

ESTUDI OBSERVACIONAL SOBRE LES REPERCUSSIONS DE LA INTRODUCCIÓ D'ACTIVITAT FÍSICA PLANIFICADA A L'HORA DEL PATI EN ELS HÀBITS I ESTILS DE VIDA DE L'ALUMNAT D'ESO

Joan SANCHO i SANCHO

Màster de Formació de Professorat de Secundària

Tutor: Albert Juncà

Facultat d'Educació – Universitat de Vic

Vic, Juny de 2011

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ.....	3
2. EL PATI, UN ESPAI PER DESCOBRIR.....	4
3. OBJECTE TEÒRIC	11
4. ACTIVITAT FÍSICA AL PATI I HÀBITS DELS ALUMNES	12
5. METODOLOGIA	14
5.1. Contextualització	15
5.2. Disseny	16
5.3. Intervenció.....	17
5.4. Observació	18
5.5. Temporalització de les tasques i estratègies	20
6. RECOLLIDA I ANÀLISI DE DADES	26
7. CONCLUSIONS I DISCUSSIÓ	27
8. BIBLIOGRAFIA	29
ANNEXOS	
1. DISTRIBUCIÓ GRÀFICA DELS ESPAIS AL PATI.....	32
2. FULL INFORMATIU.....	33
3. QÜESTIONARI PRE-POST ALS ALUMNES D'ESO	35
4. ENTREVISTA PRÈVIA ALS PROFESSORS	36
5. FULL DE REGISTRE ANECDÒTIC	39
6. RESPOSTES A LES ENTREVISTES PRÈVIES ALS PROFESSORS.....	40

1- INTRODUCCIÓ

El pati, com a lloc físic dintre de l'escola o institut, ha estat sempre un espai on s'hi ha desenvolupat activitats de tot tipus i característiques. Segons quina sigui la seva situació i el seu entorn, segons les característiques dels professors que desenvolupen la seva tasca, segons les motivacions i la implicació d'aquests professionals de l'educació en el centre, aquest espai haurà adoptat durant el transcurs del temps un cert tipus de funcions o unes altres.

Una petita ullada al pati de l'escola o institut d'una població determinada et permet saber moltes coses sobre el seu alumnat, les seves característiques, els hàbits adquirits o les seves motivacions per un cert tipus d'activitats o unes altres, ja siguin físiques o no. Però també, a través d'aquest cop d'ull, hi podríem apreciar les característiques i motivacions del professorat en relació al seu entorn, la política educativa del centre, possibles projectes o restriccions del mateix.

La descripció, des del punt de vista extern, d'un pati on s'hi practica activitat física de forma planificada diferiria d'un altre on no s'hi practica cap tipus d'activitat amb un mínim de planificació i participació, aquest és un dels aspectes que considero més rellevants, que m'han cridat més l'atenció i que m'han fet decantar per aquest camp de treball.

Després de fer un repàs general sobre bibliografia representativa m'he adonat que no hi ha gaire informació sobre les conseqüències de la introducció d'activitat física a l'hora del pati. Per això, una de les qüestions que es plantegen en aquesta investigació són les repercussions que aquesta activitat física provoca en l'alumnat, així com les modificacions que es puguin produir en els seus hàbits de vida.

2- EL PATI, UN ESPAI PER DESCOBRIR

La multiplicitat d'elements que conformen la realitat de tot el que envolta el pati o lloc d'esbarjo en un centre educatiu fa que des d'una perspectiva investigadora, sigui molt complex dur a terme estudis per la influència directa i indirecta d'aquests elements que no podem controlar. Per a Pavía (2005:17) el pati és un espai complex on hi conflueixen i s'hi relacionen diferents elements que fan que en les investigacions que s'hi vulguin dur a terme, qualsevol petit canvi no planificat, pot fer que l'objecte d'estudi canvi de manera radical adoptant un altra forma completament diferent a la que havíem planificat des d'un començament.

