Barcelona i la *Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo de la Habana*.

complementa amb el contingut del capítol “Criteris per a l’organització i protocols d’actuació entre la Universitat i la institució penitenciària”:

- **Contextualització a l'aula:** com a primera acció, el professorat de la Universitat imparteix una sessió centrada en l'entorn penitenciari generant-se un primer marc de reflexió sobre la privació de llibertat, les finalitats, el dret al tractament penitenciari i en com l'Educació Física és un recurs d'intervenció socioeducativa. És en aquesta sessió quan als estudiants se'ls informa sobre la normativa en relació amb la participació en les Trobades Socioesportives. Aquesta normativa, acordada per la Facultat d'Educació de la UB i la Secretaria de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima de la Generalitat de Catalunya, està contemplada en el pla docent de les assignatures participants i l'estudiant ha de signar-ne l'acceptació en un document anomenat “Compromís personal de l'alumnat per a poder participar en les Trobades Socioesportives (s'adjunta en l'annex núm. 1).

Posteriorment, el professional del centre penitenciari (tècnic o tècnica esportiva, educador o educadora) imparteix una sessió de contextualització del mateix. Es descriu el tipus de població amb la que es trobaran, les principals normes de funcionament del centre, les instal·lacions, els equipaments, el model de rehabilitació i els diferents programes de tractament, entre ells els programes d'Activitat Física i Esport. Si és possible i les circumstàncies ho permeten, el professional va acompanyat d'un o de més persones privades de llibertat, d'aquesta manera el missatge del que significa la privació de llibertat i la conveniència de les mesures rehabilitadores arriba de forma molt més significativa, amb més força i d'una manera més vivencial i directe.

- **Organització de comissions:** els estudiants s'organitzen per comissions segons els centres penitenciaris a visitar. Dissenyen, amb la tutoria del professorat universitari, una primera proposta de jocs motors a desenvolupar en el centre penitenciari en qüestió i una primera proposta d'activitats lúdiques motores i culturals a compartir al Campus Mundet de la Universitat de Barcelona. I paral·lelament, en cada centre penitenciari, s'organitza una comissió de persones privades de llibertat que dissenyen també una primera

proposta de Trobada Socioesportiva, en aquest cas sota la tutoria del tècnic o tècnica esportiva o dels educadors o educadores dels centres respectius.

**- Visita de la comissió d'estudiants universitaris als centres penitenciaris:**

la comissió d'estudiants fa una primera visita al centre penitenciar en qüestió. Es fa la visita guiada al centre que li serveix a l'alumnat per copsar de primera mà allò que li havien explicat en la contextualització teòrica a l'aula. Interactuen amb la comissió de les persones privades de llibertat seleccionades per participar de les Trobades Socioesportives i consensuen amb aquesta comissió les activitats a realitzar en la propera jornada, repartint-se entre ambdós col·lectius el lideratge d'explicar cada joc. D'aquesta manera estableixen ja un primer vincle que posteriorment es refermarà amb les diferents accions previstes dins el procés global de les Trobades Socioesportives. Quan es tracta de la recepció al Campus Universitari, a la comissió de persones privades de llibertat del centres penitenciaris participants<sup>7</sup> se'ls aprova, si compleixen amb els requisits, una sortida programada<sup>8</sup>, per a poder assistir a la Universitat i compartir amb els estudiants una segona reunió de disseny<sup>9</sup>, per tal de conèixer l'espai i els mitjans que tenen al seu abast. En aquest cas, la comissió d'estudiants<sup>10</sup> i de persones privades de llibertat es reuneixen per tercera

---

<sup>7</sup> El centre penitenciar de referència en aquests 25 anys de Trobades Socioesportives és el d'Homes de Quatre Camins, participant puntualment altres centres penitenciaris catalans.

<sup>8</sup> La legislació en matèria penitenciària preveu l'ús de diferents mecanismes que permeten l'acostament progressiu dels interns al medi exterior: les sortides programades, els permisos i les modalitats de compliment (règim semi obert i obert), així com la llibertat condicional. Aquests mecanismes faciliten i garanteixen que els processos de reinserció siguin conduïts i supervisats de manera òptima per a la preparació de la futura vida en llibertat, reduint així les probabilitats de reincidència futura.

<sup>9</sup> S'arriben a mobilitzar, entre estudiants i persones privades de llibertat, un total aproximat entre 30 a 70 persones per cada torn de Trobada Socioesportiva, sent la ràtio d'una persona privada de llibertat per cada estudiant.

vegada en el centre penitenciari per a concretar el disseny definitiu de la recepció en el Campus Universitari.

- **El dia de la Trobada Socioesportiva:** es comparteixen les activitats dissenyades paritàriament entre estudiants universitaris i persones privades de llibertat, consensuades sempre pels professionals dels centres i el professorat de la Universitat.

La jornada s'inicia amb **l'espai dels jocs motors**, que té una durada d'1'30 a 2 hores. Estudiants universitaris i persones privades de llibertat conformen el grup d'aprenentatge. El tret idiosincràtic d'aquestes activitats lúdiques i motores és que són de caràcter cooperatiu, requerint la interacció entre els participants per a col·laborar, per ajudar-se i donar-se suport mútuament amb la finalitat d'aconseguir l'objectiu del joc, evitant-se així la confrontació que genera la competició.

No tan sols es milloren les habilitats socials i comunicatives, sinó que augmenta la motivació per la interrelació social, i es facilita la convivència dins del grup<sup>10</sup>.

Quan acaben els jocs motors i les relacions entre ambdós grups ja són més fluides, es fa **l'espai de valoració**, entre les persones privades de llibertat, els estudiants universitaris i resta d'agents implicats. Suposa una primera valoració de com ha anat la jornada, en un espai tranquil, arrecerat, on els participants puguin expressar allò que han vivenciat, les sensacions i les emocions generades per tot plegat. La seva durada oscil·la entre 15' a 30'.

Tot seguit arriba **l'espai del refrigeri** que sol durar una hora, i en el que es dóna pas a la conversa relaxada entre estudiants universitaris i persones privades de llibertat, acompanyada de menjar i de beguda.

Aquest espai considerem que té un valor indiscutible en el desenvolupament de les habilitats socials de tot el grup.

La jornada acaba amb una **visita guiada** al centre de referència, realitzada per l'educador o professorat d'Educació Física del centre i una comissió de

---

<sup>10</sup> Aquesta comissió decideix el centre d'interès de la gimcana al Campus Mundet, vinculant-la amb un tema de caire social.



persones privades de llibertat, amb la finalitat que els i les estudiants puguin conèixer els diferents espais penitenciaris.

Es tanca amb la Jornada amb una altra valoració, però en aquest cas, amb els estudiants universitaris, en el mateix centre penitenciar, posant en comú les seves vivències, reflexions i resolen les primeres dubtes que ha generat la participació en la Trobada Socioesportiva.

- Com a final de cicle, es fa la **recepció** a la Universitat del grup de representants privats de llibertat, dissenyant-se activitats al llarg de tot un dia, de caràcter cultural, recreatiu i esportiu (veure en l'annex 2 un model de programa).

Si en general, quan els estudiants es desplacen als centres penitenciaris, es comparteix mitja jornada, matí o tarda, o excepcionalment un dia complet<sup>11</sup>, en el cas de la recepció de les persones privades de llibertat al Campus Mundet de la Universitat de Barcelona, la Trobada Socioesportiva és des de les 10 del matí fins a les 6 de la tarda, compartint-se desdejun i menjar.

- **Avaluació de la Trobada Socioesportiva:** Quan ha passat una setmana de la seva celebració es fa aquesta **avaluació** a l'aula amb la intervenció dels estudiants i dels representants del centre penitenciar (professionals del centre i, si és possible, d'una persona privada de llibertat), que aporten les valoracions realitzades per tots els agents que han participat.

- **Darrera reunió de valoració:** Es tanca el cicle amb una **reunió de valoració** que organitza la coordinadora de les Trobades Socioesportives de la Universitat, participant-hi el professorat universitari implicat, el professorat d'Educació Física i educadors o educadores dels centres penitenciaris, un representant de la Facultat d'Educació i un representant de la Secretària de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima de la Generalitat de Catalunya.

Es ara significatiu comentar que cada any la Fundació Solidaritat de la Universitat de Barcelona, compra samarretes esportives perquè tant estudiants com persones privades de llibertat comparteixin la mateixa samarreta en el dia de la Trobada

---

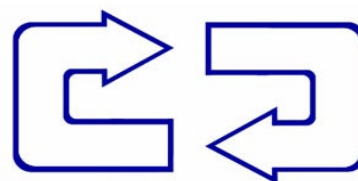
<sup>11</sup> Així era del 2010 al 2014 quan els estudiants anaven al DAE (Departament d'Atenció Especialitzada de Quatre Camins, programa de deshabitució a les drogodependències), en el que compartien amb les persones privades de llibertat activitats físicoesportives i culturals, incloent l'espai de menjar i berenar.

Socioesportiva. El dibuix que s'hi imprimeix va a càrrec d'una persona privada de llibertat o d'un estudiant universitari, inspirant-se en el que suposa la convivència entre tots dos grups. D'entre les propostes es tria el més atractiu, de forma democràtica, sense que es faci públic qui n'és l'autor o l'autora.

Com a mostra el dibuix seleccionat que va fer una persona privada de llibertat del mòdul psiquiàtric del centre preventiu d'homes de Barcelona, La Model, en Josep M<sup>a</sup>, l'any 2013. És interessant transcriure el text que va escriure ell mateix explicant el significat del dibuix, text que reconeixia els beneficis de l'activitat, tant per a les persones privades de llibertat com per als estudiants universitaris:

*“Les fletxes representen la relació de benefici mutu que tenen els interns i externs en l'activitat socioesportiva. Els externs aprofiten la col·laboració del interns per complementar la seva formació de graduat o màster compartint amb nosaltres els jocs. Els interns es beneficien dels externs per sentir-se integrats a la societat, mitjançant les visites dels externs que aporten alegria, i somriures cada cop que fan la visita. Les dues parts es beneficien l'una de l'altra per fer una relació de benefici en les dues direccions”*

TROBADES  
SOCIOESPORTIVES



UB  
2013

## SEGONA PART: MARC REFERENCIAL

### FONAMENTACIÓ TEÒRICA PER A LA JUSTIFICACIÓ DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES

**Carme Panchón Iglesias**

Hi ha sectors de la població amb determinades condicions socioeconòmiques, culturals i professionals especialment vulnerables, és a dir susceptibles de trobar-se afectats per una situació determinada, amb poques possibilitats de poder-ne sortir. En els darrers anys hem posat l'accent més en la societat que en les persones i per això, en aquest cas, parlem de sectors vulnerabilitzats, és a dir els que queden afectats per una situació de desigualtat estructural del sistema social.

Conscient d'aquesta situació, la Universitat no pot quedar al marge entre el dilema del que "es coneix" i del que "es fa" realment. La Universitat de Barcelona va decidir donar suport i es va comprometre amb aquesta iniciativa que, al seu torn, desenvolupa la responsabilitat social de la institució.

Per que una realitat sigui susceptible de canvi, a més de fer-ne una anàlisi en profunditat, requereix la predisposició i la implicació d'aquells grups que tinguin la capacitat de modificar les situacions que generen la desigualtat d'oportunitats. En aquest sentit, el binomi Universitat i Serveis Penitenciàries és imprescindible per dur a terme un conjunt d'actuacions, resultat de la coordinació i la col·laboració d'ambdues institucions, per potenciar una millora de la qualitat de vida de les persones privades de llibertat i per promoure un desenvolupament acadèmic, personal i social de tots els agents implicats.

Les Trobades Socioesportives entre la Facultat d'Educació i el Centre Penitenciari Quatre Camins (Departament de Justícia de la Generalitat de Catalunya), porten enguany 25 anys de rodatge. La formació i el compromís

social de la Universitat han contribuït al llarg d'aquests anys a anar perfilant i consolidant un programa d'intervenció socioeducativa en el que s'ha treballat al voltant de tres eixos: la formació, l'acció i la recerca.

### **La formació:**

Invertir recursos en formació és molt important per a la nostra societat. Moltes són les discussions i contrastos al voltant de paraules com aprenentatge, educació i formació. Tant es poden utilitzar com a sinònims, com complementar-se. Dins el marc de les Trobades Socioesportives la formació, el treball formatiu, té un paper clau. La formació està sintonitzada amb aspectes que van més enllà de la tasca universitària i s'apropen al desenvolupament i a l'ètica de la professió. Les persones que s'impliquen en les Trobades Socioesportives estan disposades a realitzar grans esforços, hores i el que sigui necessari per estar més capacitades.

Trencar estigmes, prejudicis, estereotips i posar-se en situació d'igualtat amb altres persones que han de tornar a formar part de la nostra societat és el resultat d'un aprenentatge, d'un esforç i d'un saber compartir.

Més enllà de les tècniques i de les estratègies concretes, posen en pràctica coneixements que de vegades no es té la consciència que s'han adquirit. Sense cap mena de dubte les Trobades Socioesportives formen part, des de fa uns anys, del que s'anomenen "noves tendències en la formació universitària", formació que es concreta en projectes que es traslladen fora de les aules o dels espais universitaris.

### **L'acció:**

El compromís en l'acció permet l'apropament a realitats socials que queden força allunyades del dia a dia d'un nombre important de ciutadans i ciutadanes. En aquest sentit, apropar-se a una realitat desconeguda per a la gran majoria d'estudiants possibilita el contacte i la convivència al llarg del disseny de les activitats del projecte entre estudiants i persones privades de llibertat.

Grups paritaris entre ambdós col·lectius, construint i creant junts nous espais d'aprenentatge i de construcció de saber. S'utilitza el joc motor com un mitjà d'interacció i de socialització, facilitant interaccions i promovent el treball en col·laboració i la creació conjunta.

No es pot deixar de banda la importància del context, l'espai concret per a la intervenció socioeducativa. En realitat són dos contextos els que intervenen en les Trobades Socioesportives: el centre penitenciari i el campus universitari.

Cada context té una entitat educativa específica, entitats específiques que es complementen i que es transformen, encara que sigui en un temps o per un temps determinat. Quan ens referim als contextos parlem d'oportunitats a dues bandes, una per al centre penitenciari, introduint-hi activitats socialitzadores i l'altra per als estudiants, dissenyant dinàmiques socialitzadores a partir de l'esport no competitiu.

### **La recerca:**

Es considera la recerca com un motor que amplia aquest camp disciplinari. Des del seu inici, les Trobades Socioesportives es plantegen no tan sols promoure el desenvolupament docent, sinó també el desenvolupament investigador i la transferència de coneixement, tant en la Universitat com en el centre participant. La recerca dins el programa de les Trobades Socioesportives contempla: la recerca disciplinària, la recerca metodològica i la recerca orientada a la millora de la qualitat de vida, la reflexió sobre el fet delictiu i la privació de llibertat i, per descomptat, els reptes de futur del projecte.

La docència i la recerca ocupen gran part de l'activitat acadèmica universitària, interaccionen i es nodreixen mútuament. En nodrir-se mútuament es poden actualitzar continguts i cercar noves vies per a l'actualització dels mateixos, els millors mètodes en el procés ensenyament-aprenentatge, i per al creixement personal i col·lectiu.

La recerca en docència, la millora de la docència basada en el coneixement i l'expertesa en la implementació de les Trobades Socioesportives són elements fonamentals per seguir mobilitzant-se i actuar.

Aquests tres eixos: *formació, docència i recerca*, es troben fortament lligats, tant amb aspectes ètics com amb aspectes de compromís i sostenibilitat.

Les Trobades socioesportives, al llarg dels anys, han anat combinant la dimensió local amb la dimensió internacional; s'ha estat treballant per enfortir el compromís i la qualitat tant a nivell local (realitats properes) com internacional (programes de cooperació).

Les situacions de precarietat d'alguns sectors de la població generen reptes per a les administracions, especialment pel que fa a les administracions locals. Alguns d'aquests reptes, si no s'entomen per aconseguir la inclusió social de la ciutadania, poden portar problemes de convivència i manca de cohesió social.

### **Drets Humans, Inclusió Social i Participació**

El marc conceptual de les Trobades Socioesportives es basa fonamentalment en el desenvolupament de la perspectiva en drets humans. Per aquest motiu, la Declaració Universal de Drets Humans (Nacions Unides, 1948) és el document que serveix de guia per a fomentar les accions que s'inscriuen en aquest programa. Els Drets Humans per una justícia social i la intervenció socioeducativa com a base per a aconseguir la igualtat real d'aquells sectors més vulnerables de la població. Les Trobades Socioesportives esdevenen un espai de construcció col·lectiva en la pràctica de la transformació social.

S'afegeix a aquesta visualització de la persona com a subjecte de drets i oportunitats, la incorporació dels Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS), 2030.

En aquest programa té especial rellevància l'objectiu 4-ODS, relatiu a l'educació, que pretén universalitzar l'educació de qualitat: Garantir una

educació inclusiva per a tothom i promoure oportunitats d'aprenentatge al llarg de la vida, duradores i que siguin de qualitat i equitatives. Una educació de qualitat i equitativa que potenciï la igualtat entre homes i dones en l'accés a l'educació. Per tant, hi ha dues vessants importants en aquest objectiu: igualtat per a tothom i igualtat de gènere en educació.

Si es vol que l'educació sigui inclusiva s'ha d'entendre en un sentit ampli, més enllà del centre educatiu; parlem d'una educació per al canvi personal i que actuï com a mecanisme per a la transformació social. Una educació que fomenti l'esperit crític, que posi en relació les persones amb l'entorn on aquestes es desenvolupen i que vagi més enllà d'uns coneixements teòrics i d'una única visió de la realitat.

Una educació inclusiva és una educació justa que respecta els drets de tothom i que va dirigida a la igualtat de totes les persones. No oblidem que la igualtat té tres estadis: igualtat d'oportunitats, igualtat d'accés al recursos i igualtat de participació.

Per poder assolir aquests tres estadis, s'ha de lluitar contra la pobresa i les desigualtats socials (objectiu 1-ODS: fi de la pobresa: accés als serveis bàsics i dret als recursos econòmics per a poder viure dignament; objectiu 10-ODS: reducció de les desigualtats, inclusió social, econòmica i política de totes les persones) i enfortir la pau i la democràcia (objectiu 16-ODS: pau, justícia i institucions sòlides per a protegir les llibertats fonamentals).

El programa de les Trobades Socioesportives potencia i reconeix el grau de participació, implicació i responsabilitat de les persones participants a partir de la seva situació (el context) i les seves capacitats.

Què entenem per intervenció socioeducativa mitjançant les Trobades Socioesportives? Una acció educativa intencional i sistemàtica en el context penitenciari, amb l'objectiu d'aconseguir el desenvolupament de la persona i millorar la seva qualitat de vida a partir dels recursos existents. L'objectiu fonamental de la intervenció socioeducativa és la incorporació de les persones

en els seus propis processos d'aprenentatge perquè arribin a aconseguir una reincorporació positiva a la societat.

S'ofereix un espai on l'alumnat viu i compren situacions que podrien quedar allunyades de la seva realitat quotidiana, i desenvolupa capacitats per a l'acció immediata i per a la transferència d'aquest coneixement a altres realitats encara més llunyanes.

Aquest punt està totalment connectat amb la Dimensió 4 de la Competència Global (OCDE):

Actuar en pro del bé comú i el desenvolupament sostenible.

Aquesta dimensió queda resumida de la següent manera: l'alumnat ha de tenir el coneixement per entendre el món (el més proper i el més llunyà), però també les habilitats i la disposició d'actuar i d'aplicar allò que ha après per oferir solucions als problemes del seu entorn més immediat i el context global.

Pel que fa a la responsabilitat social de les administracions públiques (Universitats i centres penitenciaris), la Universitat de Barcelona, ha publicat recentment, la 10a Memòria de Responsabilitat Social.

## **L'APRENTATGE SERVEI COM A METODOLOGIA D'INTERVENCIÓ SOCIOEDUCATIVA**

**Francesc Buscà Donet , Teresa Lleixà Arribas**

### ***Que és l'ApS?***

L'Aprenentatge Servei o ApS és una pràctica educativa que, mitjançant la combinació de processos d'aprenentatge i de serveis a la comunitat, té com a finalitat principal el desenvolupament personal i de la ciutadania (Puig, 2010).

Es tracta de propostes pedagògiques adreçades al foment i el desenvolupament dels coneixements, de les competències i dels valors cívics i socials universals. Per tant, l'ApS està íntimament relacionat amb el concepte



de *Responsabilitat Social* el qual advoca per proporcionar un servei a la comunitat i un compromís individual o col·lectiu amb la societat, (ACUP, 2019).

Són, per tant, pràctiques educatives que contribueixen a la millora dels serveis que una entitat o administració proporciona a la comunitat, com el donar sentit i significació a les activitats que es duen a terme des de qualsevol administració educativa (formal o no formal) amb la intenció d'educar en valors i competències de caire cívic i social. (Martín i Puig, 2017).

L'ApS presenta tres característiques gracies a les quals hom pot diferenciar aquesta pràctica educativa de la resta. Segons Puig (2010, p.13) aquestes característiques serien les següents: En primer lloc, l'ApS es caracteritza per ser una **metodologia** que parteix d'unes necessitats socials i les aborda mitjançant una activitat d'aprenentatge que alhora proporciona un servei. D'altra banda, aquesta pràctica es basa en una **pedagogia vivencial i experimental** que requereix de la participació activa, la cooperació i la reflexió. Finalment, l'ApS necessita que hi hagi una relació de **col·laboració o partenariat** entre els centres educatius i les entitats a les quals es proporciona el servei.

L'ApS es pot implementar en qualsevol entitat que sigui centre educatiu, formal o no formal, sempre que tingui l'adquisició de coneixements i de competències relacionades amb l'educació social i cívica com a objectiu. Des d'aquest punt de vista, atesa la seva funció docent, de recerca i de transmissió del coneixent, la Universitat està íntimament lligada a la seva responsabilitat social i esdevé per tant un excel·lent entorn natural on promoure l'ApS.

### ***L'APS a la Universitat***

Per tal de contextualitzar l'APS a la Universitat volem donar resposta a qüestions que justifiquin la seva incorporació a la Universitat, lligades a la seva relació amb la responsabilitat social i les seves aportacions.

### ***Per què APS a la Universitat?***

L'ApS es consolida com a pràctica universitària per l'exigència ètica i cívica (Martínez, 2008; Santos i Lorenzo, 2010) d'un major compromís de la Universitat amb el context social i de ciutadania. La Universitat, com a servei públic que és, té entre les seves obligacions donar un retorn a la societat. Mitjançant les activitats d'APS té l'oportunitat de complir amb aquest deure.

### ***Quina és la relació entre l'APS i la Responsabilitat Social Universitària?***

Els programes d'ApS són una clara conseqüència de la repercussió i rellevància que pren el concepte de responsabilitat social a la Universitat (Vasilescu, Barna, Epure, i Baicu, 2010; Vallaey, 2014; Vallaey, de la Cruz i Sasia, 2009), que emfatitza en la necessitat d'una implicació amb la comunitat. Aquesta implicació ha d'anar dirigida a la cerca de l'equitat i la inclusió en l'entorn social. Ha de desenvolupar igualment els aprenentatges ètics entre els i les estudiants.

### ***Què aporta l'APS?***

A la comunitat li aporta recursos humans valuosos per assolir objectius d'entorn.

Als i a les estudiants els aporta un ambient adequat per al seu desenvolupament intel·lectual i la millora de la seva capacitat de resoldre problemes, tal i com indiquen Furco i Billig (2002), autors pioners en l'estudi de l'APS. També els aporta beneficis en els seus aprenentatges acadèmics i en el seu desenvolupament com a persones.

A la Universitat li aporta la possibilitat de crear vincles amb l'entorn comunitari, necessaris molt sovint quan es volen emmarcar les tasques de recerca i transferibilitat pròpies de la Universitat en un context real.

## ***L'APS i les trobades socioesportives entre estudiants de la Universitat i persones privades de llibertat***

Les Trobades Socioesportives entre estudiants de la Universitat i persones privades de llibertat es troben contextualitzats en els programes d'Aprenentatge Servei (ApS) de la Universitat de Barcelona.

La Xarxa d'aprenentatge servei de les universitats catalanes (2019) estableix uns condicionants en l'aprenentatge social a la Universitat que les Trobades Socioesportives compleixen de la manera que s'indica tot seguit. Les qüestions clau serien les següents:

### ***Quina necessitat social cobreixen les Trobades Socioesportives?***

Les Trobades Socioesportives contribueixen a cobrir la necessitat de facilitar el contacte de les persones privades de llibertat amb l'exterior, tot participant en activitats físiques, com un instrument més per a la seva inserció social.

### ***Quins són els principis del partenariat amb els centres penitenciaris?***

Les Trobades Socioesportives suposen una intensa i respectuosa col·laboració entre els centres penitenciaris i la Universitat per al disseny del programa. Així mateix, hi ha una paritat entre els estudiants i les persones privades de llibertat a l'hora de dissenyar les activitats.

### ***Quins aprenentatges desenvolupen els estudiants?***

Els aprenentatges són de tipus procedimental, com per exemple organització d'activitats motrius (jocs i reptes cooperatius), i de tipus social, com ara el trencament d'estereotips i l'adquisició d'actituds inclusives, entre d'altres.

### ***Quin tipus de servei suposen?***

El grup d'estudiants participen de forma directa en les tasques socialitzadores dels centres penitenciaris.

### ***Com s'utilitza la reflexió?***

La reflexió conjunta amb els interns que té lloc a la part final de les trobades, així com la reflexió individual realitzada pels estudiants en les memòria de l'activitat, permeten generar aprenentatges a partir de l'experiència.

### **Quin és el reconeixement?**

Les activitats són avaluades en el sí de les assignatures on es generen, és a dir, en els ensenyaments de grau de mestre i d'educació social.

## **FINALITATS, COMPETÈNCIES, OBJECTIUS I METODOLOGIA DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES**

**Teresa Lleixà Arribas, Merche Ríos Hernández Carme Panchón Iglesias Natàlia Zapatero Mas, Roger Estapé Bartrés, Mariona Miró i Casamajó, David Ballester Botia, Xavier Busca Huertas**

Com s'ha comentat anteriorment, les Trobades Socioesportives tenen tres finalitats principals:

- la primera és analitzar de manera crítica i constructiva la privació de llibertat i desenvolupar un marc de reflexió sobre la delinqüència i les mesures de privació de llibertat; les mesures penals alternatives i, sobretot, l'enfoc positiu i constructiu cap a la rehabilitació i la reinserció de les persones privades de llibertat.
- la segona s'enfoca a que els i les alumnes de la Facultat d'Educació aprenguin a dissenyar i a posar en pràctica jornades de socialització mitjançant l'Educació Física (el joc motor cooperatiu), en les que ells i elles interactuïn amb les persones privades de llibertat de centres penitenciaris, col·laborant en el seu procés de reinserció, de reeducació i de rehabilitació.
- La tercera se centra en que les persones privades de llibertat puguin adquirir competències pro-socials, establir relacions d'horitzontalitat amb estudiants universitaris i créixer en autoestima i en assumpció de responsabilitats, assumint un rol proactiu en l'organització de les Trobades Socioesportives.

Les Trobades Socioesportives se centren en l'aprenentatge basat en la pràctica i en l'experiència, és a dir en *Aprendre Fent (Learning by Doing)*.

L'estudiant se situa en el centre del procés educatiu, i és en aquest punt on la combinació de coneixements, d'habilitats, d'actituds, de valors i les característiques del context permetran desenvolupar els objectius previstos en el programa de Trobades Socioesportives.

L'aprenentatge basat en competències se centra en l'aprenentatge de l'estudiant. Les competències que es pretenen desenvolupar, així com els objectius d'aprenentatge esperats, queden formulats a les taules 1 i 2. La taula 1 fa referència als i a les estudiants universitaris i la taula 2 fa referència a les persones privades de llibertat.

**Taula 1. Relació de competències i objectius / resultats dels aprenentatges esperats en els i les estudiants universitaris.**

| Competències   | Objectius / Resultats dels aprenentatges esperats   |
|--|---|
| <b>Planificació. Planificar i organitzar processos d'ensenyament / aprenentatge en entorns que puguin fomentar l'exclusió social.</b>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconèixer les característiques principals del context de privació de llibertat.</li> <li>• Identificar els objectius, continguts i recursos bàsics que permetin la intervenció socioeducativa mitjançant el joc motor.</li> </ul>   |
| <b>Gestió de la intervenció didàctica. Gestionar la intervenció didàctica utilitzant estratègies per a promoure l'aprenentatge i la inclusió social.</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aplicar tècniques i estratègies de dinamització de grup i d'animació, mitjançant l'activitat física.</li> <li>• Prendre decisions per ajustar les activitats a les diferents situacions que es presentin.</li> <li>• Organitzar l'espai i el temps per promoure l'aprenentatge, la interacció i la socialització.</li> </ul> |
| <b>Treball en equip. Treballar en col·laboració amb companys/es i amb altres agents de la universitat i de la institució penitenciària.</b>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolupar relacions professionals de col·laboració amb companys/es, compartint coneixements i experiències docents.</li> <li>• Mostrar capacitat de treballar en equip i de saber recórrer al suport especialitzat quan sigui necessari</li> </ul>  |
| <b>Compromís social. Comprometre's amb ètica i responsabilitat en el benestar de les persones, independentment de la seva condició personal.</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Analitzar de manera crítica i constructiva la privació de llibertat</li> <li>• Mostrar una actitud oberta a la diversitat de les persones, superant l'estigmatització pròpia dels centres penitenciaris.</li> <li>• Mostrar empatia per comprendre la vivència de privació de llibertat</li> </ul>                           |

|   |   |
|---|---|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Adequar la indumentària a la pràctica físicoesportiva en un context penitenciari</li> <li>• Mostrar compromís cap als col·lectius en situació d'exclusió social.</li> </ul>  |
| <b>Comunicació. Comunicar-se amb les persones privades de llibertat, així com amb la resta d'agents del context penitenciari.</b>                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolupar habilitats expressives per a poder connectar amb els interlocutors.</li> <li>• Transmetre amb claredat les propostes d'intervenció socioeducativa</li> <li>• Generar diàleg que enriqueixi les situacions d'aprenentatge i de convivència.</li> </ul>   |
| <b>Autoreflexió. Reflexionar sobre la pròpia acció educativa com a instrument d'aprenentatge continu, tenint en compte creences, expectatives i practiques.</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoavaluar-se i avaluar els companys/es en relació amb les pròpies actuacions i amb la implicació en la millora de la intervenció socioeducativa.</li> <li>• Valorar favorablement una concepció educativa que incorpori l'activitat física com a recurs pedagògic d'intervenció socioeducativa.</li> </ul> |

**Taula 2. Relació de competències i d'objectius/resultats dels aprenentatges esperats en les persones privades de llibertat.**

| Competències   | Objectius / Resultats dels aprenentatges esperats  |
|--|--|
| <b>Socialització. Socialitzar en nous entorns i contextos.</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Relacionar-se respectuosament amb els companys i amb els i les estudiants.</li> <li>• Acceptar i apreciar les diferències individuals i grupals.</li> <li>• Treballar cooperativament arribant a acords consensuats.</li> <li>• Reconduir situacions conflictives o d'alta competitivitat.</li> </ul>                               |
| <b>Assumpció de responsabilitats. Assumir responsabilitats i prendre de decisions.</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconèixer les pròpies habilitats i destreses</li> <li>• Controlar i gestionar els propis impulsos</li> <li>• Aplicar tècniques i estratègies de dinamització de grup i d'animació, mitjançant l'activitat física.</li> <li>• Tenir iniciativa en les activitats i prendre decisions dirigides a l'èxit de les mateixes.</li> </ul> |
| <b>Comunicació. Comunicar-se amb els companys, amb els/les estudiants universitaris, així com amb la resta d'agents del context penitenciari</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Expressar-se adequadament per a connectar amb els diferents interlocutors.</li> <li>• Mostrar empatia amb els/les estudiants universitaris, trencant estereotips.</li> <li>• Transmetre amb claredat modificacions i noves propostes d'activitats.</li> </ul>   |

|   |  |
|---|--|
| <b><i>Cura personal. Incorporar l'activitat física a les pròpies rutines, com a forma de millora de la qualitat de vida</i></b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Reconèixer els beneficis de la pràctica d'activitat física</li><li>• Millorar els hàbits d'higiene</li><li>• Adequar la indumentària a la pràctica fisicoesportiva</li><li>• Valorar la incorporació de la pràctica d'activitat física en les pròpies rutines.</li></ul> |
|---|--|

La intervenció socioeducativa s'emmarca, tal i como hem indicat en el capítol anterior, en la proposta educativa coneguda com "**Aprentatge Servei**", atès que combina processos d'aprenentatge per part de l'estudiant universitari i ofereix en paral·lel un servei a la comunitat. Els estudiants universitaris que hi participen es formen i a la vegada actuen com agents de socialització, amb l'objectiu de col·laborar en el procés d'educació, de rehabilitació, de resocialització i d'inclusió social de les persones privades de llibertat.

La metodologia que es posa en pràctica és una metodologia activa i participativa, metodologia d'acció-reflexió, democràtica i transformadora. Una metodologia que es caracteritza per utilitzar estratègies de treball cooperatiu, de foment de l'esperit crític, de l'intercanvi mitjançant el diàleg, el respecte i l'exercici de responsabilitats.

La metodologia emprada en les Trobades Socioesportives s'orienta per al desenvolupament de diferents capacitats i habilitats que permetran dur a terme un conjunt de tasques com són:

- La Planificació: conèixer la realitat en la que s'ha d'intervenir, analitzar les necessitats, definir objectius i prioritzar les accions, escollir el mètode d'actuació, optimitzar els recursos i avaluar els resultats.
- El Treball en equip: horitzontalitat i lideratge distribuït, responsabilitat compartida.
- La Coordinació entre institucions participants.
- L'Avaluació: de procés, de resultats i de satisfacció.

## TERCERA PART: PAUTES PER A LA INTERVENCIÓ SOCIOEDUCATIVA

### CRITERIS PER A L'ORGANITZACIÓ I PROTOCOLS D'ACTUACIÓ ENTRE LA UNIVERSITAT I LA INSTITUCIÓ PENITENCIÀRIA

Merche Ríos Hernández, Francesc Buscà Donet, David Ballester Botia, Roger Estapé Bartrés, Mariona Miró i Casamajó, Xavier Busca Huertas

El procés s'inicia quan la Universitat de Barcelona i la Secretària de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima de la Generalitat de Catalunya acorden l'organització de les Trobades Socioesportives, mitjançant un **conveni de col·laboració**, que contempla les dues fases al llarg del curs universitari: recordem que en la primera són els estudiants universitaris els que assisteixen als centres penitenciaris (tant Justícia Juvenil com d'adults, homes i dones) i que en la segona, quan finalitza el curs acadèmic, són les persones privades de llibertat les que es desplacen al Campus Mundet de la Universitat de Barcelona.

El procés que segueix la Facultat d'Educació de la Universitat de Barcelona és el següent:

- **Els plans docents** de les assignatures implicades contempnen les Trobades Socioesportives com una activitat acadèmica de la Facultat. Encara que les Trobades Socioesportives estan vinculades a determinades assignatures, cal també que els Caps d'Estudis dels Graus implicats informin, de forma prèvia a l'inici de cada semestre, al professorat que imparteix docència el mateix dia de la Trobada Socioesportiva, de les dates de celebració d'aquesta, per tal que facilitin la participació del seu grup d'estudiants.

El o la coordinadora de les Trobades Socioesportives de la UB sol·licita, al Director del Departament de Didàctiques Aplicades implicat i a la Degana de la



Facultat d'Educació, tant el finançament necessari per al disseny, la difusió i la implementació de les Trobades Socioesportives, com la seva participació en les activitats protocol·làries que es duren a terme, juntament amb representats del Rectorat de la Universitat i representants del Departament de Justícia de la Generalitat de Catalunya

La Facultat activa els protocols pertinents per fer publicitat de la realització de les Trobades Socioesportives als membres de la comunitat universitària, mitjançant els seus canals de comunicació institucionals.

De la mateixa manera, els responsables acadèmics de la Facultat i de l'administració del Campus Universitari disposen i, si escau, adequen, els espai i les instal·lacions requerits per a l'acollida dels participants a les Trobades Socioesportives i la realització de les activitats programades.

Un cop acabades les Trobades Socioesportives, els responsables acadèmics de la Facultat inicien els processos administratius necessaris per reconèixer i acreditar la participació dels organitzadors i dels participants a les Trobades.

Pel que fa al procés que se segueix per part de Secretària de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima de la Generalitat de Catalunya, és el següent:

**- Autorització d'entrada dels estudiants als centres penitenciaris:** en una plantilla que facilita la administració de Justícia, es recullen les dades personals dels estudiants i del professorat universitari i s'envia a la Secretaria de Mesures Penals, Reinserció i Atenció a la Víctima de la Generalitat de Catalunya. L' AIS (Àrea d'Informació i Seguretat) valida o no la possible entrada de l'alumnat, en funció de criteris relacionats amb parentiu amb interns o per haver tingut incidents amb la justícia ordinària. Un cop fet el procés, s'autoritza finalment l'entrada al centre penitenciari en el dia o dies indicats. Aquesta entrada requereix de la col·laboració dels diferents professionals implicats (funcionaris de l'àrea d'interior, de l'àrea de tractament, entre d'altres).

Arribats al dia de la visita al centre, els estudiants són rebuts a la porta del mateix, se'ls fa l'acollida i se'ls tornen a recordar les normes de comportament

i de seguretat, a fi i efecte de causar la mínima distorsió possible en la vida ordinària del centre.

Es comprova per part dels funcionaris de l'entrada que les autoritzacions i els documents d'identitat concorden amb els estudiants i s'accedeix a l'interior del recinte.

**- Valoració del tècnic o de la tècnica esportiva amb l'equip de tractament del centre penitenciari** de les persones privades de llibertat susceptibles de participar en les Trobades Socioesportives, d'acord amb el seu programa individual de tractament.

## **CRITERIS PER A L'AVALUACIÓ DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES**

**Francesc Buscà Donet**

Tal i com s'ha vist en el capítol *“Finalitats, competències, objectius i metodologia de les Trobades Socioesportives”*, les finalitats formatives que es deriven de les Trobades Socioesportives i, per extensió, dels plans d'estudi de les assignatures que hi formen part, se centren en l'adquisició de determinats aprenentatges i de determinades competències professionals, disciplinàries i transversals.

És per això que, tot aprofitant que en el marc de l'ApS els processos d'ensenyament i aprenentatge tenen com a eix central la figura de l'estudiant i de la persona privada de llibertat, les Trobades Socioesportives han d'optar per models alternatius d'avaluació.

És a dir, per d'un model d'avaluació que sigui formativa i, alhora, formadora i participativa. Ens referim, per tant, a processos dialògics en els que professorat, educadors, alumnat i persones privades de llibertat, valoren conjuntament el procés d'ensenyament i el grau d'assoliment dels aprenentatges. Es tracta d'una modalitat d'avaluació en què l'alumnat i les persones privades de llibertat es converteixen en agents actius, doncs permeten obtenir informacions addicionals sobre el procés d'ensenyament i d'aprenentatge que s'ha donat durant la preparació, el desenvolupament i la valoració de les Trobades Socioesportives.

En concret, aquest enfocament suposa, entre altres aspectes, que els sistemes d'avaluació de les Trobades Socioesportives tinguin en compte els següents requeriments:

- Ser continuats, per tal de dur-se a terme al llarg de les fases de disseny, d'implementació i de valoració de les Trobades Socioesportives.
- Centrar-se en els aprenentatges i en les competències assolides pels seus participants.
- Avaluar diferents tipus d'aprenentatge i de competències.
- Tenir en compte la veu dels estudiants, de les persones privades de llibertat i de la resta d'agents implicats que participen en el disseny i en la concreció d'activitats, d'instruments i de criteris d'avaluació.
- Emprar activitats i instruments variats que permetin, des de diferents punts de vista, l'obtenció rigorosa d'informació pertinent i rellevant, tant pel que fa als processos d'ensenyament i aprenentatge, com als resultats d'aprenentatge que hagin assolit els participants.
- Partir de les evidències copsades per avaluar i comunicar els resultats assolits i les futures accions a prendre per millorar i seguir aprenent o la subsegüent presa de decisions.
- Permetre la metaavaluació dels sistemes d'avaluació duts a la pràctica i la seva millora consegüent.

Atès que l'avaluació de les Trobades Socioesportives es pot fer de manera continuada, al llarg de diferents fases o moments, els criteris d'avaluació també s'haurien d'establir en funció de cadascun d'aquests moments i dels agents implicats. A tall d'exemple, independentment de l'agent implicat (intern o extern), alguns dels criteris d'avaluació que s'han tingut en compte en les Trobades Socioesportives durant aquests anys han estat els següents:

| Moment  | Criteri  |
|---|--|
| <b>Preparació de les Trobades Socioesportives</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Participació en la planificació de les Trobades Socioesportives</li><li>• Participació en les tasques organitzatives</li><li>• Coordinació amb els responsables de les Trobades Socioesportives i els dinamitzadors de les altres entitats participants</li><li>• Anàlisi del context en el qual se celebraran les Trobades Socioesportives</li><li>• Participació en el disseny de les activitats que formaran part de les Trobades Socioesportives</li></ul> |
| <b>Desenvolupament</b>                            | <ul style="list-style-type: none"><li>• Participació en la gestió de les Trobades Socioesportives</li><li>• Dinamització de les activitats proposades a les Trobades Socioesportives</li><li>• Observació del desenvolupament de les activitats planificades</li><li>• Recopilació d'evidències d'aprenentatge</li></ul>   |
| <b>Valoració i tancament</b>                      | <ul style="list-style-type: none"><li>• Anàlisi del desenvolupament de les Trobades Socioesportives</li><li>• Anàlisi dels resultats d'aprenentatge assolits</li><li>• Valoració fonamentada de l'experiència i propostes de millora</li><li>• Valoració de l'impacte de les Trobades Socioesportives en el si de les institucions i les persones participants</li></ul>   |

## PAUTES PER TRANSFERIR L'ORGANITZACIÓ DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES A ALTRES CONTEXTOS PENITENCIARIS I CENTRES UNIVERSITARIS

Carme Panchón Iglesias

L'avaluació de la interacció entre el món universitari i el món penitenciari ens permetrà seleccionar els indicadors a tenir en compte per a considerar les Trobades Socioesportives una “bona pràctica”.

En aquest cas, una bona pràctica (*best practice label*) és una intervenció socioeducativa planificada, que ha obtingut resultats positius, que ha estat eficaç en un context concret, i que els resultats de la seva implementació són transferibles a altres contextos similars.

Cada àmbit d'intervenció socioeducativa, acostuma a consensuar el seu “Catàleg de Bones Pràctiques”. En la majoria d'aquests catàlegs es troben coincidències en els requisits que ressaltem aquí per a la seva consideració (Lisboa, 2000):

- Són basades en evidències (*Evidence based*)
- Estan prèviament testades (*Practice tested*)
- Són sostenibles (*Sustainable*)
- Es basen en la col·laboració (*Collaborative*)
- Són estratègiques i vinculades a la missió universitària (*Strategic and linked to the university mission*)
- Són transferibles (*Transferable*)

Si anem a una dimensió més general del que es defineix com a bona pràctica, diferents organismes d'àmbit internacional (Informe CIIMU, 2004) arriben a les següents afirmacions:

- Les bones pràctiques es caracteritzen per demostrar **un alt nivell d'impacte en les persones beneficiàries**. Impacte que es pot observar a través dels bons resultats obtinguts, la qual cosa suposa un trencament amb situacions anteriors i una nova manera d'enfocar les coses.

- Les bones pràctiques poden **tenir incidència** en el context polític, de manera que es millori la situació dels contextos i dels grups socials més desfavorits. Això vol dir que alguna administració o institució pública aporta recursos per esmenar una situació desigual.
- La bona pràctica ha de demostrar que pot afavorir el **desenvolupament sostenible**.
- Una bona pràctica implica també la **participació igualitària** de molts agents socials: societat civil, ONG'S, governs, que hauran de tenir la possibilitat de prendre part en els processos de presa de decisions.
- Una bona pràctica ha de ser una eina que permeti lluitar contra la **discriminació social**.