Sense cap mena de dubte, el dia a dia de cada centre ens mostra gairebé una realitat corresponent a cadascun d'ells, formada per diferents factors referents a l'espai o entorn on es desenvolupa l'hora de pati, els jocs o pràctiques esportives que s'hi duen a terme i les motivacions que se'n deriven, les influències demogràfiques i socioeconòmiques en aquests o l'apropiació dels espais per grups o subjectes. Tots aquests aspectes els haurem de tenir en compte a l'hora de començar una investigació on l'esbarjo sigui el focus principal de tot l'entorn.

Seguint el mateix fil i amb una idea més concreta, Samaja, citat en Pavía (2005:17) afegeix l'existència de petits espais singulars dintre de l'esbarjo, espais que cada subjecte es va apropiant durant el pas del temps, espais on es duen a terme unes activitats determinades, com les pistes esportives, sectors que es caracteritzen pels dissenys arquitectònics o els dibuixos i pintades fetes pels propis alumnes, bancs situats més o menys amagats, més o menys prop d'altres instal·lacions com la cafeteria, l'aula o el gimnàs. Tots aquests espais són els que caracteritzen cada escola o institut, i encara que tots els esbarjos estiguessin construïts de la mateixa manera, amb els mateixos espais i materials, les activitats que s'hi durien a terme en cadascun d'ells serien diferents, els espais utilitzats en cada cas tindrien objectius diferents, i per tant, l'evolució a través dels anys, faria que es produïssin canvis en aquests espais influenciats i determinats per totes aquestes situacions.

Un dels principals problemes o conflictes que ens podem trobar a l'hora d'intervenir en el temps d'esbarjo fa referència a la situació del mateix, i a les rutines que s'han anat arrelant en el temps, Carranza i Mora (2003:53) fan un diagnòstic d'aquest temps d'esbarjo, anomenant alguns dels principals problemes que ens podem trobar: "Ante las reiteradas quejas de los alumnos y profesores en relación con la dinamización del espacio del patio escolar: "Siempre escogen los mismos", "Siempre jugamos a lo

mismo”, “Los chicos de hoy en día no saben distraerse sin un balón”, no es de extrañar que ante situaciones de este estilo el patio de la escuela pase a convertirse en una zona de conflicto entre los mismos chicos, que ven reducidas sus posibilidades de relación, creatividad y juego.” Així, una de les conseqüències que pot tenir una mala planificació i organització del temps dedicat al pati, pot ser la reducció de la creativitat i de les relacions entre els propis alumnes, i de forma paral·lela es pot produir també un augment dels conflictes en aquest espai produïda per les dissonàncies que apareixen citades en aquest fragment.

A continuació, els mateixos autors afegeixen que en els darrers anys les activitats que es duen a terme a l'hora del pati s'han anat reduint, sent el futbol el seu màxim representant, i organitzant-se la resta al voltant d'aquest. Però per a ells aquest fet no és estrany, ja que com comenten, molts professors, davant la falta de recursos per a desenvolupar noves activitats, veuen en la pilota l'element organitzatiu més senzill i eficaç a simple vista.

En referència a l'espai, Carranza i Mora (2003:54) també destaquen els canvis i transformacions que ha anat patint aquest en els darrers anys. Aquestes modificacions han fet dels espais amplis amb arbres, vegetació o arena, que proporcionaven als alumnes una infinitat de possibilitats, unes zones completament tancades amb reixes de metall, amb el terra cimentat, i en algunes ocasions amb fortes mesures de seguretat i rigorosament normativitzades. S'ha passat d'espais altament enriquidors i motivants per als alumnes, a altres on tot sembla estar controlat, en quant a espais i material utilitzat, per a que els nens seguïn a esmorzar durant la seva mitja hora de descans i no moguin gaire enrenou.

Finalment aquests dos autors adverteixen que aquestes limitacions d'espai i material que podem observar en l'actualitat a les escoles i instituts, dificulten les possibilitats de trobar noves situacions lúdiques per als alumnes, reduint no només la seva capacitat d'imaginació, sinó també la seva disponibilitat de moviment, cosa que més tard es manifestarà en una actitud inquieta a les aules, afectant el seu desenvolupament i el de la resta de companys.