Segons les consideracions anteriors, les Trobades Socioesportives poden ser considerades una bona pràctica, i la present Guia ofereix les pautes per transferir-ne l'organització a altres contextos penitenciaris i centres universitaris. Tal i com s'ha comentat en la introducció, s'estan replicant en altres universitats catalanes i espanyoles i a nivell internacional en altres països llatinoamericans. Podem destacar la col·laboració de la Universitat de Barcelona amb la *Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN- León)*, durant 10 anys, i també amb la *Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte Manuel Fajardo* de Cuba i el *Ministerio del Interior de Cuba*, des de l'any 2019.

## QUARTA PART: LES VEUS DELS PROTAGONISTES

### EVIDENCIES DE L'IMPACTE I BENEFICIS PER ALS ESTUDIANTS UNIVERSITARIS I PER A LES PERSONES PRIVADES DE LLIBERTAT

**Merche Ríos Hernández, Carme Panchón Iglesias, Natàlia Zapatero Mas**

La recerca qualitativa que s'ha fet durant aquests anys aporta informació sobre l'impacte de les Trobades Socioesportives en les persones que hi participen, destacant sobretot els aprenentatges que s'han produït i també una mirada diferent sobre el món penitenciari i el món universitari.

En primer lloc, tothom ha de fer un exercici d'empatia, posar-se en el lloc de l'altre i desfer tòpics i estereotips. Intentar cercar arguments i, en algun cas, respostes del perquè aquests dos mons, el centre penitenciari i la Universitat, es veuen tan allunyats. Es tracta de que cadascú faci l'exercici de com es veuria, ubicat en l'altre context. Identificar quines són les coses que més valoraria en aquest intercanvi imaginari.

Un altre exercici indispensable, és plantejar-se el "principi de realitat no descartable" que, per a cada grup, tindrà un sentit diferent. Per als estudiants universitaris, identificar la realitat penitenciària reforça mecanismes que els permeten valorar no estar privats de llibertat, les oportunitats que han tingut, els esforços que han realitzats ells, elles i les seves famílies, reconèixer que determinades conductes tenen unes conseqüències que moltes vegades són irreversibles a curt termini, entre altres. En canvi per a la població penitenciària, la Universitat es presenta com una utopia, però també descobreix que moltes de les persones amb les que es relacionarà i treballaran plegades en les Trobades Socioesportives no tenen fàcil ser on són.

Percebrà que l'educació és una porta que sens dubte n'obre d'altres, que pot ampliar les seves expectatives i que podria ajudar-la a progressar. De tota

manera, més enllà de projeccions que ambdós col·lectius puguin fer pensant en el futur, cal tenir en compte que les Trobades Socioesportives provoquen uns canvis i aporten uns aprenentatges immediats.

Per a ambdós col·lectius hi ha uns processos d'aprenentatge compartits:

- La construcció de nous processos d'aprenentatge oberts i inclusius.
- El reajustament del punt de vista inicial.
- El desenvolupament de control, capacitat, connexió i responsabilitat sobre el tema.
- La posada en pràctica de sabers i la formulació de dubtes.

Tot seguit, passem a sintetitzar les evidències que hem recollit durant 25 anys sobre l'impacte i els beneficis de les Trobades Socioesportives per als estudiants universitaris i per a les persones privades de llibertat, tant en contextos catalans, com espanyols i de l'Amèrica llatina.

**Per part de la comunitat universitària i de Justícia** es destaca el caràcter formatiu i humà de les Trobades Socioesportives (Ríos 2001, 2007, 2008, 2012, 2015):

- Beneficien el procés formatiu de l'estudiant universitari, que pot aplicar els coneixements i els valors adquirits fins al moment en l'assignatura i en el Grau en general, i també col·laboren en el procés educatiu i de resocialització de les persones privades de llibertat, que tenen present la cultura que transmeten les Trobades Socioesportives. En ambdues vessants aconsegueixen crear unes expectatives que són molt valorades, tant des del punt de vista educatiu com rehabilitador, per part de les dues institucions.

- Permeten als i a les estudiants la connexió amb una realitat social sovint desconeguda, trencant estereotips envers les persones privades de llibertat en centres penitenciaris, i tenen una especial repercussió en la seva formació, en relació amb les actituds i els valors, col·laborant en la conformació del seu pensament crític.



- Pel que fa a les persones privades de llibertat, els aporta coneixements, habilitats socials i comunicatives, bons hàbits i valors (respecte, cooperació, esforç, treball en grup, igualtat de gènere, entre d'altres), col·laborant en la seva posterior reinserció.
- Es fomenta una actitud de responsabilitat entre els i les estudiants universitaris i les persones privades de llibertat, els protagonistes de l'activitat.
- El sistema d'organització en comissions i la seva transversalitat, facilita un estret contacte entre totes i tots els implicats en l'organització, i un enriquiment de les propostes i idees independentment del seu origen (persones privades de llibertat, estudiants universitaris, professorat d'Educació Física i educadors i educadores dels centres, professorat universitari, entre altres).
- Afavoreix el contacte entre les dues institucions implicant nous canals de coneixement, de col·laboració i de comunicació.

**Per part de les persones privades de llibertat**, la valoració és també positiva, fonamentada bàsicament en els següents punts (Ríos 2001, 2007, 2008, 2012, 2015):

- Consideren molt positiva la presència dels i de les estudiants universitaris perquè els permet no sentir-se tan exclosos de la societat i, per contra, valorats i acceptats: "Que hi ha societat al carrer que s'interessa pels presos, perquè no som éssers estranys, els importem<sup>12</sup>", "Els estudiants vénen, no ens coneixen, juguen amb nosaltres i no ens jutgen. Saben que estem aquí per una cosa gens bona; i així i tot, vénen", "Sentir-se valorat i no mirat per sobre de l'espatlla".
- L'assistència dels estudiants universitaris i el contacte amb aquests és valorat com el trasllat de la quotidianitat a l'interior: "Poder estar amb gent que t'escolta, et comprèn i que no et rebutja" , "La injecció d'alegria i entusiasme

---

<sup>12</sup> Són frases literals escrites en les valoracions realitzades per persones privades de llibertat.

que rebem”, “Vaig parlar de temes no relacionats amb la presó”, “Suposa una entrada d'aire fresc”, “Sinceritat, espontaneïtat”, “Els estudiants ens transmeten les seves inquietuds que són diferents a les nostres”.

- Poder compartir la presa de decisions amb els i les estudiants universitaris, ser conscients de l'horitzontalitat que impregna l'activitat: “No hi ha diferències entre els uns i els altres”, “Assumim responsabilitats conjuntament”, “En sentir-se ells implicats jo també em sento”, “ Les decisions són preses lliurement i no imposades, pots triar i el millor de tot és que estem en igualtat de condicions amb els de l'exterior”.

- Trencar amb la rutina diària: “Vaig estar amb gent que no eren ni professionals ni funcionaris”, “Se'm va passar el dia volant”.

- Evadir-se de la realitat: “Em vaig oblidar que estava a la presó”, “Feia molt de temps que no m'ho passava tan bé”, “Em vaig oblidar dels meus problemes durant tot el dia”.

- Un espai de socialització: “No es necessita cap mena de droga per a participar amb la gent”. “Ens relacionem amb gent nova, amb altres converses de les del garjola i parlem en públic”.

- Augmenta la companyonia: “Es dóna més relació entre nosaltres”. “Ajudo els companys que han d'explicar un joc quan vénen els estudiants”.

- S'adquireixen nous aprenentatges: “No ser tan competitiu”, “Assumir i saber delegar responsabilitats”, “Escoltar i parar esment”, “Ara sé com liderar i proposar activitats”.

- Afavoreixen l'increment de l'autoestima i en valoració d'un mateix: “Me n'adono dels meus progressos i dels altres companys”, “Em sento més segur que al principi”, “Em sento més capaç”

- Se suavitza la tensió que es genera al principi quan no es coneixen amb els estudiants universitaris: “L'ambient és més relaxat quan comencem a jugar”.

- Finalment, reconeixen que aquesta experiència és una estratègia molt vàlida per a la formació de l'estudiant universitari: "Crec que és molt bona oportunitat per als estudiants perquè eliminin estereotips i prejudicis, així com poder treballar en un entorn real com és el departament de psiquiatria d'aquesta presó" (Juan, ex intern del mòdul psiquiàtric, 2016).

**En la valoració que realitza l'alumnat participant,** es remarca que l'experiència és molt positiva atès que poden conèixer una realitat sovint estigmatitzada socialment i de difícil accés. D'altra banda, valoren conèixer un àmbit d'actuació professional que fins al moment els era llunyà i gairebé desconegut. Destaquen també:

- Coincideixen en la ruptura amb els prejudicis, en la por inicial per desconeixement, aprenen a veure a la persona més enllà del fet de ser un "pres", reconeixent el seu dret a l'educació i a disposar d'una segona oportunitat.

- Ajuda a fer desaparèixer tòpics i idees preconcebudes, facilitant una major comunicació entre la Universitat i la societat en el sentit més ampli. En definitiva, consideren que facilita el canvi d'actituds.

- El marc de reflexió individual i grupal que permet un esdeveniment d'aquesta índole, avaluant obstacles i necessitats.

- Consideren que és una experiència molt significativa i formativa en el seu itinerari acadèmic i que pot ser positiva per a reduir la dessocialització de les persones privades de llibertat.

- El sentiment de responsabilitat per dissenyar a cap activitats en grup, afavorint el coneixement de nous recursos.

- El fet de participar en comissions on es troba representada tota la comunitat universitària, incloent companys i companyes d'altres especialitats (interdisciplinarietat), aprenent a treballar en col·laboració amb els seus companys i companyes, les persones privades de llibertat, el professorat d'Educació Física i els educadors i educadores del centre penitenciari.

- Les positives relacions interpersonals amb les persones privades de llibertat.

- Valoren l'Educació Física com un recurs que facilita la comunicació social, concretament a través del joc:

- Es trenquen les distàncies inicials.
- Es facilita la interrelació
- S'augmenta la confiança.
- Es facilita la cooperació i la cohesió.
- S'afavoreix un clima distès.
- Es trenca amb la rutina de l'interior.
- Es redueix l'efecte de l'estigma social i del context físic.

- Com a futurs educadors, valoren la vivència com a positiva per haver pogut dissenyar i liderar l'explicació dels jocs motors (a imatge de les persones privades de llibertat), la qual cosa els ha proporcionat seguretat i autoconfiança de cara al seu futur professional. Afegeixen que han après que un educador ha d'observar constantment, saber trobar una intervenció adequada per a cada situació, gestionar la resolució de conflictes i ser flexible. Consideren que han desenvolupat la capacitat de posar límits amb les persones privades de llibertat i de confiar en la potencialitat i la capacitat de les persones. També creuen que ha millorat la seva capacitat de presa de decisions a tots els nivells. I assenyalen, a més, que han adquirit habilitats socials i la capacitat d'escolta activa i d'expressar-se verbalment en públic. Diuen haver crescut tant com futurs educadors i com a persones, desenvolupant la capacitat d'empatia.

- Finalment comentar que reconeixen el valor de la metodologia d'Aprenentatge Servei en el seu itinerari acadèmic i personal, havent descobert una nova manera de relacionar-se amb els companys i les companyes d'estudis, fora de l'ambient tradicional de l'aula, sentint-se satisfets per haver col·laborat amb els objectius de les Trobades Socioesportives.

## CINQUENA PART: PROPOSTA DE JOCS MOTORS I REPTES COOPERATIUS PER A LES TROBADES SOCIOESPORTIVES

Carme Rubio Rossell (coord.), Bernat Muñoz Balcells, Jordi Martínez Tirado, Laura Tomàs Canalís, Gemma Pintó Longas, Amaia Etxeberria Maganto, Merche Ríos Hernández, Neus Carol Gres, Teresa Lleixà Arribas i Natàlia Zapatero Mas

Amb la revisió de: David Ballester Botia, Roger Estapé Bartrés, Mariona Miró i Casamajó i Xavier Busca Huertas

Aquest capítol respon a l'objectiu d'informar abastament sobre l'actuació pràctica, tan necessària a aquelles persones que us proposeu organitzar Trobades Socioesportives. És per això que s'hi comparteixen les orientacions didàctiques i els recursos pràctics que permeten plantejar, organitzar, dissenyar, dinamitzar i avaluar Trobades Socioesportives.

D'acord amb la metodologia que segueixen aquestes Trobades, els jocs motors i els reptes cooperatius -els recursos que formen les sessions- es plantegen des d'una visió que s'allunya de la competitivitat per apropar-se a la cooperació. La intenció d'aquest enfocament és fomentar vincles positius i saludables entre totes les persones participants. Tanmateix, els jocs motors i els reptes cooperatius que trobareu tot seguit es caracteritzen per no implicar contacte físic, o implicar-ne molt poc, i no requerir l'ús de material, o requerir-ne poc.

En primer lloc, es recullen les orientacions didàctiques per a organitzar les Trobades Socioesportives. En el primer apartat es troben les pautes, les estratègies i les orientacions que donen resposta a tots els moments del procés d'organització: des de la preparació prèvia, passant per la implementació,

responent a diverses qüestions sobre la metodologia, fins al moment posterior a les Trobades.

En segon lloc, es comparteix una sessió de jocs motors i de reptes cooperatius, dissenyada perquè les persones organitzadores de Trobades Socioesportives la puguin posar-la en pràctica directament, fora dels centres penitenciaris. El model de sessió inclou totes les parts de l'estructura d'una sessió tipus de les Trobades, de manera que es pugui aplicar sense necessitat d'introduir-hi cap canvi més, si així es desitja. Com que la sessió està pensada per ser realitzada fora de centres penitenciaris, alguns jocs i el conjunt de reptes cooperatius requereixen ús de material, perquè és més probable que se'n disposi.

En tercer lloc i per acabar, s'inclou el recull de seixanta jocs motors i reptes cooperatius per a posar en pràctica a les Trobades Socioesportives dins dels centres penitenciaris. A aquest apartat se li ha donat forma de recull perquè faciliti que cada persona o equip organitzador dissenyi fàcilment la Trobada Socioesportiva. Se'n pot dissenyar la sessió seleccionant un o més jocs i reptes cooperatius de cada tipologia, d'acord amb l'estructura que es troba detallada en el primer apartat d'orientacions didàctiques.

En resum, en aquest capítol, hi ha les orientacions i eines didàctiques, el recull de seixanta jocs motors i reptes cooperatius, a més d'un model de sessió, facilitant d'aquesta manera recursos suficients per a organitzar Trobades Socioesportives dins i fora dels centres penitenciaris.

## **ORIENTACIONS DIDÀCTIQUES PER A L'ORGANITZACIÓ DE TROBADES SOCIOESPORTIVES**

En aquesta primera part es recullen pautes i estratègies per organitzar i implementar les Trobades Socioesportives, de tal manera que es garanteixi la participació i el gaudi de totes les persones participants.

## L'ESTRUCTURA DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES

- Rebuda
- Ritual d'entrada
- Joc de coneixement
- Jocs col·lectius
- Reptes cooperatius
- Joc de tornada a la calma
- Tancament
- Ritual de sortida

## LA METODOLOGIA DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES

L'objectiu que es busca amb aquestes jornades és la participació de totes les persones participants durant el màxim de temps possible, evitant les estones d'espera i les eliminacions.

Per això, es presenten jocs col·lectius on no hi ha situacions competitives doncs recordem que la finalitat és el gaudi de totes les persones que participen mitjançant la pràctica d'activitat física i evitant confrontacions innecessàries. També s'inclou un recull de reptes cooperatius, desafiaments amb un objectiu en comú per a tot el grup.

## QUÈ CAL TENIR EN COMPTE A L'HORA D'IMPLEMENTAR ELS REPTES COOPERATIUS?

Els reptes cooperatius que es troben aquí s'han de plantejar com un desafiament que cal superar en grup. El millor que es pot fer és explicar-ne tan sols les normes bàsiques i deixar l'espai, el temps i les condicions perquè les persones participants puguin provar diferents opcions per resoldre'ls.

Tot seguit es presenten els 7 punts que cal tenir en compte per poder incloure els reptes cooperatius en una Trobada Socioesportiva:

1. Presentació del repte: Cal donar el repte escrit o explicat en forma de desafiament o d'història per tal que serveixi de motivació i de fil

- conductor. S'han d'incloure en l'explicació els objectius i les normes del repte, amb paraules clares i senzilles.
2. Destinatari: S'han d'adequar els reptes a les característiques de les persones participants. Els grups, heterogenis, han de tenir un màxim de 10 participants.
  3. Participació: És clau la participació de totes les persones del grup per resoldre el repte, de manera democràtica i cooperativa, sense deixar a cap persona exclosa. Si cal, es poden atribuir rols a les diferents persones del grup i/o establir torns de paraula. El grup ha de provar totes les propostes i decidir la més eficaç.
  4. Tria dels reptes: És millor començar per plantejar reptes senzills i d'èxit assegurat. Es poden anar afegint variants per fer-los més complexos en cas que sigui necessari.
  5. Espai i material: Cal conèixer l'espai que es farà servir per poder adaptar-hi la proposta. En cas de necessitar material, és bo tenir-lo preparat abans de començar la jornada.
  6. Organització del grup durant la pràctica dels reptes. Diferents opcions:
    - a. Tots els grups fan el mateix repte.
    - b. Hi ha més reptes que grups i cada grup tria quin repte vol fer i quan vol canviar de repte.
    - c. Cada grup té un repte assignat i cada cert temps tots els grups canvien de repte.
  7. Rol de la persona o persones dinamitzadores: Presenta el repte i en guia el desenvolupament sense donar solucions, de manera que pot fer preguntes que convidin a les persones participants a pensar propostes, compartir-les, prendre decisions conjuntament i provar així les diferents opcions. Vetlla per la seguretat, suggerint mesures si cal. S'ha de tenir sempre dins del camp de visió a totes les persones participants.



## ACCIONS A FER ABANS, DURANT I DESPRÉS DE LA TROBADA SOCIOESPORTIVA

### ABANS DE LA TROBADA

- **Cal anar a conèixer l'espai** on es farà la Trobada Socioesportiva i **assegurar-se que és acollidor**. Això ajuda a planificar les activitats. Si és un espai descobert, cal buscar un espai tancat alternatiu per si plou.
- **És bo assegurar-se**, també, **de que totes les persones participants coneixen els límits i les normes** que cal seguir a la Trobada perquè totes i tots se sentin còmodes i no es faci una interpretació errònia dels objectius.
- S'ha de conèixer el grup de persones que dinamitzarà la Trobada i **treballar en equip amb elles, decidint conjuntament com serà l'organització de la Trobada Socioesportiva**.
- **Ha arribat l'hora de planificar** els jocs, els reptes cooperatius i les dinàmiques que s'esdevindran durant la Trobada Socioesportiva. És important saber quantes persones hi participaran (pot condicionar el nombre de grups que cal fer), quines motivacions i característiques generals tenen (i si alguna requereix d'algun suport específic) i la durada de la Trobada. També cal assegurar-se que els jocs i les activitats proposades requereixin de poc contacte físic entre les persones que hi juguin.
- Cal tenir en compte **el material que es necessitarà** durant la Trobada i **deixar-lo a punt** abans de començar-la. També és important disposar de material extra per si cal adaptar el joc, en cas que la situació ho requereixi.
- **S'han de pensar activitats alternatives** per si cal fer alguna modificació durant el mateix dia de la Trobada.
- **I elaborar un pla B** si l'espai inicial és exterior per si aquell dia plou.

## **DURANT LA TROBADA**

- **Dues persones representants de cada col·lectiu (persones privades de llibertat i estudiants universitàries) donaran la benvinguda** a totes les persones que participen a la Trobada. Al final, es farà també un acte de **comiat** a tothom que hagi participat, fent una especial menció i agraïment a tota la gent que l'ha fet possible.
- S'ha d'explicar, abans de començar l'activitat, què es farà durant la Trobada. **En aquest punt cal aprofitar per motivar a tothom** perquè participi a totes les activitats. L'equip que dinamitza la Trobada **ha de mostrar una actitud activa** que encoratgi a la participació.
- **Cal assegurar-se que la manera de relacionar-se entre totes les persones és l'adequada.** La interacció ha de ser cordial i propera, sense excessos de confiança. És compatible ser proper sense caure en l'ús excessiu del contacte físic. Cal evitar també actituds maternal o paternal, així com interaccions massa informals "de col·legues". El diàleg entre les persones participants ha de ser de caràcter neutral, sense compartir dades personals ni compromeses.
- **És necessari fer servir un llenguatge clar, concret i adequat.** I assegurar-se que tothom ha entès les explicacions. Davant qualsevol incomprensió, s'ha de tornar a fer l'explicació i, en cas que encara hi hagi dubtes, donar peu a fer preguntes concretes. En els jocs, si cal, s'han de fer servir exemples o demostracions per assegurar la comprensió de cada participant (no en el cas dels reptes, per no avançar la solució). El possible material s'ha de donar sempre després de fer les explicacions.
- Durant els jocs i activitats, **cal assegurar-se de la participació de tothom.** En els jocs de persecució o cursa, cal encertar el nombre de persones que atrapen perquè el joc sigui dinàmic i totes les persones

se'n sentin protagonistes. Per exemple, per a un grup de 20 persones pot ser adequat que entre 4 i 5 persones siguin perseguïdors. De la mateixa manera, cal observar la dinàmica del joc amb atenció per identificar quin és el moment més adequat per canviar les persones que atrapen (en cas que el mateix joc no tingui una norma que provoqui el canvi constant).

- S'han d'evitar els jocs d'equip i **relativitzar la competitivitat perquè no acabi sent un desencadenant de conductes inadequades**. Especialment en els jocs de persecució o cursa, és important explicar detalladament i exemplificar la manera d'atrapar per ser el màxim de respectuosos i evitar possibles confrontacions. Cal explicar que s'atrapa a una altra persona quan se la toca suaument, que no cal ni agafar-la, ni tocar-la tan fort que es produeixi una empenta.
- **Davant de situacions de conflicte, s'ha d'intervenir amb seguretat i fermesa**.
  - Si el conflicte és lleu, i si les persones implicades ho consenten, cal adoptar una posició mediatra i facilitar el diàleg entre les persones implicades, de manera que puguin explicar la seva versió i al mateix temps comprendre la de l'altra. La finalitat és arribar a una solució pactada i així poder continuar participant en l'activitat.
  - Si el conflicte és greu, caldrà que separar les persones implicades per tal de protegir el grup i la seva integritat individual. Si cal, es pot demanar ajut per fer-ho.
- Durant els moments de reunió de tot el grup, ja sigui per oferir informació com per compartir reflexions, **s'ha d'assegurar que es formi una rotllana i que totes les persones participants hi estiguin integrades**. És important que tothom es pugui veure les cares i que ningú quedi en segon pla. Una bona estratègia a l'hora de formar les rotllanes és que les persones participants es barregin, entre persones privades de llibertat i estudiants universitàries. Feu preguntes demanant l'opinió de tothom.

- Al final de la Trobada Socioesportiva, s’ha de destinar un temps perquè les persones participants puguin compartir la seva opinió i valoració respecte a l’activitat feta. S’ha de preguntar a tothom si ha gaudit de la Trobada. I demanar també quines activitats o situacions els han agradat més, entre d’altres qüestions.
- També caldrà dedicar un moment a que tothom pugui reflexionar i compartir en alta veu els aprenentatges desenvolupats durant la Trobada.

### **DESPRÉS DE LA TROBADA**

- S’ha de fer una reunió de totes les persones organitzadores de la Trobada per reflexionar conjuntament sobre com s’ha desenvolupat. Cal analitzar-ne els punts forts i els punts febles per tenir-los en compte en el disseny de futures Trobades Socioesportives.

### **ESTRATÈGIES PER A DIVIDIR LES PERSONES PARTICIPANTS EN GRUPS PETITS**

S’ha de procurar que l’agrupació que es decideixi sigui el màxim d’heterogènia possible pel que fa a nombre de persones, de gènere, de capacitats, de coneixença prèvia i de personalitat.

Tot seguit es recullen diferents estratègies que es poden utilitzar per a fer grups:

- **Per paquets:** Es proposa fer grups segons el nombre de persones (de 3 persones, de 5, de 7, etc.) o per consignes (color de samarreta, color de cabell, nombre del peu, mes, any o estació de naixement, edat, color preferit, esport preferit, etc.). A causa del caràcter lúdic d’aquesta estratègia, es recomana fer d’un a tres torns abans d’obtenir l’agrupament que es busca. En cas que sorgeixin grups molt nombrosos, es poden dividir.

- **Per polseres de colors:** Quan se sàpiga el nombre de grups que es volen formar, s'aconsegueixen o es fan cordills o polseres de tants colors com grups es vulgui fer. I es dona una polsera a cada persona participant.
- **Atzar 1, 2, 3, 4, 5...:** Una vegada identificat el nombre de grups que es volen establir (5 grups, per exemple) es reparteix una xifra a cadascuna de les persones participants (de l'1 al 5). Els grups es formaran amb les persones que tinguin el mateix número (qui tingui l'1 s'ajunta amb les altres persones que també tinguin l'1).
- **Atzar 1, 2, 3, 4, 5,... Versió 2:** S'assignen igualment números a l'atzar, però ara les persones participants han de formar grups de manera que hi hagi només un número de cada en el mateix grup.
- **Atzar 1, 2, 3, 4, 5,... Versió 3:** S'assignen números a l'atzar a les persones participants, però es diu una xifra de 8 números (si es vol que el grup sigui de 8 membres), per exemple 35.214.867. Així, s'hauran d'ajuntar en un mateix grup participants amb els números 3, 5, 2, 1, 4, 8, 6, 7.
- **Joc dels cercols cooperatius:** Es distribueixen els cercols per l'espai. Les persones participants s'hi mouen lliurement al so de la música. Quan la persona dinamitzadora atura la música, el grup ha de situar-se dins dels cercols en el menor temps possible. A cada cercol poden situar-se tantes persones com vulguin. Totes les persones han de tenir, com a mínim, un peu dins del cercol fins que torni a sonar la música. Cada vegada que torna a sonar la música, la persona dinamitzadora treu del joc algun cercol. Depenent de quants grups es vulguin formar, cal deixar d'enretirar cercols. A la darrera ronda, es deixen tants cercols com grups es vulguin formar. A causa del caràcter lúdic d'aquesta estratègia, es recomana fer d'un a tres torns abans d'obtenir l'agrupament que es busca.

## ACTIVITATS PER A LA REFLEXIÓ I TANCAMENT DE LA TROBADA SOCIOESPORTIVA

És important destinar un temps al final de la Trobada perquè les persones participants puguin reflexionar i compartir la seva opinió respecte a les activitats, i per posar en comú els aprenentatges que fer-la hagin suposat.

Tot seguit es recullen diferents activitats que es poden utilitzar abans d'acabar la Trobada per donar forma al moment de reflexió i tancament:

- **Una paraula:** Cada participant pensa una paraula per definir la Trobada i es comparteix en rotllana.
- **Reconeixement de sensacions:** Cada participant reflexiona sobre com ha començat la Trobada, a nivell de sensacions i/o sentiments, comparant-ho en com l'acaba. Les persones que volen ho comparteixen amb el grup.
- **Situacions destacades:** Cada participant reflexiona sobre alguna situació que per ell hagi destacat especialment. Les persones que volen ho comparteixen amb el grup.
- **Pictionary:** Cada participant fa un dibuix esquemàtic que representi per ell el moment més significatiu de la Trobada.
- **Full giratori:** Es formen grups petits. Cada grup, disposa d'un full i d'un llapis. S'estableix un ordre, en el qual la primera persona participant ha d'escriure una reflexió sobre la Trobada. Quan la persona dinamitzadora ho cregui convenient (menys d'un minut), avisa del canvi de torn i la següent persona haurà de continuar amb l'escrit fins a nou avís. Es pot repetir la dinàmica varies vegades segons la quantitat de text que es vulgui aconseguir. També es pot realitzar la mateixa dinàmica fent dibuixos.
- **Núvol de paraules:** Cada participant té un tros de full o post-it i hi ha d'escriure una paraula que expressi com s'ha sentit durant la Trobada. Al final, se situen tots els trossos de full a terra, uns al costat dels altres, formant un núvol. Es fa una reflexió final amb el recull de les paraules de totes les persones participants.

- **Mural artístic:** Amb música de fons, cada persona expressa amb pintura sobre un mural alguna sensació o pensament que té després de la Trobada. Es fa una reflexió final amb una mostra de les pintures fetes.

## **EN RESUM, ÉS IMPORTANT:**

### ***Organitzar-se prèviament!***

La preparació de la Trobada Socioesportiva és conjunta. Abans de la Trobada, cal repartir les tasques entre el grup organitzador i preparar tot el que sigui necessari. Es proposa que la Trobada segueixi el següent ordre:

- Rebuda
- Ritual d'entrada
- Joc de coneixement
- Jocs col·lectius
- Reptes cooperatius
- Joc de tornada a la calma
- Tancament
- Ritual de sortida

### ***Explicar, just abans de començar, els objectius de la trobada socioesportiva!***

El més important és que totes les persones participants gaudeixin de la Trobada. Si queda clar que el principal objectiu és gaudir d'una jornada de joc i d'activitats que fomentin les relacions positives entre totes i tots, s'evitaran malentesos i actituds competitives no desitjades.

### ***Motivar i animar a totes les persones que participen!***

Les Trobades Socioesportives són puntuals i se celebren de tant en tant. Per tant, no es pot desapropiar aquesta oportunitat i cal encarar-les amb ganes i energia. S'ha d'animar i convidar a totes les persones a participar-hi de forma activa i positiva. L'actitud de qui organitza ha d'aconseguir que totes les persones tinguin una actitud més participativa.

### ***Fomentar les relacions positives entre totes les persones participants!***

Els jocs que es triïn per a la Trobada i la forma en com s'expliquin han de fomentar un clima positiu i amable entre totes les persones participants. No s'ha d'oblidar que, en tot moment, les persones que organitzen la trobada són un model per a tota la resta. Si apareixen alguns conflictes, no s'han d'ignorar sinó que cal buscar solucions des del diàleg.

### ***Gaudir de la trobada!***

Qui organitza la Trobada n'ha de gaudir també. L'actitud del grup organitzador és clau per encomanar aquesta sensació de gaudi a la resta de persones participants. I s'ha de gaudir també de tots els moments de diàleg que es puguin anar creant.

## **MODEL D'UNA SESSIÓ DE JOCS MOTORS I REPTES COOPERATIUS DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES FORA DELS CENTRES PENITENCIARIS**

Després d'haver vist totes les pautes i estratègies per a organitzar una Trobada Socioesportiva, en aquesta segona part es presenta el model d'una sessió de jocs motors i de reptes cooperatius per a desenvolupar fora dels centres penitenciaris. És un exemple de sessió preparada per a poder-se aplicar directament a una Trobada.

Aquesta sessió té la particularitat que alguns jocs i el conjunt de reptes cooperatius que s'hi plantegen necessiten material perquè estan pensats per a realitzar-se fora dels centres penitenciaris, llocs on és més probable comptar-hi.

### **1) RITUAL D'ENTRADA: L'ONADA DE NOMS**

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Tot el grup forma una gran rotllana. D'una en una, cada persona diu el seu nom i allò que més li agrada (en relació a l'esport, a menjar, a aficions, etc.). Després de dir-ho, la persona ha de fer la volta sencera per dins de la rotllana, corrent i xocant les mans amb totes les



companyes i els companys; la resta, mentrestant, l'animen ben fort. Un cop la persona torna a ser al seu lloc, la següent fa el mateix, i així fins que ho hagin fet totes les persones del grup.

### **Variants:**

- Les persones participants formen un **passadís** o un **túnel**: entre totes formen dues fileres paral·leles mirant-se l'una a l'altra. Una persona se situa a un extrem del passadís, diu el seu nom i recorre el passadís per l'interior saludant i xocant les mans de les persones d'ambdós costats. Les que formen el passadís l'animen i xoquen les mans. Quan la primera persona ha saludat a totes les del grup, s'afegeix a una de les fileres del passadís i és el torn de la següent. També es pot fer en parelles, presentant-se i recorrent el passadís les dues persones alhora.

- Les persones participants formen una **línia**, situant-se les unes al costat de les altres. La persona que hi ha en un extrem de la línia, diu el seu nom i la recorre tota, saludant i xocant les mans de la resta. Les que estan situades a la línia l'animen activament i xoquen les mans. Quan la primera persona ha saludat a tot el grup, s'afegeix al final de la línia i la que ara és primera fa el mateix, fins que totes les persones de la línia hagin saludat.

**Observacions:** Cal demanar que quan dues persones xoquin les mans, es mirin als ulls per a crear i enfortir els vincles.

## **2) JOC DE CONEIXEMENT: VENS AMB MI?**

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Totes les persones participants fan una rotllana, recorden el seu nom, i una se situa al mig. Aquesta comença el joc dient: *“Vaig al mercat a comprar plàtans, patates i pomes, i vaig amb ...”* i diu el nom d'entre tres i sis participants.

La persona del mig dona el tret de sortida picant de mans i les persones anomenades han de córrer per intercanviar les seves posicions com també ho fa la persona del mig de la rotllana. Qui es quedi sense lloc se situa al mig i torna a començar el joc, proposant una compra diferent al mercat.

**Variant:** Cada vegada que una nova persona inicia el joc, es canvia la frase inicial amb una activitat diferent. Per exemple, “*Vaig a veure un partit de futbol i vaig amb...*”, o “*Vaig al teatre i vaig amb...*”.

**Observacions:** Transmetre a les persones participants que tinguin cura amb els possibles xocs que pugui haver-hi quan hi hagi els intercanvis de lloc.

### 3) JOCS COL·LECTIUS:

- **L'ENCANTERI**

**Material:** Pitralls o pilotes

**Descripció del joc:** Les persones que atrapen porten posat un pitrall o agafen una pilota per a poder ser identificades, i són les persones màgiques. Quan una persona màgica atrapa a una persona del grup, la congela i la converteix en estàtua, de manera que ha de restar quieta en el lloc on es troba. Cada persona pot fer l'estàtua que vulgui i es pot tornar a moure quan una persona que no ha estat atrapada imita la seva postura.

**Variant:** Posar en pràctica altres consignes per salvar a les persones que han quedat convertides en estàtues:

- Xocant les mans amb elles
- Fent un ball juntes (una davant de l'altra)
- Cantant juntes
- Salutant-se d'una manera divertida

**Observacions:** Cal rumiar bé el nombre de persones que atrapin per tal que el joc sigui dinàmic i que totes les persones gaudeixin participant-hi. Per exemple, per un grup de 20 persones pot ser adequat que entre 4 i 5 persones desenvolupin el rol de persones màgiques. Així mateix, cal observar la dinàmica del joc amb atenció per identificar quin és el moment més adequat per a canviar els rols.

- **LES MIRADES**

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants, dempeus, formen una rotllana i una se situa al mig. L'objectiu de les persones que es troben a la rotllana és canviar de lloc. Cada persona ha d'intentar posar-se d'acord amb una altra per intercanviar-se el lloc. La comunicació només pot ser a través de la mirada. La persona del mig ha d'intentar ocupar una posició a la rotllana quan dues persones estiguin intercanviant-se el lloc. En tot moment, hi ha una persona que queda al mig de la rotllana.

Els intercanvis de lloc només poden ser entre les persones que han fet un acord mirant-se. Una tercera persona no pot sortir del seu lloc per aprofitar l'intercanvi de les altres dues.

**Variante:** Les persones formen parelles i es col·loquen en una rotllana. Una de les parelles se situa al mig. Se segueix la mateixa dinàmica de joc.

**Observacions:** Marqueu visualment l'espai de cada persona o parella de la rotllana per garantir-ne la separació i identificar bé els espais buits. Podeu marcar amb guix el terra o fer una creu amb el propi peu si el terra és de sorra.

- **LES CLAUS**

**Material:** Joc de claus i una cadira. En cas de no tenir un joc de claus, es pot fer servir material sonor (com picarols, o una bossa de plàstic rebregada). En cas de no tenir cadira, la persona pot seure a terra tenint les claus just al seu darrera, o pot situar-se dret amb les claus a terra.

**Descripció del joc:** Es fan grups d'entre 6 i 8 persones. Una persona participant s'asseu a la cadira amb els ulls tancats i d'esquena al grup. El joc de claus es posa just a sota de la cadira. La resta de grup se situa tot junt, a 10 passes de la cadira, aproximadament. Tot seguit, es planteja la història del joc per presentar-lo de manera més atractiva:

*“L'àvia no us deixa sortir fora de casa i ha amagat les claus! Per sort, sempre s'adorm mirant la televisió i sabeu que amaga les claus sota la cadira. Heu d'organitzar-vos per treure-li les claus i poder obrir la porta. Vigileu, l'àvia té l'oïda molt fina i de seguida que senti les claus es despertarà i esbrinarà qui les té.”*

El grup s'ha d'organitzar per agafar les claus en silenci i tornar al punt d'inici. Les claus poden passar d'una persona participant a l'altra. La persona que fa el rol d'àvia es desperta quan sent el soroll de les claus i aleshores anomena qui creu que té les claus.

**Variant: Passa la pilota:** Es fan grups d'entre 6 i 8 persones. Una persona adopta el rol de vigilant, està dreta al final del camp i comença el joc d'esquena al grup. La resta de grup se situa tot junt a 10 passes de la persona, aproximadament, amb l'objectiu de fer arribar una pilota o qualsevol altre objecte petit als peus de la que vigila sense que aquesta sàpiga on es troba la pilota en cap moment. Es pot fer servir la següent història per explicar la variant:

*“Sou un grup d'amigues i amics que voleu portar la pilota al parc. Però hi ha una persona vigilant, que està sempre a la porta del parc, vigilant que ningú hi entri pilotes. Tant sí com no, us organitzareu per aconseguir fer arribar la pilota a la porta del parc.”*

Cada vegada que la persona que vigila es posa d'esquena, el grup pot avançar cap a ella. Abans de deixar la pilota als peus de qui vigila, cada persona ha d'haver tingut la pilota una vegada, com a mínim.

La persona vigilant compta fins a 8 d'esquena al grup. Quan es gira, pot endevinar qui té la pilota. Té tot el temps que necessiti per observar el grup des de la seva posició (no se'n pot moure).

- Si encerta qui té la pilota, el grup ha de tornar al punt d'inici del joc.

- Si **no** ho encerta, la vigilant torna a girar-se d'esquena i compta fins a 8. Mentrestant, el grup segueix avançant i canviant la pilota de mans.

**Observacions:** Fer èmfasi en la rellevància de ser honestos amb la finalitat que aquest joc tingui sentit.

#### 4) REPTES COOPERATIUS:

Tot seguit es presenta un recull de 14 reptes cooperatius per anar posant en pràctica durant una hora i mitja. Cal formar grups d'entre 5 i 8 persones; i assegurar-se que hi hagi menys grups que reptes. D'aquesta manera, tots els grups poden resoldre diferents reptes alhora i sempre tenen l'opció de trobar un altre repte lliure. Un dels objectius és dotar d'autonomia els grups perquè els vagin provant i posant en pràctica, i perquè quan n'hagin resolt un passin al següent.

- **EL MUR**

**Descripció del repte:** A l'altra banda del mur espera un món fantàstic ple de totes aquelles coses que es desitgen! Per gaudir d'aquest tresor, cal que totes les persones del grup passin a l'altra banda del mur.

La màrrega gruixuda de seguretat ha de mantenir-se sempre en vertical.

**Material:** Una màrrega gruixuda de seguretat

**Observacions:** Si resulta difícil, es pot facilitar al grup una corda com a suport.

- **LA PICA D'ESTATS**

**Descripció del repte:** El grup el formen un grup d'escaladores i d'escaladors que s'han reunit per pujar la Pica d'Estats! Totes les persones s'han d'unir amb una corda per la cintura. Un cop preparades, han de passar d'una banda a l'altra de l'espatllera sense tocar el terra per tal d'aconseguir el cim!

**Normes:**

- 1) Quan una persona s'ha enfilat a l'espatllera, ja no pot tocar a terra fins arribar al final.
- 2) No es pot deslligar ningú de la corda.

**Material:** Una corda llarga i una espatllera (si no se'n té, veure les variants).

**Variants:**

- Sense fer servir espatllera: Sortejar diferents objectes (cons i bancs) per terra.
- Sense fer servir corda: Anar agafat tot el grup de les mans.

**Observacions:** Les cordes a utilitzar són les habituals de saltar, sempre que estiguin autoritzades pel Departament de justícia de l'administració on s'organitzin les Trobades Socioesportives. En cas de no ser possible, se'n poden fer de la següent manera: tallant dues o tres bosses de plàstic industrials perquè quedi tota la bossa extensa amb una sola cara, enrotllar-les i lligar-les pels extrems. Als dos extrems de les cordes lligar-hi dues pilotes de la mida de tennis amb una bossa de plàstic.

- **LA BARCA**

**Descripció del repte:** Hi ha una tribu d'indis que empaita el grup. Cal travessar el riu per a poder escapar, però hi ha un problema: El riu és ple de piranyes i si hi s'hi entra no hi ha sortida. Quina sort! Hi ha una barca (matalàs o llençol) que pot ajudar a aconseguir que el grup el passi.

**Normes:**

1. Totes les persones han de passar alhora.
2. No es pot tocar el terra amb cap part del cos.

**Material:** Un matalàs o llençol

**Observacions:** Pot ser un joc amb molt de contacte. Cal observar mentre es fa el repte i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.

## • 21 COOPERATIU

**Descripció del repte:** Qui no ha jugat mai a un 21 a bàsquet? Aquesta vegada es jugarà de forma cooperativa. És a dir, arribant a 21 punts entre totes les persones del grup, sumant els punts aconseguits per cadascú. S'ha d'arribar a l'objectiu sense passar-se i en el menor temps possible!

### **Normes:**

1. S'estableix un ordre de llançament.
2. Cada torn acaba quan la persona falla un tir (no fa cistella).
3. Quan arribi el torn de cada persona, ha d'agafar la pilota on ha caigut i llençar a cistella.
4. Si es fa cistella, se sumen 2 punts. I es torna a tirar, des de la línia de tir lliure, o marca, per sumar 1 punt més per a cada nova cistella. Es pot anar sumant llançaments d'1 punt fins que es falli.
5. Si la pilota surt fora del terreny de joc, cal agafar-la i es pot fer un pas per apropar-se a la cistella.
6. S'ha de jugar per aconseguir la xifra exacta de 21 punts, entre totes les persones del grup.
7. Si se supera la xifra de 21 punts, es marca un nou objectiu: arribar a 31 punts.

**Material:** Una cistella de bàsquet i una pilota

**Observacions:** Si no es disposa d'una cistella, es pot fer una marca a la paret. També es pot posar un cercol o un cabàs gran a terra o es pot penjar un cercol a la paret (com si fos una diana).

## • ELS RÈCORDS DEL MÓN

**Descripció del repte:** Convertir-se en grans atletes amb el repte d'aconseguir els millors rècords del món! Es practicaran les següents proves:

- Nombre màxim de voltes al camp durant un minut entre totes les persones del grup.

- Distància màxima aconseguida en llançament de pes entre totes les persones del grup.
- Alçada màxima aconseguida en triple salt entre totes les persones del grup.
- Alçada màxima aconseguida en salt d'alçada entre totes les persones del grup.

Cada grup ha d'aconseguir la millor marca grupal a cada prova atlètica. Aquesta millor marca grupal s'aconsegueix sumant el millor resultat de cada persona participant.

#### **Normes:**

1. Cada participant té un màxim de 3 intents.
2. Cada persona anota la seva millor marca.
3. Aquesta marca se suma al resultat col·lectiu.

#### **Material:**

- Voltes al camp: Cronòmetre
- Llançament de pes: Pilota medicinal o similar
- Triple salt: Cinta mètrica
- Salt d'alçada: Cinta mètrica, màrfega gruixuda de seguretat i cinta elàstica

**Observacions:** Tenir en compte mesures de seguretat en relació a l'espai que s'ocupa per a les diferents proves per tal d'evitar xocs i caigudes.

### • **CARREGUEM EL VAIXELL**

**Descripció del repte:** S'ha d'embarcar en un vaixell grec per anar a buscar noves rutes de comerç, però no hi ha un problema... algú s'ha adormit i cal carregar ràpid el vaixell!