Una de les qüestions que cal que ens plantejem, a banda de les repercussions que pugui tenir el fet d'introduir activitat física planificada a l'hora del pati en alumnes d'ESO, és: per què i per a què?

Un dels motius pel qual defensa l'autora Ponce (1999) la introducció d'activitat física a l'hora del pati és el fet d'incidir especialment des de tots els centres docents en el

temps lliure dels nens/es i adolescents com a part de l'educació no formal que també s'ha de dur a terme des de les institucions educatives per tal que aquest sigui un temps educatiu en pro del desenvolupament de la persona: "Sabem que avui en dia l'educació no es pot circumscriure, únicament, a l'àmbit escolar, sinó que existeix un temps lliure en els nostres alumnes que cal encarrilar des de la institució formal per convertir-lo en un temps de lleure, un temps formatiu on el desenvolupament, la diversió i el descans es conjuguin a l'uníson a favor d'un desenvolupament de la persona."

La mateixa autora continua argumentant que des que en la societat s'ha anat formant la idea de temps lliure i d'oci, és totalment comprensible que la societat demani una "educació encertada en, per a, i del temps lliure" com a eina per a utilitzar-lo de la millor manera possible, amb perspectives de gaudi i enriquiment personal.

Segons Pavía (2005:23-25) aquests arguments podrien ser rebutjats per pensaments populars exposant que les demandes recreatives, on es podrien incloure les físico-esportives a l'hora del pati, de la població en general, i dels nens, nenes i adolescents en particular, han de ser satisfetes en altres espais. Però és possible que en molts llocs hi hagi una carència d'espais públics alternatius, i on el nivell socioeconòmic d'algunes famílies no permeti la pràctica d'aquest tipus d'activitats d'una forma regular per part dels nens fora de l'entorn escolar. Continua posant per exemple algunes escoles dels Estats Units, on estan sent construïdes sense el tradicional espai per a jocs infantils per la creixent pressió per a millorar el rendiment acadèmic i la nova dinàmica de "classes modernes", que tornarien innecessaris aquests talls en el ritme de treball. Aquesta eliminació del temps de descans, es recolzaria també amb la disminució de despeses destinades a l'equipament i manteniment d'aquests espais exteriors, la reducció dels riscos d'accidents i en relació, la reducció de les demandes i contractació d'assegurances.

Però, hem de ser capaços de discernir entre una visió de caire quantificador, basada en rendiments econòmics i resultats acadèmics, que posa per sobre de tot l'optimització d'aquests dos elements, d'una altra de tipus qualificador, basada en la importància del procés educatiu i de formació continua del nen/a o adolescent, dintre del context de l'escola plural, com a element indicador de la qualitat del sistema, i que destaca com a objectiu principal a assolir, que tothom sigui capaç d'ocupar un lloc i una funció dignes en la societat. Com comenta Santos Guerra, citat en Pavía (2005:22): "Sería un error reducir el análisis de los patios a una cuestión de metros cuadrados y nociones de costo-beneficio. Es necesario también incorporar la

dimensión subjetiva del espacio vivido más allá de interpretaciones pragmáticas supuestamente objetivistas.”

Un altre dels arguments que defensa l'ús de l'hora d'esbarjo, i el pati en sí mateix com a un espai de desenvolupament de nens i adolescents, és el que trobem en Pavía (2005:23) on es fa una crida a la utilització del pati com a espai significatiu d'aprenentatge per als nens on poden interaccionar i establir relacions lúdiques amb altres nens i nenes d'edats i contextos diferents.

A partir d'aquesta referència, s'entén també, el valor vivencial i físic que representa el pati com a entorn, i aquest és, un dels valors afegits més preuats per als nens en el segle XXI on cada cop són més escassos els moments i els espais destinats a la interacció i relació entre nens i nenes.