A una banda, hi ha una caixa plena de pilotes que caldrà dur fins a l'altra banda. I fer-ho en el menor temps possible.

#### **Normes:**

1. Només es poden transportar les pilotes d'una en una.
2. Quan s'ha agafat una pilota, no es pot moure del lloc.
3. Si alguna pilota cau a terra, tornarà a la caixa de l'inici.



**Material:** Entre 2 i 5 pilotes per persona, i 2 materials per immobilitzar les pilotes (caixes, galledes, cordes, porteries...)

**Variant:** Fer-ho sense fer servir les mans.

- **SUPERMAN**

**Descripció del repte:** Hi ha una màrfega que permet volar! Hi ha de transportar les persones participants d'una punta a l'altra de l'espai sense que toquin el terra. Cal fer servir la màrfega gruixuda de seguretat i fer-ho com si la persona s'hagués llançat a la piscina amb l'estil d'en Superman.

**Normes:**

1. Totes les persones participants han de volar en el mateix moment. Ningú es pot quedar fora de la màrfega quan aquesta es desplaça.
2. Només es pot fer servir la màrfega per a desplaçar-se endavant.
3. Totes les persones han de caure alhora sobre la màrfega.

**Material:** 1 màrfega gruixuda de seguretat, com a mínim

**Variant:** Fer-ho agafant-vos de les mans durant tot el procés.

**Observacions:** Assegurar-se que el paviment sigui prou llis perquè la màrfega pugui lliscar.

- **LA CATIFA MÀGICA**

**Descripció del repte:** La màrfega s'ha convertit en una catifa màgica. Cal organitzar-se per transportar a una persona del grup amb la màrfega per tot l'espai. S'han de fer torns perquè totes les persones del grup gaudeixin d'aquest viatge màgic. Els vols de la catifa màgica no tenen perquè ser sempre iguals.

**Normes:**

1. Totes les persones han d'estar en contacte amb la "catifa màgica" durant tot el viatge.
2. Totes les persones han de viatjar a la catifa en un moment o altre.

**Material:** Una màrrega, manta, llençol o similar

**Variant:** Amb més d'una màrrega: Feu un camí de màrregues. Arribeu de la primera a la darrera màrrega desplaçant-vos o rodolant.

- **EL PASTÍS D'ANIVERSARI**

**Descripció del repte:** S'ha d'organitzar una festa d'aniversari i el grup són les persones encarregades de portar el pastís de la cuina al menjador. Cal arribar al menjador amb el pastís sencer. Bon profit!

**Normes:**

1. Col·locar un con damunt de la màrrega i una pilota petita damunt del con, simulant l'espelma del pastís.
2. S'ha de transportar la màrrega, amb el con i la pilota, des del punt A al punt B. Aproximadament, un recorregut de 30 passes.
3. Si la pilota o el con cauen a terra o es tomben sobre el pastís, s'ha de tornar a començar.
4. Totes les persones han de tocar la màrrega durant tot el recorregut.
5. Tan sols es pot tocar la màrrega. El con i la pilota (l'espelma) només poden ser tocats si cauen i llavors s'ha de tornar a començar.

**Material:** Con gran, màrrega i pilota petita (mida de tennis)

**Variants:**

- Afegir més espelmes al pastís.
- Fer un pastís amb altres elements: Pilotes grans (de la mida de futbol o bàsquet) que estan posades sobre el matalàs, o cordes que pengen i que no es poden tocar, entre d'altres.

- **AVENTURA ENTRE CORDES**

**Descripció del repte:** Dues parelles de persones se situen a l'espai de joc, distanciant-se 10 passes l'una de l'altra, i fan girar cadascuna una corda. Les altres persones participants passen per sota per a participar en el següent repte: Viure una aventura al límit! Cal passar per sota de les dues cordes sense tocar-ne cap.

**Normes:**

1. Totes les persones han de passar per sota de les dues cordes.
2. Quan s'arribi a l'altra banda, cal esperar que totes les persones del grup hagin passat les dues cordes.
3. Si la corda s'atura perquè una persona la toca, tothom torna a començar.
4. Es pot començar el repte passant les cordes d'una en una. Un cop superat aquest primer pas, es poden formar parelles i mirar de passar totes les parelles. Cal anar fent grups de persones cada vegada més grans fins aconseguir creuar totes juntes formant un sol grup.

**Material:** 2 cordes

**Observacions:**

Dues persones dinamitzadores comencen a fer voltar la corda. Més endavant es poden canviar les persones encarregades de fer-la voltar. D'aquesta manera, les persones participants a la jornada tenen un model a seguir pel que fa a la velocitat (calmada) i a l'amplitud que cal aconseguir en moure la corda. Les cordes a utilitzar són les habituals de saltar, sempre que estiguin autoritzades pel departament de Justícia de l'administració on s'organitzin les Trobades Socioesportives. En cas de no ser possible, es poden construir de la següent manera: tallant dues o tres bosses de plàstic industrials perquè quedi tota la bossa extensa amb una sola cara, enrotllar-les i lligar-les pels extrems. Als dos extrems de les cordes cal lligar-hi dues pilotes de la mida de tennis amb una bossa de plàstic.

## • EL VOLCÀ EN ERUPCIÓ

**Descripció del repte:** Un con és en realitat un volcà en erupció que s'ha de calmar! Els cèrcols que té al voltant seu són capes de lava. Si es treuen d'allà, el volcà tornarà a adormir-se sense causar danys a ningú. Però alerta! Els cèrcols cremen, així que caldrà treure'ls d'allà sense fer servir les mans!

### **Normes:**

1. Es poden tocar els cèrcols amb qualsevol part del cos, excepte les mans.
2. S'han de treure els cèrcols d'un en un.
3. Totes les persones del grup han de participar en la retirada de tots els cèrcols.
4. Se supera el repte quan es deixa lliure el con.

**Material:** Un con alt, i entre 6 i 8 cèrcols

**Variante:** Posar una pica dins del con per fer més alt el volcà i així augmentar la dificultat.

## • FLOTEM!

**Descripció del repte:** Tenir tantes pilotes com persones hi ha al grup. Serà possible mantenir-se tothom durant 5 segons damunt les pilotes?

### **Normes:**

1. Quan tothom ha deixat de tocar a terra, cal començar a comptar els 5 segons.
2. Quan es comencen a comptar els segons, ja no es pot tocar el terra.
3. Si alguna persona toca el terra, es torna a començar.
4. Tothom ha d'estar en contacte amb una altra persona del grup, com a mínim.

**Material:** 1 pilota de bàsquet per persona

**Observacions:** Pot ser un joc amb molt de contacte. Cal observar mentre es fa el joc i anticipar-se per tal que no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.

- **TOTHOM DEMPEUS!**

**Descripció del repte:** Fer una rotllana. Cada persona del grup te una pica davant i ha d'aconseguir que es mantingui dreta. Una vegada fet això cal fer una volta sencera a la rotllana, passant per totes les posicions, mantenint totes les piques dretes!

**Normes:**

1. Cada pica es manté al mateix lloc. No canvia de posició.
2. Cal mantenir cada pica de peu en tot moment.
3. Si cau una pica a terra, es torna a començar.
4. Fer una volta a la rotllana vol dir estar una vegada per la posició de totes les persones i acabar en la posició inicial.

**Material:** Una pica per persona

**Variants:**

- Fer servir cercols, en lloc de piques.
- Que les persones del grup estiguin més allunyades unes de les altres.

- **EL MISSATGE COL·LECTIU**

**Descripció del repte:** Cada grup té un retolador amb diversos cordills lligats. Cada persona ha d'agafar un dels extrems del cordill i entre totes escriure la paraula "equip".

**Norma:** Totes les persones del grup han de participar en l'escriptura de totes les lletres.

**Material:** Retolador, bolígraf o llapis, cordill i full de paper

### **Variants:**

- Escollir una paraula entre totes les persones i escriure-la conjuntament.
- Fer un dibuix en lloc d'escriure una paraula.
- Si se'n té, es pot fer amb pinzells i pintura.

## **5) JOC DE TORNADA A LA CALMA: LA FOTOGRAFIA**

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Dues persones són les fotògrafes i la resta del grup posa, immòbil, per tal de ser fotografiat. Les fotògrafes tenen un minut per observar i intentar recordar les posicions de totes les persones del grup.

Després del minut les fotògrafes es giren d'esquena al grup i deixen de mirarlo. Aleshores, el grup pot fer 5 canvis: canvis de posició entre persones, de postures, afegir o treure elements de la foto, expressions de la cara,...

Al final, les fotògrafes tornen a observar el grup i han d'esbrinar i corregir els canvis que s'han fet respecte a la fotografia inicial.

**Observacions:** Es poden anar variant les persones que representen el rol de fotògrafes (pot haver-hi tantes fotògrafes com es vulgui) i també es pot disminuir o augmentar el temps per observar la fotografia inicial.

## **6) ACTIVITAT PER A LA REFLEXIÓ I EL TANCAMENT: UNA PARAULA**

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants, assegudes a terra, formen una rotllana. Es donen cinc minuts i cada participant ha de pensar una paraula que defineixi la Trobada Socioesportiva. Quan hagi passat el temps de reflexió, cada persona participant, una a una, comparteix la paraula que ha triat.

**Observacions:** Cal tenir en compte que s'ha de donar el temps que necessiti cadascú per reflexionar i expressar-se.

## 7) RITUAL DE SORTIDA: CRIT CONJUNT

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** És una dinàmica que no requereix gaire estona i que té per objectiu llençar conjuntament un missatge final. Totes les persones que han participat a la jornada decideixen un lema final amb el qual fer un crit totes unides per a posar-hi el punt i final. Per fer-ho, se situen en rotllana i s'agafen de les mans o per les espatlles creant una gran pinya. Després del compte enrere, totes juntes criden el lema decidit.

Si hi ha moltes persones participants, amb l'objectiu d'evitar una gran rotllana amb les persones molt separades, es pot fer una rotllana més gran i posar-ne de més petites a dins.

## SEIXANTA JOCS MOTORS I REPTES COOPERATIUS PER A LES TROBADES SOCIOESPORTIVES DINS DELS CENTRES PENITENCIARIS

Sent coneixedores de les pautes i de les recomanacions per a organitzar una Trobada Socioesportiva, i havent pogut veure un exemple de sessió ja preparada per a ser posada en pràctica, aquesta tercera part del capítol inclou el recull de jocs motors i reptes cooperatius per a les Trobades Socioesportives dins dels centres penitenciaris.

En aquesta part es comparteixen els jocs motors i reptes cooperatius perquè cada persona o equip organitzador dissenyi la seva pròpia Trobada Socioesportiva. Les diferents categories de jocs i reptes es presenten ordenadament segons l'estructura de la sessió d'una Trobada Socioesportiva, per a facilitar el disseny d'aquesta a partir de la selecció d'una o més activitats de cada tipologia. El recull inclou un ritual d'entrada, 6 jocs de coneixement, 4 jocs per organitzar grups, 14 jocs col·lectius, 28 reptes cooperatius (dels quals 11 són sense material i 17 amb poc material), 5 jocs de tornada a la calma i 2 rituals de sortida.

Tant els jocs motors com els reptes responen a dues condicionants: la primera, que no requereixen ús de material o en requereixen poc, i la segona, que no impliquen contacte físic o n'impliquen molt poc.

## RITUAL D'ENTRADA

- **L'ONADA DE NOMS**

**Tipologia:** Ritual d'entrada i dinàmica de coneixement

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Tot el grup forma una gran rotllana. D'una en una, cada persona diu el seu nom i allò que més li agrada (en relació a l'esport, a menjar, a aficions, etc.). Després de dir-ho, la persona ha de fer la volta sencera per dins de la rotllana, corrent i xocant les mans amb totes les companyes i els companys; la resta, mentrestant, l'animen ben fort. Un cop la persona torna a ser al seu lloc, la següent fa el mateix, i així fins que ho hagin fet totes les persones del grup.

**Variants:**

- Les persones participants formen un **passadís** o un **túnel**: entre totes formen dues fileres paral·leles mirant-se l'una a l'altra. Una persona se situa a un extrem del passadís, diu el seu nom i recorre el passadís per l'interior saludant i xocant les mans de les persones d'ambdós costats. Les que formen el passadís l'animen i xoquen les mans. Quan la primera persona ha saludat a totes les del grup, s'afegeix a una de les fileres del passadís i és el torn de la següent. També es pot fer en parelles, presentant-se i recorrent el passadís les dues persones alhora.

- Les persones participants formen una **línia**, situant-se les unes al costat de les altres. La persona que hi ha en un extrem de la línia, diu el seu nom i la recorre tota, saludant i xocant les mans de la resta. Les que estan situades a la línia l'animen activament i xoquen les mans. Quan la primera persona ha saludat a tot el grup, s'afegeix al final de la línia i la que ara és primera fa el mateix, fins que totes les persones de la línia hagin saludat.



**Observacions:** Cal demanar que quan dues persones xoquin les mans, es mirin als ulls per a crear i enfortir els vincles.

## JOCS DE CONEIXEMENT

- **AMIGUES I AMICS**

**Tipologia:** Joc de coneixement

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants, dempeus, formen una rotllana. Després d'una roda de presentació per recordar els noms, comença el joc. Inicia una persona dient "Jo soc ...". Després de dir el seu propi nom, aixeca la mà de la persona que hi ha a la seva dreta dient "i aquesta és la meva amiga ..." o "i aquest és el meu amic ....". Així successivament fins que s'hagin anomenat totes les persones del grup.

- **CANVIEM DE LLOC!**

**Tipologia:** Joc de coneixement

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants, dempeus, formen una rotllana. Es fa una roda de noms prèvia per tal de recordar-los tots. Una persona inicia el joc dient el nom de qualsevol companya o company del grup. Amb la persona que triï, s'han d'intercanviar el lloc. Durant el canvi, quan les dues persones es troben, es fan un xoc de mans.

La persona que ha estat anomenada, després d'ocupar la nova posició a la rotllana, diu el nom d'una altra companya o company amb qui intercanviar-se el lloc. Així, successivament, fins que totes les persones hagin estat anomenades.

**Observacions:** Busqueu estratègies per fomentar que les persones participants anomenin a qui no ha participat encara.

## • EL VEÏNAT

**Tipologia:** Joc de coneixement

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Totes les persones participants fan una rotllana, diuen el seu nom, i una se situa al mig. La persona que es troba al mig de la rotllana inicia el joc anomenant una persona que es troba a la rotllana i preguntant-li: *“T’agradaria conèixer noves veïnes o veïns?”* (referint-se a les companyes i companys que té just a la seva dreta i a l’esquerra).

- Si la persona diu que **SÍ**, se li pregunta: *“A qui t’agradaria conèixer?”*. La persona de la rotllana contesta dient el nom de dues noves participants. Un cop s’han dit els noms de les noves veïnes, la persona del mig dona el tret de sortida picant de mans. En aquest moment, les dues persones que es troben al seu costat (actuals veïnes) i les altres dues (noves veïnes) han de córrer per intercanviar les seves posicions. Cal tenir en compte, que la persona participant del mig de la rotllana també correrà per ocupar un dels quatre espais que queden buits. La persona que ha estat preguntada i les que no han estat anomenades queden quietes al seu lloc de la rotllana.
- Si la persona diu que **NO**, la pregunta s’ha de fer a una altra persona fins a trobar-ne alguna que respongui que sí.

**Observacions:** Marcar visualment l’espai de cada persona de la rotllana per garantir-ne la separació i identificar bé els espais buits. Es pot marcar amb guix a terra o amb el propi peu si el terra és de sorra.

## • VENS AMB MI?

**Tipologia:** Joc de coneixement

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** El grup fa una rotllana, tothom recorda el seu nom, i una persona es posa en el centre i comença dient: *“Vaig al mercat a comprar plàtans, patates i pomes, i vaig amb ...”* i diu el nom d’entre tres i sis participants.

La persona del mig dona el tret de sortida picant de mans i les persones anomenades han de córrer per intercanviar les seves posicions com també ho fa la persona del mig de la rotllana. Qui es quedi sense lloc se situa al mig i torna a començar el joc, proposant una compra diferent al mercat.

**Variants:** Cada vegada que una nova persona inicia el joc, es canvia la frase inicial amb una activitat diferent. Per exemple, “*Vaig a veure un partit de futbol i vaig amb...*”, o “*Vaig al teatre i vaig amb...*”.

**Observacions:** Transmetre a les persones participants que tinguin cura amb els possibles xocs que pugui haver-hi quan hi hagi els intercanvis de lloc

- **FEM MEMÒRIA!**

**Tipologia:** Joc de coneixement

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Es fan grups d'entre sis i deu persones. Cada grup es posa dreta, formant una rotllana amb les demés. Una persona comença el joc dient el seu nom i continua la companya o el company que té al costat, dient el nom de l'anterior persona i el seu. Així, successivament, fins que l'última persona participant ha de dir els noms de totes les companyes i els companys des de la primera fins al seu.

**Variants: Fem la motxilla:** Seguir la mateixa dinàmica amb el següent canvi: S'inicia el joc dient el nom i un objecte que es posaria a la motxilla imaginària. Cal concretar per a quina activitat es prepararà la motxilla (per anar a la platja, d'excursió, a l'escola...). Es tracta d'anar repetint el nom de les persones i l'objecte que han dit de manera encadenada.

**Observacions:** Explicar que si alguna persona no recorda el nom o s'equivoca, entre totes l'ajudin a recordar-lo.

- **FANS**

**Tipologia:** Joc de coneixement

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants ocupen tot l'espai, separades unes de les altres. Quan dues persones es posen d'acord, juguen a “1, 2, 3, pedra, paper, tisores”. La persona que guanya segueix caminant i qui ha perdut la segueix en tot moment des del seu darrera animant-la (fent-li de fan). Cada vegada que una persona guanya una partida, aconsegueix més fans: la persona que ha perdut i el seu seguici.

*Dinàmica de “1,2,3, pedra, paper i tisores”:* Dues persones s'amaguen la mà darrera l'esquena i alhora diuen “1, 2, 3, ja!”. En aquest moment les dues persones mostren la mà que tenien a l'esquena amb la forma de:

- Pedra (puny tancat)
- Paper (mà oberta i estesa)
- Tisores (mà tancada amb els dits índex i cor estesos i oberts -fent el símbol de la victòria-)

El paper guanya a la pedra, embolicant-la; la pedra guanya a les tisores, colpejant-les; les tisores guanyen al paper, tallant-lo.

**Variants: Parells o senars:** Quan es troben dues persones, una tria *parell* i l'altra *senar*. Les dues persones amaguen una mà darrera de l'esquena i decideixen amb quants dits volen participar. Alhora diuen “1, 2, 3, ja!”, mostren les mans i sumen els dits totals. Si el resultat és senar, guanya qui ha dit senar; i si el nombre és parell, guanya qui ha dit parell.

**Observacions:** Fer arribar el missatge que les persones amb rol de fans han de tenir actitud positiva en tot moment, aplaudint i animant amb missatges positius.

## JOCS PER ORGANITZAR GRUPS

### • ELS PAQUETS

**Tipologia:** Joc de coneixement i organització de grups

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Totes les persones del grup es dispersen corrent lliurement per l'espai. Per començar, la persona dinamitzadora crida un número en veu alta. Per exemple: *Paquets de 5!*”. Aleshores, totes les persones han d'agrupar-se formant grups d'acord amb el número que s'ha dit. Quan s'han format els grups, es recorden els noms de les persones que s'han aplegat.

**Variant:** Fer les agrupacions segons característiques físiques o personals. Per exemple, *“Uniu-vos per”*:

- Color dels ulls
- Mida del peu
- Color del cabell
- Color del calçat esportiu
- País on ens agradaria viatjar
- Menjar preferit

**Observacions:** Transmetre a les persones participants que tinguin cura amb els possibles xocs quan corrin lliurement per l'espai o quan vagin a agrupar-se.

### • LES POLSERES DE COLORS

**Tipologia:** Organització de grups

**Material:** Fils o cordills de colors

**Descripció de l'estratègia:** Cal aconseguir fils o cordills de tants colors com grups es vulguin formar, i donar-ne un a cada persona participant. Per exemple: Si es volen formar quatre grups, cal tenir preparats fils de 4 colors diferents.

Repartir-los entre les persones de manera que es formin quatre grups amb el mateix nombre de persones.

**Variants:**

- Amb guixos o retoladors, dibuixant una línia al dors de la mà.
- Amb gomets o adhesius, enganxant-los a la part superior de la samarreta.

**Observacions:** Tenir presents les característiques de les persones participants per formar grups heterogenis i potenciar les bones relacions.

• **ELS NÚMEROS**

**Tipologia:** Organització de grups

**Material:** Cap

**Descripció de l'estratègia:** S'ha d'assignar un nombre a cada persona, en funció del nombre de grups que vulgueu formar. Per exemple: Si se'n volen formar quatre, cal repartir els nombres de l'1 al 4, de manera ascendent i repetir la sèrie de l'1 al 4 fins que tothom tingui un número assignat.

Per assegurar un repartiment àgil i efectiu de nombres, es pot aprofitar per repartir-los amb la rotllana que ja s'havia fet per a l'explicació prèvia de l'estratègia.

**Observacions:** Si corre pressa fer l'agrupament, s'ha de fer servir l'estratègia tal i com s'explica a la descripció. Si hi ha més marge de temps per a formar grups, es pot reservar part del temps a pensar quin número assignar a cada persona per assegurar que es formen grups heterogenis.

• **ELS CÈRCOLS COOPERATIUS**

**Tipologia:** Organització de grups

**Material:** Cèrcols, o cordes, o guix; equip de música.

**Descripció del joc:** S'han de distribuir els cercols per l'espai. Les persones participants es mouen lliurement per l'espai al so de la música. Quan la persona dinamitzadora atura la música, el grup ha de situar-se dins dels cercols en el menor temps possible. A cada cercol poden situar-se tantes persones com vulguin. Totes les persones han de tenir, com a mínim, un peu dins del cercol fins que torni a sonar la música. Cada vegada que torna a sonar la música, la persona dinamitzadora treu del joc algun cercol. Depenent de quants grups es vulguin formar, s'ha de plegar d'enretirar cercols. A la darrera ronda, s'han de deixar tants cercols com grups es vulguin formar.