En aquest punt és on es pretén incidir des de l'educació física. A partir del component lúdic dels jocs i esports, i tenint-lo com a eix principal de tota activitat física, introduir elements que siguin útils i beneficiosos per als alumnes i a la vegada, que aquests elements estiguin integrats completament en la mateixa dinàmica de la pròpia pràctica, de manera que els alumnes ho realitzin i desenvolupin de forma automàtica. I de la mateixa manera, per veure les repercussions, i establir-hi relacions amb la introducció d'activitat física a l'hora del pati.

A mode il·lustratiu i per a que ens serveixi a tots plegats com a referència, un dels projectes que ha adquirit més força i renom en els darrers anys a Catalunya sobre pràctica esportiva i educació a l'hora del pati, és la campanya *compta fins a tres*¹, sorgida amb motiu del procés de participació generat en el marc del Congrés de l'educació física i l'esport en edat escolar a la ciutat de Barcelona. A través de totes les institucions i entitats signants, es proposa una campanya per la difusió dels valors implícits en les activitats esportives en edat escolar. A continuació se'n presenten alguns d'ells:

- Experiències del treball en equip
- Superació personal
- Intercanvi constant de vivències
- Esforç individual i col·lectiu per a un objectiu comú

També des de la pròpia campanya es pretén oferir a les famílies dels nens i nenes orientacions i recursos per a tenir una conducta més adequada davant l'activitat física i

¹ Institut Barcelona Esports. [En línia] Disponible a:
<http://www.comptafinsatres.com/ca/index.html>

esportiva dels seus fills i filles, intentant configurar una base sòlida d'esport escolar més educatiu.

Un altre dels projectes que podem exposar com a referent és el dut a terme pel professors i cap de departament d'EF a l'IES Celestí Bellera de Granollers, Carles Ventura.

El cos del projecte, amb paraules de l'autor, consta principalment de tres pilars bàsics, que són:

- *“Valors i educació física”*: des de la mateixa àrea d'educació física. Al llarg de tota l'ESO es procura que l'alumnat conegui els diferents elements lligats a l'esport: la violència, la discriminació per gènere, la salut i el culte al cos, etc.; i també es procura que, alhora, en tingui una visió crítica.
- *Projecte “Esport al pati: juguem per divertir-nos”*.
- *Durant l'hora del pati, són els alumnes els qui organitzen diverses lligues esportives, sempre d'acord amb els valors positius treballats a classe².*

A banda d'aquests tres punts, també n'hi ha un quart que és la creació d'una associació esportiva a través de la qual es desenvolupen activitats esportives extraescolars, al mateix temps que s'implica a l'alumnat en el projecte i se'l fa responsable del funcionament d'aquesta.

A nosaltres ens interessa sobretot el segon i el tercer punt, els quals tracten íntegrament de l'esport i l'activitat física al pati.

Per a fer un símil amb tots dos projectes, a continuació es presenta un paràgraf extret del document *Els valors cívics a través de l'Educació Física i l'Esport*, Ventura, C. (2008) on es posen de manifest quins són els objectius principals del projecte.

No es pretén únicament que l'alumnat practiqui esport (continguts procedimentals), sinó que sigui capaç d'autoorganitzar-se i de planificar les activitats (continguts conceptuals), així com ser capaç de desenvolupar la capacitat de col·laboració, responsabilització i respecte vers els altres (continguts en actituds, valors i normes).

La principal diferència que podem apreciar, és que en el projecte que es pretén desenvolupar, els alumnes poden escollir quin serà l'esport que realitzaran dintre dels

² *Els valors cívics a través de l'Educació Física i l'Esport*. Ventura, C.(2008)
<http://www.xtec.cat/practicomp/pdf/iescelestibellera.pdf>

tres grans blocs plantejats. Aquest fet pot ser positiu per als alumnes ja que ells seran els encarregats de triar la seva activitat dintre d'una àmplia gamma, i en principi, això hauria de fer que els nivells de motivació dels que participen siguin més elevats, però també, al mateix temps, pot representar un problema inicial del projecte si no es té amb compte, per això hem de ser conscients de tots els punts fort i febles del mateix per a poder planificar i programar cada pas de la manera més acurada possible i tenint amb compte totes les variants.