**Variant:** Dinamitzar el desplaçament de les persones participants durant el so de la música donant indicacions de com moure's:

- Moure's caminant cap enrere
- Moure's a càmera lenta
- Desplaçar-se fent alguna representació (animal o zombi, entre d'altres)
- Moure's per parelles

**Observacions:** Cal procurar que hi hagi un cercol per a cada persona participant. En cas que no es disposi de tants cercols, s'ha de mirar de posar-ne el màxim possible. També es poden crear cercols amb cordes, o dibuixar-los amb guix, o amb el peu si el terra és de sorra.

Si no es disposa d'equip de música, es pot fer un senyal amb una paraula acordada ("Ja!", o "Als cercols!", entre d'altres), fent servir un xiulet o picant de mans. També es pot substituir la música de l'equip de so per una cançó que el grup canti.

Pot ser un joc amb molt de contacte. Cal observar mentre es fa el joc i anticipar-se per tal que no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.

## JOCS COL·LECTIUS

- **STOP**

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Pitralls, pilotes, tires de paper o de bossa de plàstic

**Descripció del joc:** Les persones que empaiten porten un element que les identifica: pitrall posat; pilota, tira de paper o bossa de plàstic a la mà agafada de manera visible. Les persones que escapen han d'evitar ser atrapades per les que van identificades. Quan una persona que empaita toca a algú, li dóna l'element identificador i canvien els rols (qui empaitava passa a escapar, i qui escapava passa a empaitar).

Les persones poden fer Stop per no ser atrapades. Cal cridar "Stop!" i quedar-se quieta amb els braços en creu i les cames separades. Per continuar jugant, les companyes i els companys l'han de salvar xocant-li una de les mans esteses.

**Variants:** Proposar altres consignes per salvar a la gent atrapada: fent un ball junts, cantant junts, saludant-se d'una manera divertida o formant una frase que tingui sentit (una persona la comença i l'altra l'acaba), entre altres possibilitats.

**Observacions:** A l'explicació del joc s'ha proposat *salvar de manera diferent a la tradicional i coneguda* per tal d'evitar possibles lesions i contactes excessius o possiblement mal interpretables.

## • LES QUATRE CANTONADES

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** 5 cons i 5 pilotes

**Descripció del joc:** Es col·loquen 4 cons formant un quadrat i un cinquè con al mig. Les persones participants es divideixen en 5 grups i cada grup se situa en un dels cons. Cada grup ha de canviar de con quan el grup que es troba al centre pregunta "Esteu a punt?". Quan tots els grups han contestat afirmativament, el grup del centre fa el senyal de canvi ("1, 2, 3, JA!"). L'objectiu de cada grup és arribar a un dels 4 cons de les cantonades.

Per canviar de con, després del senyal, cal que totes les persones del grup vagin unides (agafades de les mans o de les espatlles). Només pot haver-hi un grup a cada con. Si les persones d'un grup arriben a un con en diferents moments (és a dir, per separat), el grup torna a començar el joc des del con central.



### **Variants:**

- Cada grup personalitza el seu senyal de canvi per quan es trobi al con del mig.
  - No es pot estar al mateix con dues vegades seguides.
  - No es pot anar als cons situats al costat.
  - Cada grup té una pilota que han de conduir amb els peus.
  - Cada grup té una pilota que ha de conduir amb els peus. Un nombre de persones del grup, o totes, han de tocar-la una vegada, com a mínim, abans d'arribar al con.

**Observacions:** Si a cada grup hi ha massa persones, reduïu el nombre de persones formant més grups i més petits. Per a això, situeu més cons a l'espai formant la figura geomètrica que convingui (pentàgon, hexàgon...). Formeu tants grups com cons hagueu situat.

### • **LES MIRADES**

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants, dempeus, formen una rotllana i una se situa al mig. L'objectiu de les persones que es troben a la rotllana és canviar de lloc. Cada persona ha d'intentar posar-se d'acord amb una altra per intercanviar-se el lloc. La comunicació només pot ser a través de la mirada. La persona del mig ha d'intentar ocupar una posició a la rotllana quan dues persones estiguin intercanviant-se el lloc. En tot moment, hi ha una persona que queda al mig de la rotllana. Els intercanvis de lloc només poden ser entre les persones que han fet un acord mirant-se. Una tercera persona no pot sortir del seu lloc per aprofitar l'intercanvi de les altres dues.

**Variant:** Les persones formen parelles i es col·loquen en una rotllana. Una de les parelles se situa al mig. Se segueix la mateixa dinàmica de joc.

**Observacions:** Marqueu visualment l'espai de cada persona o parella de la rotllana per garantir-ne la separació i identificar bé els espais buits. Podeu marcar amb guix el terra o fer una creu amb el propi peu si el terra és de sorra.

- **PEDRA, PAPER, TISORES**

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants formen grups de tres agafant-se de les mans. Tots els grups es desplacen per l'espai i quan la persona dinamitzadora fa un senyal ("Ara!"), es troben dos grups i juguen tres partides de *Pedra, paper, tisores* a través de l'expressió corporal.

- Quan el grup decideix representar la pedra, les tres persones s'ajupen.
- Quan el grup vol representar el paper, les tres persones es queden dretes.
- Quan el grup decideix representar les tisores, les dues persones dels extrems es queden dempeus i la persona del mig s'ajup.

Cal recordar que el paper guanya a la pedra, embolicant-la; la pedra guanya a les tisores, colpejant-les; les tisores guanyen al paper, tallant-lo.

Quan els grups van acabant de fer les tres partides, tornen a desplaçar-se. Quan la persona dinamitzadora vegi que tots els grups tornen a estar en moviment, donarà un nou avís i els grups buscaran a un grup diferent a l'anterior per seguir jugant.

**Observacions:** Cal saber quantes persones estan participant abans del moment de formar els grups. Si hi ha una o dues persones sense poder formar un grup de 3, poden unir-se a altres grups o poden fer un grup de 2. En ambdós casos, expliqueu a totes les persones participants com aquests grups representaran els tres objectes.

- **ATRAPA CUES**

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Tires transversals de paper de diari o de bossa de plàstic (com a mínim una per persona)

**Descripció del joc:** Les persones participants es distribueixen per l'espai de joc, cadascuna té una tira de paper o plàstic a la butxaca dels pantalons o de la jaqueta. Les persones participants han d'aconseguir totes les cues que puguin i anar-les afegint a les que ja tenen.

Quan una persona aconsegueix una nova cua, la posa a la butxaca abans de seguir jugant. Durant aquest temps, no pot agafar cues d'altres persones ni tampoc l'hi poden treure. Quan una persona es queda sense cua, segueix jugant.

**Variant:** Totes les persones formen parelles i van agafades de la mà.

- **EL MOCADOR COOPERATIU**

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** 2 mocadors

**Descripció del joc:** Les persones participants es divideixen en dos grups, col·locant-se cadascun a un costat de la pista. Es col·loquen alineades, una al costat de l'altra, mirant a la persona dinamitzadora que se situa amb els dos mocadors al centre de la pista. Abans d'iniciar el joc, la persona que dinamitza assigna un nombre imparell a cada participant.

L'objectiu de cada equip és córrer a atrapar el seu mocador i tornar el més ràpid possible al punt d'inici. Per fer-ho, la persona que dinamitza crida un nombre parell. Així, cada grup ha d'organitzar-se per fer una combinació de nombres que sumin el resultat que els interressi. Per exemple: Si es crida "4" poden participar en la cursa la persona que tingui el número "3" i la que tingui el número "1".

### Variants:

- Com a darrera consigna del joc, crideu un nombre que impliqui la participació de tot el grup alhora.
- Dinamitzeu el desplaçament de les persones participants donant indicacions de com moure's:
  - Corrent a càmera lenta
  - Corrent cap enrere
  - Agafades d'una mà
  - Agafades de les dues mans
  - Fent que formin estructures (\*)
- Després d'agafar el mocador, corren i es queden a l'altre grup.
- Es distribueixen nombres a les persones del grup de manera ascendent (senar i parell) començant pel zero. Aquesta vegada s'ha de representar els nombres que inclouen la xifra i endreçar-se de forma correcta (unitats, desenes i centenes) abans d'agafar el mocador. Per exemple, quan es crida "*Cinc-cents tres*", corren el 5, el 0 i el 3, i s'ordenen.

**Observacions:** Engrescar a les persones que no participin en els desplaçaments perquè animin i facin reforç positiu.

(\*) Pot ser una variant amb molt de contacte. Observar mentre juguen i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar

- **TELEGRAMA DE GESTOS**

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Totes les persones participants es col·loquen en fila, una darrera de l'altra i mirant totes cap a la mateixa direcció. La última comença el joc tocant l'esquena de la persona que té davant dient-li que es giri. Quan es miren, la última fa 3 o 4 moviments consecutius. La persona que ha rebut el missatge l'ha de memoritzar i repetir-lo a la persona que té davant a la filera.

Així successivament fins que el missatge arribi de la última a la primera persona de la fila.

La primera persona de la fila fa els moviments per veure si coincideixen amb els moviments de qui ha iniciat el missatge.

#### **Variants:**

- Amplieu el nombre de moviments.
- Feu moviments amb percussió.

### • ELS ROBOTS

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants formen grups de 3 i 4. A cada grup, una persona fa de mecànica i les altres fan de robots. La mecànica pot moure's lliurement i córrer per tot l'espai. Les persones que fan de robots només caminen en línia recta fins que no poden avançar més a causa d'acabar-se l'espai o de xocar amb una altra persona que fa de robot.

Si xoquen, es queden immòbils i diuen el nom de la mecànica en veu alta i compten fins a 10 amb els dits i el braç en alt. L'objectiu de la mecànica és girar les persones que fan de robot per tal que continuïn avançant. Si les persones robots arriben a 10 i la mecànica no ha arribat, s'espatllen i cauen a terra. Cal que la mecànica els doni corda perquè es tornin a posar en marxa.

Passats uns minuts, la persona dinamitzadora del joc proposa el canvi de rols de forma que totes les persones facin de robot i de mecànica.

#### **Variants:**

- Eскурçar o allargar el temps que té la mecànica per arribar als robots, fent que comptin només fins a 5 o més enllà de 10.
- A la persona robot se li han acabat les piles. La mecànica ha d'anar fins a la dinamitzadora del joc i picar-li la mà per obtenir-les. La mecànica xoca la mà a la robot per donar-li energia.

**Observacions:** Reduïu l'espai si és molt gran i no funciona la dinàmica.

## • L'ENCANTERI

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Pitralls o pilotes

**Descripció del joc:** Les persones que atrapen porten posat un pitrall o agafen una pilota per a poder ser identificades, i són les persones màgiques. Quan una persona màgica atrapa a una persona del grup, la congela i la converteix en estàtua, de manera que ha de restar quieta en el lloc on es troba. Cada persona pot fer l'estàtua que vulgui i es pot tornar a moure quan una persona que no ha estat atrapada imita la seva postura.

**Variant:** Posar en pràctica altres consignes per salvar a les persones que han quedat convertides en estàtues:

- Xocant les mans amb elles
- Fent un ball juntes (una davant de l'altra)
- Cantant juntes
- Salutant-se d'una manera divertida

**Observacions:** Cal rumiar bé el nombre de persones que atrapin per tal que el joc sigui dinàmic i que totes les persones gaudeixin participant-hi. Per exemple, per un grup de 20 persones pot ser adequat que entre 4 i 5 persones desenvolupin el rol de persones màgiques. Així mateix, cal observar la dinàmica del joc amb atenció per identificar quin és el moment més adequat per a canviar els rols.

## • L'ARANYA

**Tipologia de joc:** Joc col·lectiu

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Totes les persones se situen al límit de la pista. La que fa d'aranya es col·loca al mig del camp i només pot desplaçar-se lateralment per damunt de la línia imaginària.

L'aranya crida "Aranya!" i la resta del grup contesta "Peluda". Després d'aquest senyal, les persones han d'intentar passar a l'altre costat del camp sense ser

atrapades per l'aranya. Si alguna de les participants és tocada per l'aranya, es converteix en aranya i també atrapa.

El joc finalitza quan totes les persones són aranyes i no queda cap persona per atrapar.

#### **Variants:**

- El grup crida "Aranya peluda, qui pot passar?" i l'aranya decideix qui passa: "Qui té els ulls blaus" o "Qui porta samarreta vermella", entre altres consignes visibles. Les persones que compleixen amb la consigna creuen la pista sense ser atrapades.
- Quan l'aranya atrapa alguna persona, s'intercanvien els rols.
- Formeu dues fileres d'aranyes.

**Observacions:** Transmetre a les persones participants que tinguin cura en córrer.

### • LA CADENETA

**Tipologia de joc:** Joc col·lectiu

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Hi ha una persona que empaita i quan toca a algú, s'agafen de la mà per empaitar juntes. Se segueix aquesta dinàmica fins que totes les persones són atrapades. Només poden tocar i atrapar les persones que estan als extrems de la cadena. En cas que les persones que empaiten es deixin anar de la mà, no poden atrapar a ningú més fins que es tornen a agafar.

**Variants:** Quan la cadena passa a estar formada per 4 persones, aquesta es divideix en dues cadenes de dues persones cadascuna i segueixen empaitant.

**Observacions:** Explicar que com més llarga és la cadena, més gran és la velocitat de les persones que estiguin en els extrems i més difícil el seu control.

### • VENT DEL NORD I DEL SUD

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Pitralls o pilotes

**Descripció del joc:** Les persones que atrapen porten posat un pitrall o porten una pilota i desenvolupen el rol de Vent del Nord, empaitant a la resta del grup. Quan atrapen a una persona, la congelen i la converteixen en estàtua, de manera que ha de restar quieta en el lloc on es troba.

Les persones que conformen el grup de Vent del Sud, identificades amb un pitrall o pilota de diferent color, s'encarreguen de descongelar a les persones que estan quietes xocant-los la mà.

El Vent del Nord no pot congelar al Vent del Sud.

**Variants:**

- Les persones que participen com a Vent del Nord sí que poden congelar a les que actuen com a Vent del Sud.

- Les persones que participen com a Vent del Nord sí que poden congelar a les que actuen com a Vent del Sud. Quan alguna persona que és Vent del Sud és atrapada, cal que compti lentament fins a 5 per a descongelar-se i seguir salvant.

**Observacions:** Observar la dinàmica del joc amb atenció per identificar quin és el moment més adequat per canviar les persones que desenvolupen el rol de Vent del Nord i del Sud. Rumiar bé el nombre de persones que empaitin i salvin perquè el joc sigui dinàmic i fer que totes les persones hi participin activament. Per exemple, per a un grup de 20 persones, pot ser adequat que 4 persones empaitin i 3 salvin.

- **ELS REFUGIS**

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Pitralls i cercols

**Descripció del joc:** Es reparteixen diversos cercols per l'espai de joc per fer de refugis. Hi ha persones que empaiten i han d'intentar tocar a la resta. Per evitar ser atrapades, les persones participants poden entrar dins dels refugis quan ho desitgin. Per sortir-ne, però, requereixen de la col·laboració d'una companya o company que les tregui del refugi donant-los la mà.



### **Variants:**

- La persona que és al refugi pot sortir quan l'ajuden dues persones alhora, com a mínim.
- Abans d'acabar el joc, totes les participants han hagut de salvar a un nombre mínim de persones.

**Observacions:** Si els cercols rellisquen sobre el terreny, col·loqueu-los al voltant del camp evitant les zones centrals on hi ha més desplaçaments.

- **LES CLAUS**

**Tipologia:** Joc col·lectiu

**Material:** Joc de claus i una cadira. En cas de no tenir un joc de claus, es pot fer servir material sonor (com picarols, o una bossa de plàstic rebregada). En cas de no tenir cadira, la persona pot seure a terra tenint les claus just al seu darrera, o pot situar-se dret amb les claus a terra.

**Descripció del joc:** Es fan grups d'entre 6 i 8 persones. Una persona participant s'asseu a la cadira amb els ulls tancats i d'esquena al grup. El joc de claus es posa just a sota de la cadira. La resta de grup se situa tot junt, a 10 passes de la cadira, aproximadament. Tot seguit, es planteja la història del joc per presentar-lo de manera més atractiva:

*“L'àvia no us deixa sortir fora de casa i ha amagat les claus! Per sort, sempre s'adorm mirant la televisió i sabeu que amaga les claus sota la cadira. Heu d'organitzar-vos per treure-li les claus i poder obrir la porta. Vigileu, l'àvia té l'oïda molt fina i de seguida que senti les claus es despertarà i esbrinarà qui les té.”*

El grup s'ha d'organitzar per agafar les claus en silenci i tornar al punt d'inici. Les claus poden passar d'una persona participant a l'altra. La persona que fa el rol d'àvia es desperta quan sent el soroll de les claus i aleshores anomena qui creu que té les claus.

**Variant: Passa la pilota:** Es fan grups d'entre 6 i 8 persones. Una persona adopta el rol de vigilant, està dreta al final del camp i comença el joc d'esquena al grup. La resta de grup se situa tot junt a 10 passes de la persona, aproximadament, amb l'objectiu de fer arribar una pilota o qualsevol altre objecte petit als peus de la que vigila sense que aquesta sàpiga on es troba la pilota en cap moment. Es pot fer servir la següent història per explicar la variant:

*“Sou un grup d'amigues i amics que voleu portar la pilota al parc. Però hi ha una persona vigilant, que està sempre a la porta del parc, vigilant que ningú hi entri pilotes. Tant sí com no, us organitzareu per aconseguir fer arribar la pilota a la porta del parc.”*

Cada vegada que la persona que vigila es posa d'esquena, el grup pot avançar cap a ella. Abans de deixar la pilota als peus de qui vigila, cada persona ha d'haver tingut la pilota una vegada, com a mínim.

La persona vigilant compta fins a 8 d'esquena al grup. Quan es gira, pot endevinar qui té la pilota. Té tot el temps que necessiti per observar el grup des de la seva posició (no se'n pot moure).

- a. Si encerta qui té la pilota, el grup ha de tornar al punt d'inici del joc.
- b. Si **no** ho encerta, la vigilant torna a girar-se d'esquena i compta fins a 8. Mentrestant, el grup segueix avançant i canviant la pilota de mans.

**Observacions:** Fer èmfasi en la rellevància de ser honestos amb la finalitat que aquest joc tingui sentit.

## REPTES COOPERATIUS

### REPTES SENSE MATERIAL

- **LLETRA PER LLETRA**

**Descripció del repte:** El grup té una missió: Entre totes les persones han de pensar i acordar una paraula que sigui significativa per a tothom. Un cop s'hagi decidit, l'han de formar fent servir, únicament, els seus cossos.

**Normes:**

1. Totes les persones han de participar a l'hora d'escollir la paraula.
2. Totes han de ser escoltades.
3. Totes han de formar part de la paraula, sense excepció.

**Material:** Cap

**Observacions:** Indicar a les persones participants que parin atenció per respectar l'espai individual de cada persona a l'hora de formar o representar la paraula, evitant l'excés de contacte entre unes i altres. Si el grup és molt nombrós, proposar representar més d'una paraula o missatge.

- **RELLEUS ACUMULATIUS**

**Descripció del repte:** Formeu grups d'entre 6 i 10 persones. Heu de completar el recorregut de la següent manera:

La primera persona de cada grup fa el recorregut i en acabar-lo, agafa la mà de la següent persona. Sense deixar-se anar, han de fer el recorregut juntes. Quan tornin a ser al punt d'inici, agafen de la mà a la següent persona del grup i repeteixen el recorregut. Fer-ho així successivament fins que totes les persones del grup l'hagin fet juntes.

**Normes:**

1. Totes les persones han de participar en el repte.
2. S'han de respectar les zones delimitades del recorregut.

3. Cal pensar estratègies, de forma conjunta, amb l'objectiu que tothom participi de forma còmoda i estigui d'acord en tot moment amb la manera acordada per resoldre el repte.

**Material:** Cap

**Variant:** Un cop superat el repte, cronometrar el temps que cal per a fer el recorregut des que comença la primera persona del grup fins que arriben totes juntes al final. Tornar a repetir-lo procurant rebaixar el temps emprat!

**Observacions:** Si el grup és receptiu, fer repetir el repte varies vegades introduint la variant del cronòmetre i el fet d'haver de millorar el temps, o que emprin una estratègia diferent. Deixar temps als grups perquè dialoguin i estableixin estratègies per a superar el repte.

#### • ELS ELECTRODOMÈSTICS

**Descripció del repte:** Ha arribat l'hora que tot el grup decideixi quin electrodomèstic vol dissenyar i que pensi com representar-lo. Per últim, cal que li doni vida i el faci funcionar!

**Normes:**

1. Totes les persones del grup han de participar per a fer la figura de l'electrodomèstic. Ningú en pot quedar fora.
2. Cal donar temps per pensar, decidir i provar com representar l'electrodomèstic que triï el grup.

**Material:** Cap

**Variant:** Representar objectes o situacions relacionades amb qualsevol altra temàtica. Per exemple, un material esportiu o una situació esportiva, una eina de jardineria o un ofici, entre altres.

**Observacions:** Pot ser un repte amb molt de contacte. Observar mentre es juga i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.

- **FEM CIRC!**

**Descripció del repte:** Avui es fa el càsting d'acròbates del circ! Cal formar grups d'entre 4 i 6 persones i crear tres figures acrobàtiques. Després d'una estona de pràctica cal mostrar al jurat del càsting les figures que cada grup ha treballat.

**Normes:**

1. Dissenyar i preparar tres figures acrobàtiques.
2. Totes les persones han de formar part de les tres figures.
3. Totes les persones han d'estar tocant com a mínim a una persona.
4. Aguantar cada figura durant 3 segons, com a mínim.

**Material:** Cap

**Variants:**

- Formar grups de 10 o 12 persones.
- Dissenyar figures estàtiques i donar moviment a cada figura.

**Observacions:** Pot ser un repte amb molt de contacte. Observar mentre es juga i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.

- **AIXEQUEM-NOS!**

**Descripció del repte:** Formar una rotllana asseguts a terra i mirant cap enfora. Cal que tothom s'agafi pels braços i que tot el grup miri d'aixecar-se a la vegada.

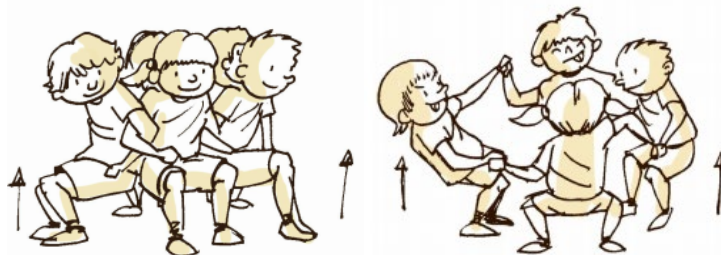
**Normes:**

1. El grup ha de mantenir-se unit amb els braços entrelaçats tota l'estona.
2. Tot el grup ha d'aixecar-se alhora. Unes persones no poden fer-ho abans que les altres.
3. Només es pot tocar el terra amb el cul i els peus, no amb les mans o els braços.

**Material:** Cap

**Variante:** Formar una rotllana seient a terra mirant cap endins. Agafar-se tothom de les mans i mirar d'aixecar-se alhora.

**Observacions:** Pot ser un repte amb molt de contacte. Observar mentre es juga i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.



- **EQUILIBREM-NOS!**

**Descripció del repte:** El grup està format per equilibristes. Cal que formin una figura, segons les normes exposades, i que la mantinguin durant 10 segons.

**Normes:**

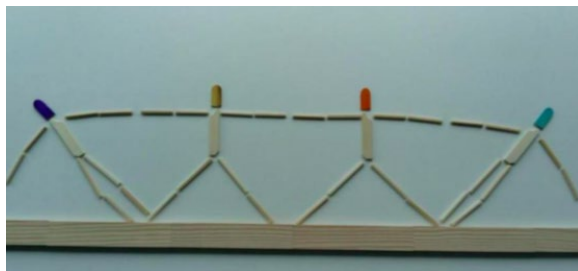
1. Les persones que formen el grup fan una fila, unes al costat de les altres, amb les mans agafades i els braços estirats.
2. Totes les persones han de tocar amb els peus els peus de qui tenen a esquerra i dreta.
3. Quan s'aconsegueix fer la figura, cal aguantar en equilibri 10 segons.
4. S'han de comptar els 10 segons en veu alta.

**Material:** Cap

**Variants:**

- Situades totes les persones en filera, han de mantenir l'equilibri durant 10 segons amb un peu recolzat a terra.
- Començar fent una rotllana. Mantenir l'equilibri durant 10 segons amb les mateixes normes exposades.

**Observacions:** Pot ser un repte amb molt de contacte. Observar mentre es juga i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.



- **POSEM-LI RITME!**

**Descripció del repte:** Al grup li toca demostrar que porta el ritme a la sang. Ha de seure en rotllana i inventar-se un ritme. Es presenta el ritme als altres grups perquè el reproduïxin. Així, successivament, tots els grups ensenyen els ritmes creats. Finalment, es poden combinar els diversos ritmes per crear un ritme conjunt.

**Normes:**

1. Totes les persones han de participar en el disseny i la reproducció del ritme.
2. Es pot fer el ritme amb qualsevol part del cos.
3. S'ha d'acordar l'ordre entre tots els grups: No hi ha cap ordre establert per tal de crear el ritme conjunt.

**Material:** Cap

**Variants:** Escollir una cançó coneguda i reproduir-la entre tots els grups a partir de ritmes i sons.

- **ENDRECEM-NOS!**

**Descripció del repte:** El grup té l'habitació feta un desastre. Abans de res, però, cal endreçar-se individualment. Cal fer-ho en silenci, d'acord amb les següents consignes:

**Normes:**

1. Triar una consigna i ordenar-se segons la mateixa. Per exemple, segons l'edat, el mes o any de naixement, el número de peu, l'alçada o la primera lletra del nom, entre altres.
2. Ordenar-se en silenci: No podeu dir res de res!

**Material:** Cap

**Variants:** Col·locar-se sobre d'una línia pintada a terra. També es poden fer servir bancs. Cal posar-se totes les persones damunt la línia o els bancs. Sense poder tocar el terra, ordeneu-vos segons la consigna escollida.

**Observacions:** Pot ser un repte amb molt de contacte. Observar mentre es juga i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.

- **LLAUNES DE SARDINES**

**Descripció del repte:** Formar grups de 5 persones i estirar-se al terra, una al costat de l'altra. Es donen 3 segons per recordar la posició i l'ordre que es té dins del grup. Passats aquests segons, fer una volta sencera a la pista. Quan la persona dinamitzadora crida "*Llaunes de sardines!*", tothom ha d'aconseguir situar-se tal i com s'havia posat a l'inici.

**Normes:**

1. Es donen 3 segons per recordar la situació i l'ordre de tot el grup.
2. Situar-se en la mateixa posició en el menor temps possible quan es doni la indicació de reunir-se altra vegada.

**Material:** Cap

**Variants:**

- Des del moment en que es diu "*Llaunes de sardines!*", hi ha un màxim de 5 segons per trobar-se les persones de cada grup i situar-se en l'ordre correcte.
- Les sardines no han de parlar! Quan estiguin col·locant-se, no poden parlar ni tocar-se.



- Variar la posició de cada persona del grup dins la llauna: estirar-se algunes cara amunt i altres bocaterrosa, i algunes situant el cap on altres situen els peus.
- Convertir les llaunes de sardines en una sola llauna gegant: Formar entre totes les persones una sola llauna.

**Observacions:** Es recomana que, inicialment, s'hagi posat en pràctica alguna estratègia per fer els agrupaments, de manera que els grups estiguin formats per persones dels dos col·lectius (persones privades de llibertat i estudiants universitaris). Pot ser un repte amb molt de contacte. Observar mentre es juga i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.

#### • S ALT DE LLARGADA

**Descripció del repte:** Fer grups d'entre 4 i 6 persones. Sempre és un bon moment per posar en pràctica les habilitats atlètiques. I què millor que fer-ho simulant una de les grans proves de l'atletisme? Cal formar un equip i, entre totes les persones saltar la distància més llarga possible. Quants metres creu cada grup que pot aconseguir?

#### **Normes:**

1. La primera persona del grup salta des del punt d'inici.
2. La segona participant salta des d'on ha caigut la primera. La tercera, des d'on ha caigut la segona. I així successivament fins que saltin totes les persones del grup.

**Material:** Cap

**Variante:** Un cop superat el repte una primera vegada, repetir-lo per mirar d'aconseguir saltar una distància més gran.

- **VET AQUÍ UNA VEGADA...**

**Descripció del repte:** Fer grups entre 6 i 8 persones. Fer una rotllana i concentrar-se en crear una història des del principi fins al final. Una persona del grup comença la història: diu una frase i al mateix temps s'ajuda del cos per representar-la. La següent persona repeteix la frase i representació de la primera, i continua la història amb una nova frase i la seva representació. Així, consecutivament, fins que totes les persones contribueixin en la creació de la història. Demanar que tothom estigui atent i faci silenci, que comença la història!

**Material:** Cap

**Variant:** Crear un acudit entre totes les persones del grup. Cal tenir en compte que sigui divertit i respectuós envers totes les persones.

## REPTES AMB POC MATERIAL

- **A CEGUES!**

**Descripció del repte:** Cal creuar d'una banda a l'altra de l'espai de joc sense tocar cap dels materials ni trepitjar cap de les marques fetes a terra. Però alerta! S'ha de fer amb els ulls tancats. Mentre una persona completa el recorregut, una altra o altres l'ajuden per creuar el camp amb èxit.

L'espai de joc és una zona petita i delimitada que conté materials que no es poden tocar o zones dibuixades a terra que no es poden trepitjar.

**Normes:**

1. Tothom ha de creuar el camp amb els ulls tancats.
2. Tothom ha de creuar el camp ajudant a una altra persona.
3. Si es toca algun dels materials o marques, cal tornar a començar.

**Material:** Cons i paper de diari per situar a terra, o guix per fer-hi marques.

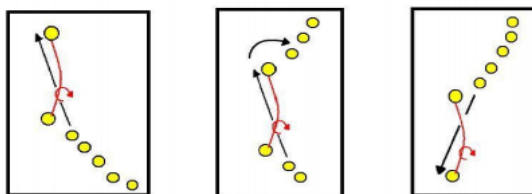
**Variants:**

- Només es poden donar indicacions a través de la veu.

- Només es poden donar indicacions a través del tacte. No es pot parlar.
- Quan es toca algun dels materials o es trepitja una marca, cal seguir avançant. S'han de comptar les marques que s'hagin tocat des que ha començat la primera persona fins que han creuat totes les participants. Repetir el repte i procurar tocar menys materials o marques.

- **PASSA LA CORDA!**

**Descripció del repte:** Ha fet mai el grup el vuit amb una corda? El repte, en aquest cas, és aconseguir fer el màxim nombre de vuits. Què és fer un vuit? És quan totes les persones del grup aconseguixen creuar la corda, en fila, unes darrera de les altres, creant el recorregut del nombre vuit. (El vuit es fa formant la filera a la cantonada contrària de la corda; una vegada s'ha creuat per sota. D'aquesta manera, quan passi l'últim de la fila, el primer de la nova filera que és a la cantonada contrària torna a passar per sota de la corda fins al punt de partida.)



**Normes:**

1. Passar, d'una en una, per sota la corda sense tocar-la.
2. Totes les persones participants han d'aconseguir passar per sota la corda.
3. No es pot perdre punt, és a dir, a cada volta que faci la corda ha de passar una persona. La corda no pot fer cap volta sense que algú passi per sota.

**Material:** 1 corda de saltar

**Variant:** Fer participar del repte també les persones que fan girar la corda. S'aconseguirà el repte quan totes les persones del grup, sense excepció, passin per sota la corda.

**Observacions:** Començar dues persones dinamitzadores a fer girar la corda. Posteriorment es podran canviar les persones encarregades de fer-la girar. D'aquesta manera, les persones participants a la jornada tenen un model a seguir pel que fa a la velocitat (calmada) i a l'amplitud que cal aconseguir en moure la corda. Si el grup és molt nombrós, cal dividir-lo en dos i fer que participin del repte els dos grups alhora. S'ha de conscienciar al grup que totes les persones tenen un repte propi, depenent de les habilitats de cadascuna, i que no estan competint l'una amb l'altra.

Les cordes a utilitzar són les habituals de saltar, sempre que estiguin autoritzades pel Departament de justícia de l'administració on s'organitzin les Trobades Socioesportives. En cas de no ser possible, se'n poden fer de la següent manera: tallant dues o tres bosses de plàstic industrials perquè quedi tota la bossa extensa amb una sola cara, enrotllar-les i lligar-les pels extrems. Als dos extrems de les cordes lligar-hi dues pilotes de la mida de tennis amb una bossa de plàstic.

- **SALTEM SENSE PARAR!**

**Descripció del repte:** Cal que totes les persones participants creuin la corda, entrant-hi, saltant-la i sortint-ne. Totes ho han de fer seguides i sense perdre punt (saltar a cada volta). Veure quantes vegades ho poden aconseguir.

**Normes:**

1. Saltar, d'una en una, la corda.
2. Totes les participants han d'aconseguir saltar la corda.
3. No es pot perdre punt, és a dir, a cada volta que faci la corda ha de saltar una persona. La corda no pot fer cap volta sense que ningú salti.

**Material:** 1 corda de saltar

**Variante:** Fer participar del repte també les persones que fan girar la corda. S'aconseguirà el repte quan totes, sense excepció, saltin la corda.

**Observacions:** Començar dues persones dinamitzadores a fer girar la corda. Posteriorment es podran canviar les persones encarregades de fer-la girar.

D'aquesta manera, les persones participants a la jornada tenen un model a seguir pel que fa a la velocitat (calmada) i a l'amplitud que cal aconseguir en moure la corda. Si el grup és molt nombrós, cal dividir-lo en dos i fer que participin del repte els dos grups alhora. S'ha de conscienciar al grup que totes les persones tenen un repte propi, depenent de les habilitats de cadascuna, i que no estan competint l'una amb l'altra.

Les cordes a utilitzar són les habituals de saltar, sempre que estiguin autoritzades pel Departament de justícia de l'administració on s'organitzin les Trobades Socioesportives. En cas de no ser possible, se'n poden fer de la següent manera: tallant dues o tres bosses de plàstic industrials perquè quedi tota la bossa extensa amb una sola cara, enrotllar-les i lligar-les pels extrems. Als dos extrems de les cordes lligar-hi dues pilotes de la mida de tennis amb una bossa de plàstic.

- **PASSA EL SENYAL I SALTA!**

**Descripció del repte:** Aconseguir que tot el grup salti la corda i doni el senyal de sortida. Cal que la corda no pari en cap moment ni que es perdi punt.

**Normes:**

1. Totes les persones participants han d'aconseguir saltar la corda.
2. No s'ha de perdre punt, és a dir, a cada volta que faci la corda ha de saltar una persona. La corda no pot fer cap volta sense que ningú salti.
3. Es comença el repte de la següent manera:
  - a. La primera persona entra i fa un salt sola.
  - b. Entra la segona persona i fan un salt juntes.
  - c. La primera persona, que ja porta dos salts, surt. En aquesta mateixa volta de corda, entra la tercera persona.
  - d. I així, consecutivament, totes les persones fan dos salts per participar en el repte.

**Material:** 1 corda de saltar

**Variants:**

- Comptar el nombre de salts seguits que es poden fer

- Fer participar del repte també les persones que fan girar la corda. S'aconseguirà el repte quan totes, sense excepció, saltin la corda.

**Observacions:** Començar dues persones dinamitzadores a fer girar la corda. Posteriorment es podran canviar les persones encarregades de fer-la girar. D'aquesta manera, les persones participants a la jornada tenen un model a seguir pel que fa a la velocitat (calmada) i a l'amplitud que cal aconseguir en moure la corda. Si el grup és molt nombrós, cal dividir-lo en dos i fer que participin del repte els dos grups alhora. S'ha de conscienciar al grup que totes les persones tenen un repte propi, depenent de les habilitats de cadascuna, i que no estan competint l'una amb l'altra.

Les cordes a utilitzar són les habituals de saltar, sempre que estiguin autoritzades pel Departament de justícia de l'administració on s'organitzin les Trobades Socioesportives. En cas de no ser possible, se'n poden fer de la següent manera: tallant dues o tres bosses de plàstic industrials perquè quedi tota la bossa extensa amb una sola cara, enrotllar-les i lligar-les pels extrems. Als dos extrems de les cordes lligar-hi dues pilotes de la mida de tennis amb una bossa de plàstic.

- **QUANTES PASSEDES!**

**Descripció del repte:** Es tracta de fer circular el major nombre de pilotes possibles, mentre tot el grup està en moviment. Compta el màxim nombre de pilotes aconseguides.

**Normes:**

1. Cal ordenar-se de forma prèvia per a passar-se la pilota. La persona amb el número 1 li passa a la 2, la 2 a la 3 i així successivament.
2. Quan la pilota arriba a la última persona, aquesta li passa a la 1 i se segueix la sèrie de passades. No s'atura el repte.
3. S'han de mantenir les pilotes en constant moviment: de passada en passada.
4. Totes les persones s'han d'estar movent contínuament.

**Material:** Tantes pilotes com es tinguin

**Observacions:** Si el grup està format per 10 persones, s'han de posar en joc entre 4 i 5 pilotes. Si esta format per 20, entre 8 i 10 pilotes. Les persones dinamitzadores han d'anar afegint pilotes en joc a mesura que el grup de participants va adquirint més habilitat.

S'ha d'explicar a les persones participants que, abans de fer una passada, s'assegurin que l'altra persona estigui mirant i preparada per a rebre la pilota. Si no està mirant, cal que l'avisin dient el seu nom abans de llançar-la. D'aquesta manera, estan respectant i procurant no fer mal a les persones amb qui comparteixen l'activitat, i alhora estan assegurant l'èxit del repte.

- **QUE NO CAIGUI!**

**Descripció del repte:** Es tracta de mantenir la pilota o el globus a l'aire sense que toqui a terra el màxim de temps possible, colpejant-lo amb qualsevol part del cos i passant-lo a la resta del grup.

**Normes:**

1. Totes les persones participants han de colpejar la pilota o el globus una vegada, com a mínim.
2. Es pot colpejar la pilota o el globus amb qualsevol part del cos.
3. No es pot agafar la pilota o el globus.

**Material:** Pilota o globus

**Variants:**

- Posar en joc més d'una pilota o globus.
- Limitar les parts del cos amb les quals es pot tocar la pilota o el globus: Amb les mans, el cap, un dit de la mà o els genolls, entre altres.
- Delimitar un recorregut amb punt d'inici i de final. Cal seguir-lo alhora que es colpeja la pilota o el globus sense que caigui a terra.

- **COREOGRAFIA COOPERATIVA**

**Descripció del repte:** El grup ha de demostrar que és tot un espectacle ballant! Cada persona del grup ha de pensar un moviment de ball. Tot seguit

l'ha de mostrar a la resta de membres i entre tots unir els moviments per formar una preciosa coreografia. Quan s'ha muntat la coreografia... Comença l'espectacle! Es tracta d'ensenyar-la a la resta de grups, i a gaudir del xou!

**Normes:**

1. Totes les persones participants han de proposar com a mínim un pas de ball.
2. Tots els gestos proposats han de ser respectuosos.
3. S'ha de formar la coreografia final unint les propostes de totes les persones participants.

**Material:** Equip de música i cançons

**Variant:**

- Quan un grup ensenya la seva coreografia, la resta de grups la imiten, com si fos una classe de ball o aeròbic.
- Quan tots els grups hagin ensenyat la seva coreografia, unir-les totes per formar-ne una de sola.
- Fer tot el repte sense utilitzar música.
- Fer servir la mateixa dinàmica per inventar ritmes o cançons amb percussió corporal.

- **FEM DE BOMBERS!**

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. Cada grup agafa un llençol, una tovallola o una bossa. Es tracta d'aconseguir fer arribar la pilota a tots els llençols.

**Normes:**

1. S'ha de fer que la pilota passi d'un llençol (o tovallola o bossa) a un altre, sense tocar el terra.
2. No es pot tocar la pilota amb les mans. La pilota només pot passar de llençol a llençol.
3. Cal aconseguir que la pilota passi pels 4 llençols.



**Material:** Llençols, tovalloles o bosses d'escombraries obertes (màxima superfície), 1 pilota

**Variants:**

- Afegir dificultat separant més entre els grups.
- Fer que la pilota passi dues vegades per cada llençol (o tovallola o bossa).
- Desplaçar-se tots els grups des d'un punt A a un punt B mentre va passant la pilota de llençol en llençol.

**Observacions:** Cal tenir en compte que es necessiten un nombre suficient de llençols, tovalloles o bosses per a cada grup.

- **CREUAR EL RIU**

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. Fer veure que ve una tempesta! A l'altra banda del riu hi ha una cova on el grup es pot refugiar, però abans ha d'aconseguir que totes les persones que el formen el travessin.

**Normes:**

1. Totes les persones del grup han d'arribar a l'altre costat del riu.
2. Cap persona pot tocar el terra en cap moment.
3. Fer servir el paper de diari per aconseguir travessar el riu. No es pot arrossegat el paper per avançar, però sí que es pot agafar-lo i manipular-lo.
4. Si alguna persona toca el terra, voluntàriament o involuntària, tot el grup torna a començar el repte.

**Material:** Paper de diari (tants fulls de paper com persones hi participin)

**Variants:**

- Reduir la mida del full de paper en cas de voler afegir dificultat.
- Reduir el nombre de papers per grup. Si al grup sou 8 persones, feu servir 5 fulls.

**Observacions:** En cas de no tenir paper de diari, fer servir un altre tipus de paper o de material esportiu, com ara cèrcols.

- **TOMBA LA TRUITA**

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. Es tracta de donar-li bé la volta a una truita! Tot l'equip està situat damunt una truita (matalàs) i cal donar-li la volta.

**Normes:**

1. Totes les persones han d'estar en tot moment damunt del matalàs. Ningú pot tocar el terra.
2. Si alguna persona participant toca el terra, voluntàriament o involuntària, tot el grup torna a començar.
3. S'haurà aconseguit superar el repte quan totes les persones del grup estiguin a l'altra cara del matalàs sense haver tocat el terra.

**Material:** Un matalàs per a cada grup

**Variants:** Tombar la truita sense fer servir ni les mans ni els braços.

**Observacions:** En cas de no tenir matalàs, fer servir un llençol. Pot ser un repte amb molt de contacte. Observar mentre es juga i anticipar-se perquè no hi hagi un excés de contacte que es pugui mal interpretar.

## 22. LA ROTLLANA

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. Cal que tot el grup arribi al final del camp de joc! Però no serà tan senzill com sembla...

**Normes:**

1. Tot el grup ha de formar una rotllana agafant-se de les mans. Totes les persones del grup han d'estar unides fins al final.
2. Cada grup té una pilota. La pilota ha de mantenir-se dins de la rotllana en tot moment. No pot sortir del cercol.
3. Totes les persones han de tocar una vegada la pilota, com a mínim.
4. Si no es compleix una de les tres normes anteriors, el grup torna a començar.

**Material:** 1 pilota per a cada grup

**Variants:**

- Incloure més pilotes per a cada grup: Si té dues pilotes, les dues han de mantenir-se dins de la rotllana en tot moment. Totes les persones del grup han de tocar, com a mínim, una vegada cada pilota.
- Recórrer l'espai més ràpidament: Calcular el temps que es triga en resoldre el repte una primera vegada. Repetir el repte per segona vegada i procurar fer el recorregut en menys temps.
- Tocar la pilota una sola vegada: Totes les persones poden tocar la pilota tan sols una vegada durant tot el recorregut.
- Fer el repte unint dos grups.
- Fer el repte amb un sol grup.

- **APAGUEU EL FOC!**

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. La cistella està en flames! I per poder apagar-la cada persona del grup ha d'aconseguir marcar una cistella, com a mínim, en el menor temps possible!

**Normes:**

1. Abans de cada llançament, totes les persones del grup han de tocar la pilota.
2. Tothom ha de fer cistella, una vegada com a mínim.

**Material:** Una cistella, i una pilota per a cada grup

**Variants:**

- Encistellar sense mirar la cistella, rebent les orientacions del grup.
- Formar un únic grup participant tothom alhora.