Una de les guies a tenir en compte que podem consultar en aquest camp d'investigació i en el qual hi trobarem moltes altres referències d'estudis i projectes, és: *Els patis de les escoles: espais d'oportunitats educatives*, dels autors Marín, I.; Molins, C.; Martínez, M.; Hierro, E.; Aragay, X. (2010) Editada a través de la Fundació Bofill.

Aquesta guia tracta sobre el pati de l'escola com a espai educatiu, i es basa en diferents centres de mostra on s'han realitzat les observacions sobre la morfologia, les intervencions, o la perspectiva de l'alumnat. A més a més, també hi ha un apartat on s'exposen un seguit d'experiències significatives en el mateix àmbit, dintre de l'estat espanyol, i fora d'aquest, sobretot al Regne Unit. A continuació, i per tenir-ne una referència visual més acurada, es presenta una d'aquestes experiències significatives relacionada estretament amb el projecte que aquí es presenta:

EL PATIO ESCOLAR. UN ESPACIO EDUCATIVO: http://web.educastur.princast.es/cpr/nalon_caudal/downloads/3237elpatioescolarunespacioeducativo.pdf	
Dades generals	Projecte per a la millora de la convivència al col·legi públic Zamakola (Ajuntament de Bilbao) que s'inicia per abordar des de la vessant lúdica d'intervenció a través del joc els problemes que es produeixen en el pati.
Objectiu	Aprofundir en l'aprofitament de l'estona de pati per als aprenentatges positius, relacionats amb la convivència d'iguals.
Idees força	Educació en valors associats a l'espai d'esbarjo. Implicació de l'alumnat en la responsabilitat del material (són els alumnes els encarregats de distribuir i recollir el material). Aprenentatges adquirits al pati relacionats amb el desenvolupament personal i social de l'alumnat, potenciació de la relació amb els iguals, integració d'alumnes en un grup, etc. El pati com un espai idoni per a l'observació dels alumnes i del seu comportament amb els iguals.

Després de presentar el recull d'experiències significatives, s'exposa un apartat de conclusions relacionat amb aquestes experiències, a partir del qual podem extreure'n algunes que ens seran útils per a aquest cas:

- Cal considerar els patis escolars com a espais educatius de primer ordre, ja que és l'escenari idoni per a desenvolupar algunes de les competències bàsiques que formen part del currículum (autonomia i iniciativa personal, competència social i ciutadana).
- Alguns elements afavoridors del joc i les activitats que es duen a terme són:
 - o Mida dels patis
 - o Segregació de les pistes esportives (per a deixar lloc a altres activitats)
 - o Varietat de superfícies en quant a tipus de terra i nivells
 - o Varietat de zones
 - o La presència del verd i d'entorns naturals
- Dotar d'intencionalitat educativa el pati, amb la implicació de tota la comunitat escolar.
- Aquest procés participatiu té com a objectiu el canvi de rols i actituds dels diferents agents que intervenen respecte a la concepció del pati.

El treball segueix amb un apartat de conclusions, amb la presentació d'un seminari en el punt següent, i finalitza amb un apartat dedicat al plantejament d'alguns projectes de futur.

Un dels punts de l'apartat de conclusions tracta sobre el dilema a l'hora del pati d'intervenir o deixar fer. En aquest punt es comenta que no hi ha coherència entre els discursos del professorat quan es refereixen al joc i les activitats al pati com a eines educatives i de transmissió cultural i les seves pràctiques al pati.

Un dels discursos més repetits en les entrevistes realitzades als equips directius és la d'interpretar i entendre el joc al pati com a estona de joc lliure, esbarjo i descompressió, justificant així que no hi hagi cap mena d'intervenció dels adults, ja que això significaria orientar o dirigir les activitats que els infants realitzen al pati. D'això en diem "la fal·làcia del joc lliure", ja que el veritable joc lliure es relaciona amb flexibilitat, espontaneïtat, i reflecteix l'acció educativa d'autonomia, iniciativa i creativitat.