**Observacions:** Explicar a les persones participants que, abans de fer una passada, s'assegurin de que l'altra persona estigui mirant i preparada per a rebre la pilota. Si no està mirant, cal que l'avisin dient el seu nom abans de llançar-la. D'aquesta manera, estan respectant i procurant no fer mal a les

persones amb qui comparteixen l'activitat, i alhora estan assegurant l'èxit del repte.

Si diversos grups fan el repte alhora, quan un l'hagi superat, demaneu que animi als altres grups, fent-los reforç positiu.

- **LA MAREA**

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. Totes les persones del grup estan dretes, agafades de les mans, formant una rotllana. Per començar, un cercol ha de passar, travessat entre els braços de dues participants i cal tornar a agafar-se les mans. Totes les persones han d'aconseguir passar el propi cos per dins del cercol, de manera que aquest faci una volta a la rotllana.

**Normes:**

1. Una vegada començat el repte, no es poden deixar anar de les mans.
2. S'aconsegueix el repte quan el cercol torna a la 1a persona del grup.

**Material:** 1 cercol per a cada grup

**Variants:**

- Fer el repte mentre el grup es desplaça des d'un punt A a un punt B.
- Formar un únic grup amb tots els cercols: Cal que passin tots els cercols pels cossos de tothom.

**Observacions:** Si el grup és més gran de quinze participants, s'han d'introduir dos o tres cercols en una mateixa rotllana. Cal engrescar les persones participants perquè animin a les seves companyes i companys quan no sigui el seu moment de passar pel cercol.

- **LA CORDA QUE CREMA!**

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. Hi ha una corda a terra que separa un costat de l'altre de l'espai. Totes les persones del grup han de col·locar-se a un costat de la corda. S'ha d'arribar a l'altra costat passant per sota de la corda.

**Normes:**

1. No es pot tocar ni agafar la corda amb les mans.
2. Totes les persones han de passar per sota de la corda.

**Material:** Una corda per a cada grup

**Variants:** Resoldre el repte, canviant les parts dels cos que no poden tocar ni agafar la corda. Per exemple: No es pot tocar ni agafar la corda amb la panxa; o amb els braços; o amb els peus.

**Observacions:** Les cordes a utilitzar són les habituals de saltar, sempre que estiguin autoritzades pel Departament de justícia de l'administració on s'organitzin les Trobades Socioesportives. En cas de no ser possible, se'n poden fer de la següent manera: tallant dues o tres bosses de plàstic industrials perquè quedi tota la bossa extensa amb una sola cara, enrotllar-les i lligar-les pels extrems. Als dos extrems de les cordes lligar-hi dues pilotes de la mida de tennis amb una bossa de plàstic.

- **LLEGIM EL DIARI**

**Descripció del repte:** Formeu grups d'entre 6 i 8 persones. Cal tenir fulls de paper de diari. Es tracta d'aconseguir aguantar el màxim nombre de fulls de paper de diari entre totes les persones del grup. Els fulls no es poden tocar entre ells!

**Normes:**

1. Es poden tocar els fulls de diari amb totes les parts del cos.
2. Els papers de diari no es poden doblegar.
3. Els papers que cauen a terra no es poden tornar a utilitzar.
4. Si dos papers es toquen en qualsevol moment, s'han de deixar tots els fulls a terra i tornar a començar.

**Material:** Diversos diaris per a cada grup

**Variants:** Quan s'estigui aguantant el màxim nombre de fulls, desplaçar-se des d'un punt A a un punt B sense que caigui cap paper de diari a terra.

- **FEM PUJAR I BAIXAR EL CÈRCOL!**

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. Situar un cercol a terra. S'ha d'aixecar el cercol fins a l'alçada del cap i tornar-lo a deixar a terra de forma controlada.

**Normes:**

1. Únicament es pot tocar el cercol amb l'extrem del dit índex.
2. Només es pot tocar la part exterior del cercol. No se'n pot tocar la cara de dalt ni la de sota.

**Material:** Un cercol per a cada grup

**Variants:**

- Aixecar el cercol fins a l'alçada del cap, desplaçar-se d'un punt A a un punt B i baixar el cercol fins a terra de forma controlada.
- Unir dos grups i fer el repte conjuntament.

- **L'ILLA DE PLÀSTIC**

**Descripció del repte:** Formar grups d'entre 6 i 8 persones. Davant de cada grup hi ha una illa de plàstic (zona quadrada de 10 passes per banda). Dins d'aquesta illa hi ha diversos objectes de plàstic que estan contaminant el paratge. Cal aconseguir treure tots els plàstics de l'illa sense entrar-hi. El vostre grup cuida el planeta!

**Normes:**

1. No es pot entrar dins de l'illa de plàstic (la zona quadrada delimitada).
2. L'objectiu és buidar l'illa del plàstic! No s'ha de deixar cap material dins del quadrat.
3. Cal mirar a tot arreu, al voltant del grup. Potser hi ha algun estri que pugui ajudar a treure les coses!
4. Totes les persones han de treure un objecte, com a mínim.

### **Material:**

Material dins del quadrat delimitat: ampolles de plàstic, bosses de plàstic, cons petits

Material fora del quadrat delimitat: 4 pilotes

## **JOCS DE TORNADA A LA CALMA**

### **• EL SAMURAI**

**Tipologia:** Joc de tornada a la calma

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Les persones participants estan dretes formant una rotllana. El joc consisteix en passar-se l'energia entre totes. Només es pot passar l'energia si arriba de part d'una companya o d'un company.

Una persona comença el joc...

Com es pot passar l'energia?

- **Per passar l'energia cap a la dreta:** Cal fer un moviment amb el braç dret en direcció a la persona que hi ha just a la dreta. Al mateix temps, s'exclama "HÀ!".
- **Per passar l'energia cap a l'esquerra:** Es fa un moviment amb el braç esquerre en direcció a la persona que hi ha just a l'esquerra. Al mateix temps, s'exclama "HÀ!".

L'energia sempre va en la mateixa direcció, excepte si es canvia el sentit de l'energia. Com es pot fer?

- **Per canviar el sentit:** La persona que vol canviar de sentit fa un moviment aixecant i baixant els dos braços al mateix temps que exclama "HAKUM!". Immediatament, l'energia retorna a la persona anterior.
- **Per passar l'energia a una persona que no estigui just al costat:** S'allarguen els dos braços i es llança una puntada de peu a l'aire i endavant. Al mateix temps, s'exclama "WAKA!" i el nom de la persona a qui es passa l'energia.

Si una persona del grup es confon i comet una errada, tot el grup crida "SAMURAI!" aixecant els braços enlaire. Tot seguit, la persona que ha comès l'error comença una nova partida.

**Variant:** Es poden introduir tantes normes com es vulgui. L'objectiu d'afegir variants noves és fer que el joc sigui cada vegada més complicat.

**Observacions:** Es recomana introduir els moviments per passar l'energia d'un en un. En primer lloc, introduïu el "HÀ!" i, quan les persones participants entenguin el concepte, s'introdueix l'"HAKUM!". Per acabar, s'afegeix el "WAKA!". Quan totes les persones del grup hagin entès la dinàmica del joc, es poden anar afegint de forma gradual totes les normes noves que vulgueu.

### • LA CISTELLA REMENADA

**Tipologia:** Joc de tornada a la calma

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Totes les persones participants fan una rotllana, recorden el seu nom, i una se situa en el centre. La persona del centre inicia el joc assenyalant amb el dit a alguna participant del grup dient *llimona*, *taronja* o *cistella remenada*.

- Si diu *taronja*, la persona assenyalada diu el nom de la participant que té a la seva dreta.
- Si diu *llimona*, la persona assenyalada diu el nom de qui té a la seva esquerra.
- Si diu *cistella remenada*, totes les persones del grup canvien de lloc. La persona que era al centre de la rotllana intenta trobar un lloc lliure.

La persona que es queda sense lloc, se situa en el centre i torna a començar.

**Variant:** Escollir més fruites per afegir dificultat al joc: Per exemple, si es diu *cirera*, la persona assenyalada diu el nom de la persona del centre; o si es diu *pera*, cal dir tant el nom de la persona que es té a la dreta com el de la que es té a l'esquerra.

**Observacions:** Transmetre a les persones participants que tinguin cura amb els possibles xocs que hi pot haver quan hi hagi els intercanvis de lloc.



## • LA FOTOGRAFIA

**Tipologia:** Joc de tornada a la calma

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Dues persones són les fotògrafes i la resta del grup posa, immòbil, per tal de ser fotografiat. Les fotògrafes tenen un minut per observar i intentar recordar les posicions de totes les persones del grup.

Després del minut les fotògrafes es giren d'esquena al grup i deixen de mirarlo. Aleshores, el grup pot fer 5 canvis: canvis de posició entre persones, de postures, afegir o treure elements de la foto, expressions de la cara,...

Al final, les fotògrafes tornen a observar el grup i han d'esbrinar i corregir els canvis que s'han fet respecte a la fotografia inicial.

**Observacions:** Es poden anar variant les persones que representen el rol de fotògrafes (pot haver-hi tantes fotògrafes com es vulgui) i també es pot disminuir o augmentar el temps per observar la fotografia inicial.

## • DIRECCIÓ D'ORQUESTRA

**Tipologia:** Joc de tornada a la calma

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Totes les persones participants s'asseuen en una rotllana i una se situa fora d'aquesta. Es tria a una de les persones de la rotllana per tal que faci, en secret, el rol de directora d'orquestra. La persona escollida fa moviments simulant tocar un instrument i la resta del grup l'ha d'imitar. La directora pot canviar l'instrument que toca, procurant no ésser descoberta.

La persona que des de l'inici del joc es troba fora de la rotllana i desconeix qui fa el rol de directora, s'hi apropa i té 5 intents per esbrinar-ne la identitat.

**Variante:** Es proposa al grup que la persona directora simuli altres situacions. Com per exemple, una sessió d'aeròbic, una classe de ball o l'actuació d'uns bombers per apagar un foc.

- **LA VISITA AL MUSEU**

**Tipologia:** Joc de tornada a la calma

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** Es divideix les persones participants en dos grups.

Les persones d'un grup representen ser estàtues d'un museu i han de quedar immòbils repartides per l'espai de joc. Les persones de l'altre grup són les visitants del museu i, sense tocar les estàtues, han d'intentar fer-les riure.

S'acaba el joc quan el grup de visitants aconsegueix fer riure a totes les estàtues.

**Variante:** Quan una estàtua riu, canvia el rol i passa a ser visitant del museu.

## RITUAL DE SORTIDA

- **CRIT CONJUNT**

**Tipologia:** Ritual de sortida

**Material:** Cap

**Descripció del joc:** És una dinàmica que no requereix gaire estona i que té per objectiu llençar conjuntament un missatge final. Totes les persones que han participat a la jornada decideixen un lema final amb el qual fer un crit totes unides per a posar-hi el punt i final. Per fer-ho, se situen en rotllana i s'agafen de les mans o per les espatlles creant una gran pinya. Després del compte enrere, totes juntes criden el lema decidit.

Si hi ha moltes persones participants, amb l'objectiu d'evitar una gran rotllana amb les persones molt separades, es pot fer una rotllana més gran i posar-ne de més petites a dins.

- **COMIAT**

Per a conèixer-lo, el trobeu a l'"Onada de noms" dins l'apartat de jocs de tipologia Ritual d'entrada.

## REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES

- Furco, A. y Billig, S. H. (eds.) (2002). *Service-Learning: The essence of pedagogy*. Greenwich, CT: Information Age.
- Gómez-Granell, C; García-Milà, C.; Ripol-Millet, A.; Panchón, C. (coord.). (2015). *Infància, famílies i canvi social a Catalunya. Informe 2004*. Barcelona: CIIMU.
- Lleixà, T. y Ríos, M. (2015) . *Service-Learning in Physical Education Teacher Training. Physical Education in the Modelo Prison, Barcelona. Qualitative Research in Education, Vol. 4 No.2 .pp 106-133*.
- Martín, X. i Puig, J. M. (2017). *Aprendizaje servicio: conceptualización y elementos básicos*. En Rubio, L. y Escofet, A. (coords.). *Aprendizaje-servicio (ApS): claves para su desarrollo en la universidad*. Barcelona: Octaedro, ICE-UB.
- Martínez, M. (2008). *Aprendizaje servicio y responsabilidad social de las universidades*. Barcelona: Octaedro/ICE.
- Panchón, C. y Ríos, M. (2003-2013). *Memorias del programa "Educar y socializar a colectivos en riesgo de exclusión social en Nicaragua: centros penitenciarios, centros de salud mental y personas con discapacidad*. Universidad de Barcelona, Barcelona (documentos inéditos).
- Puig, J.M. (2010) *Aprentatge servei i ciutadania en el marc dels plans educatius d'entorn*. Generalitat de Catalunya. <http://xtec.gencat.cat/web/.content/alfresco/d/d/workspace/SpacesStore/0044/44222967-dc67-4d73-a843-07cde3cafc7a/Aprentatge-Servei-i-PEE.pdf>
- Ríos, M. (2014). *La intervención socio-educativa mediante la Educación Física: centros penitenciarios y de salud mental*". En Rubio, L., Campo, L,

- Sebastiani, E.M. (coords.), *Aprendizaje Servicio en Educación Física* (pp. 71-80). Barcelona : INDE.
- Ríos, M. (2001). “La aproximación a la realidad en el currículum universitario: encuentros sociodeportivos con internos de centros penitenciarios y con pacientes con trastorno mental severo”. En *Actas del XIX Congreso Nacional de Educación Física. Facultades de Educación y Escuelas de Magisterio*, Universidad de Murcia, Murcia, (pp. 483-492).
- Ríos, M. (2005). Educación física adaptada a pacientes con trastorno mental severo: un programa de formación, acción, investigación y de cooperación en Nicaragua. En *Actas del I Congreso internacional y XXIII nacional de Educación Física: en respuesta a la demanda social de la actividad física*. Universidad de Jaén e Instituto Andaluz del Deporte. Jaén, Editorial Gymnos (edición en CD).
- Ríos, M. (2007-2017). Memorias del programa "Intervenció socioeducativa mitjançant l'Educació Física en el Mòdul Psiquiàtric del Centre Penitenciari d'Homes de Barcelona (La Modelo). Universidad de Barcelona, Barcelona (documentos inéditos)
- Ríos, M. (2007). La educación física adaptada a pacientes con trastorno mental severo: un programa de Aprendizaje Servicio. *Informaciones psiquiátricas*, n. 187, pp. 69-80.
- Ríos, M. (2008). L'educació física en l'educació social: una experiència d'aprenentatge servei. En Martínez, M. (ed). *Aprenentatge servei i responsabilitat social de les universitats* ,(pp. 113-128). Barcelona: Octaedro
- Ríos, M. (2009). La Educación Física Adaptada a pacientes con trastorno mental severo: una experiencia de Aprendizaje Servicio. *Tándem*, n. 29 · pp. 79 -90 .
- Ríos, M. (2012). Educación Física e intervención socio-educativa. *Aula de Educación Educativa*, pp. 33-42.
- Ríos, M. (2015). La educación física como recurso de Intervención socioeducativa. Los créditos de APS en centros penitenciarios y de salud mental, *IPSE*, Vol 8, pp. 35-42.

- Ríos, M. (2017) El deporte como recurso de intervención social. *Revista d'intervenció Socioeducativa*, 65, pp.44-56.
- Ríos, M. (2012). Educació física i intervenció socioeducativa. En Puig, J. M. (coord.). *Compromís cívic i aprenentatge a la universitat. Experiències i institucionalització de l'aprenentatge servei*, (pp.33-42). Barcelona : Graó.
- Santos, M. A. y Lorenzo, M. (2010). La dimensión cívica y desarrollo formativo de los estudiantes universitarios en el contexto español, *Revista Electrónica de Investigación Educativa*. (En línea). Recuperado el 25-11-2014 en: <http://redie.uabc.mx/NumEsp2/contenido-rego.html>
- Vallaes, F. (2014). La responsabilidad social universitaria: un nuevo modelo universitario contra la mercantilización. *Revista Iberoamericana de Educación Superior (RIES)*, 5(12), 105-117.
- Vallaes, F., de la Cruz, C., y Sasia, P. (2009). *Responsabilidad social universitaria. Manual de primeros pasos*. Mexico DF: McGraw-Hill
- Vasilescu, R., Barna, C., Epure, M., & Baicu, A. (2010). Developing university social responsibility. A model for the challenges of the new civil society. *Procedia, Social & Behaviour Sciences*, 2, 4177-4182.
- Xarxa d'Aprenentatge Servei de les Universitats Catalanes (2019). *Guia 0. Fer aprenentatge servei a la universitat*. Barcelona: Xarxa d'Aprenentatge Servei de les Universitats Catalanes. Recuperado de [http://www.acup.cat/sites/default/files/2019-05/GUIA%20Fer%20aprenentatge%20servei%20a%20la%20universitat\\_DEF.pdf](http://www.acup.cat/sites/default/files/2019-05/GUIA%20Fer%20aprenentatge%20servei%20a%20la%20universitat_DEF.pdf)

## ANNEX 1 : COMPROMÍS QUE SIGNEN ELS I LES ESTUDIANTS UNIVERSITARIS PER PARTICIPAR EN LES TROBADES SOCIOESPORTIVES

COMPROMÍS PERSONAL DE L'ALUMNAT PER A PODER PARTICIPAR EN LES TROBADES SOCIOESPORTIVES DE L'ASSIGNATURA "XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX"

En/na \_\_\_\_\_ amb DNI \_\_\_\_\_, estudiant de la Facultat d'Educació de la Universitat de Barcelona, signant aquest document en data \_\_\_/\_\_\_/20\_\_\_ expressa el seu compromís de participar en l'activitat seguint les següents indicacions:

### **Quan la Trobada Socioesportiva es fa fora del Campus Mundet de la UB:**

1. S'accedirà al centre on es desenvolupi l'experiència amb roba esportiva ampla i amb pantalons de xandall. Les malles, la roba cenyida, les samarretes de tirants o escotades, la roba baixa de cintura o que permeti veure el melic no estan autoritzades. Tampoc es permet, per raons higièniques, anar-hi amb maquillatge, ni dur arracades grans o llargues, braçalets o collarets. El cabell llarg caldrà que estigui recollit.
2. Per accedir als centres penitenciaris cal dur el DNI. Si no es du o està caducat no s'hi podrà accedir.
3. No es pot participar en l'activitat amb telèfon mòbil, ni accedir-hi, en el cas dels centres penitenciaris, amb objectes potencialment perillosos (paraigua, ganivet, tissors, etc).
4. S'ha d'accedir als centres amb el mínim d'objectes possible (carpetes, motxilles, bosses...), deixant tots els objectes personals als armariets o al lloc que es designi per a aquest fi.
5. No es pot fumar durant el període de temps que duri l'activitat.
6. No es pot facilitar a les persones que participin en l'activitat cap mena de dada personal, telèfon, adreça de correu electrònic, adreça postal o qualsevol altra que permeti la localització de l'alumnat.
7. No es permet fer cap regal o obsequi a les persones participants en l'activitat.
8. Per tal de preservar l'anonimat de les persones participants, qualsevol dada que es faci evident durant l'activitat serà considerada confidencial i no se'n podrà fer cap ús ni divulgar-la.

### **Quan la Trobada Socioesportiva es fa en el Campus Mundet de la UB:**

9. En aquestes recepcions no es poden consumir begudes alcohòliques, ni fer fotos o gravar imatges de la Trobada Socioesportiva que incloguin les persones convidades participants.
10. Està totalment prohibit donar begudes alcohòliques o diners a les persones convidades de fora del campus durant les recepcions que es facin al Campus Mundet de la UB.
11. En aquestes recepcions cal tenir també en compte els punts 1, 5, 6, 7 i 8 d'aquest compromís.

**L'estudiant que incompleixi algun punt d'aquest compromís no podrà tornar a participar a les Trobades Socioesportives, ni als Centres on es desenvolupin ni quan aquestes tinguin lloc en el Campus Mundet de la UB.**

SIGNATURA ESTUDIANT

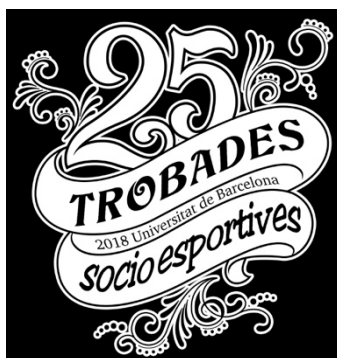
VIST-I-PLAU

Professor o professora: XXXXXXXXX

## ANNEX 2 : MODEL DE PROGRAMA DE LES TROBADES SOCIOESPORTIVES AL CAMPUS MUNDET DE LA UNIVERSITAT DE BARCELONA

### PROGRAMA DE LA XXV TROBADA SOCIOESPORTIVA

#### UNIVERSITAT DE BARCELONA – CENTRE PENITENCIARI QUATRE CAMINS



**Dimarts, 8 de maig de 2018**

**Campus Mundet de la Universitat de Barcelona**

La jornada inclou una mostra d'artesanía realitzada al CP d'Homes Quatre Camins, que estarà situada a l'espai entre l'Edifici Calderes (Gimnàs) i el bar.

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>9.45 a 10 h</b>       | <i>Edifici Calderes (Gimnàs)</i><br>Arribada dels convidats i recepció per part de l'alumnat de la Facultat d'Educació de la UB.                 |
| <b>10 a 10.45 h</b>      | <i>Sala de Graus de la Facultat d'Educació. 4a planta. Edifici Migdia I</i><br>Recepció de la Degana de la Facultat d'Educació, Dra. Roser Boix. |
| <b>11 a 13.30 h</b>      | <i>Per tot el campus</i><br>Gimcana per a conèixer el Campus mitjançant activitats ludicoesportives.   |
| <b>13.30 h a 14.30 h</b> | <i>Menjador del Campus</i><br>Dinar.   |
| <b>14.30 h a 15.15 h</b> | <i>Terrassa del bar</i><br>Cercle de percussió, a càrrec de Pau Gimeno, professor de Didàctica Aplicades de la UB.                               |
| <b>15.30 a 17.30 h</b>   | <i>Edifici Calderes (Gimnàs)</i><br>Activitats motrius cooperatives.   |
| <b>17.30 a 18 h</b>      | <i>Edifici Calderes (Gimnàs)</i><br>Cloenda.   |