Però la no-intervenció és, ho vulguem o no, una forma d'intervenció, que deixa que les circumstàncies i casualitats governin l'espai, les

activitats i les relacions, sovint lluny dels objectius educatius i voluntats exposades en els discursos i projectes escolars.

Aquest paràgraf extret textualment del document reforçaria el nostre posicionament en quant al debat generat al voltant del dilema entre intervenir o no intervenir a l'hora del pati en les activitats que s'hi duen a terme.

3- OBJECTE TEÒRIC

Com s'ha exposat a través del marc teòric del projecte, el pati és un espai on s'hi poden desenvolupar activitats de tot tipus i de característiques molt diferenciades. Un dels factors que afectarà en la tria és l'entorn on està ubicat el centre, les activitats esportives que s'hi desenvolupen i tenen més ressò, i que per tant hi estan més ben arraigades. Però també s'hi veuran involucrats factors com la incidència que l'equip directiu ha fet sobre aquest espai al llarg dels darrers anys, facilitant unes activitats o unes altres, potenciant projectes de centre, habilitant espais o posant a disposició dels alumnes infraestructures i material, per exemple.

Per tant, és a través d'aquesta proposta d'intervenció pràctica com es vol incidir en l'espai d'esbarjo dels alumnes de l'IES Manel Blancafort de La Garriga.

Els motius que impulsen la creació d'aquesta intervenció pràctica són bastant clars. Primerament es vol fer una proposta d'introducció d'activitat física al pati que s'ajusti a les característiques del context del centre en el qual volem concretar la proposta per a poder, d'aquesta manera, observar les repercussions en els hàbits i estils de vida de l'alumnat. De manera secundària, un altre dels aspectes en el qual es vol incidir a partir d'aquesta intervenció és el d'intentar augmentar el nivell de participació i de pràctica física dels alumnes, primerament dintre de l'espai destinat a l'hora del pati, cosa que permetrà tenir uns valors de referència en quant als resultats de la investigació més fiables, i posteriorment, que aquest augment repercuteixi també en les activitats i les pràctiques físiques dels i les alumnes fora del centre.

La dificultat, en quant a la complexitat, que representa posar en marxa un projecte d'aquestes característiques, amb alumnes de secundària i al pati, queda en part compensada per la llibertat controlada que els alumnes tindran en el moment d'escollir l'activitat, l'espai, o el material que s'utilitzarà en cada cas. Del que es tracta doncs, és que els alumnes siguin els encarregats i els responsables en primer terme de les

activitats que ells mateixos han escollit i han organitzat. Com més espais disponibles siguin utilitzats a l'hora del pati millor, voldrà dir que més alumnes hi ha que s'han preocupat de planificar mínimament una activitat per a dur a terme i que, per tant, han entrat a formar part del projecte.

Quan parlem de llibertat controlada ens referim a que els alumnes tindran unes normes mínimes a seguir sobre seguretat, organització, ordre, comportament i participació³, i a partir d'aquí, ells seran els qui tindran la capacitat de decidir i escollir un tipus d'activitat o una altra segons la classificació establerta d'esport d'equip, esport individual / col·lectiu, i activitats gimnàstiques o rítmiques amb suport musical.

Aquest fet ens permetrà establir un paral·lelisme amb el temps lliure o temps d'oci fora del centre, ja que en aquest cas també hi ha una certa llibertat però controlada per les normes socials i familiars preestablertes. Per tant, el que es pretén és oferir un guiatge als alumnes a partir d'aquesta situació controlada incidint en la planificació i organització del seu temps lliure al pati.

Així la hipòtesi que es planteja és:

Quines repercussions té la introducció d'activitat física planificada a l'hora del pati en els hàbits i estils de vida de l'alumnat d'ESO de l'IES Manel Blancafort?

4- ACTIVITAT FÍSICA AL PATI I HÀBITS DELS ALUMNES

Per a dur a terme el projecte s'han de plantejar un conjunt de conceptes, dimensions i indicadors que ens permetran observar de manera concreta tots aquells aspectes que influeixen en el nostre objecte d'estudi.

El pati, és un espai amb una gran complexitat i en el qual interaccionen i s'hi relacionen una multitud d'elements. La introducció d'activitat física pot ser un punt d'inflexió més en aquestes relacions i produir variacions en elles que puguin influenciar en uns aspectes o uns altres. Per això, el primer concepte i eix principal del projecte és **l'activitat física al pati**, i les dimensions que d'aquest es desprenen són l'organitzativa, la psicològica i de diversitat.

³ La normativa es pot consultar al punt número 1 dels annexos, dintre del full informatiu

La **dimensió organitzativa** tracta sobre tots aquells aspectes que puguin influir en les activitats que es duran a terme, entre les quals voldria destacar com a indicadors el tipus d'activitats que es duen a terme, els espais disponibles i en els que es durà a terme la/les activitats, el nombre de participants o grups que hi participen, i el temps disponible i la seva distribució.

La **dimensió psicològica** tindrà com a referència tots els elements motivacionals i d'interessos individuals de cada subjecte que puguin influenciar en la pròpia pràctica. Així els indicadors són la motivació, i els interessos o preferències dels alumnes.

La tercera **dimensió** d'aquest primer concepte tracta sobre la **diversitat** en relació a diferents aspectes com el material, l'espai, o els jugadors, aquests tres seran els seus indicadors.

TAULA 1 Concepte, dimensions i indicadors.

CONCEPTE	DIMENSÍÓ	INDICADORS
Activitat física al pati	Organitzativa	Tipus d'activitat
		Espais
		Nombre de participants / grups
		Temps
	Psicològica	Motivació
		Interessos / Preferències
	De diversitat	Material
		Espai
		Jugadors / Participants

El segon dels conceptes, el qual ens servirà per a extreure les dades referents a les repercussions que aquesta activitat física planificada a l'hora del pati provoca en els alumnes és **l'estil de vida dels alumnes**, i les tres dimensions que sorgeixen d'aquest segon concepte són l'activitat física, l'alimentació i altres hàbits.

La **dimensió de l'activitat física** englobarà aspectes sobre els hàbits de pràctica habituals, definint com a indicadors la tipologia d'activitats, la seva intensitat, i el temps

dedicat setmanal a aquestes activitats. De tots aquests indicadors en podrem extreure una visió més general sobre el nivell de sedentarisme dels alumnes.

La **dimensió de l'alimentació** tracta sobre tots aquells hàbits de vida referits a aspectes alimentaris dels alumnes, prenent com a indicadors el tipus d'aliments ingerits durant el dia segons el grup alimentari, i les quantitats de cadascun d'aquests.

Dintre de la **dimensió d'altres hàbits** hi apareixeran com a indicadors altres hàbits que poden ser nocius i influenciar negativament sobre la pràctica d'activitat física en l'adolescent. Els indicadors d'aquesta dimensió són el tabaquisme i l'alcoholisme.

TAULA 2 Concepte, dimensions i indicadors.

CONCEPTE	DIMENSIONS	INDICADORS
Hàbits / Estils de vida	Activitat física	Tipologia
		Intensitat
		Hores d'AF setmanals
	Alimentació	Tipus (grup alimentari)
		Quantitat
	Hàbits tòxics	Alcoholisme
		Tabaquisme

5- METODOLOGIA

Per a poder observar les repercussions de la introducció d'activitat física a l'hora del pati, primerament s'haurà de dissenyar una intervenció la qual s'utilitzarà per a aquesta finalitat. Aquesta intervenció anirà dirigida a tots els alumnes d'ESO de l'IES Manel Blancafort de La Garriga i tindrà una durada d'un curs acadèmic. Abans de dur a terme la intervenció hi haurà un primer període d'observació, durant la intervenció es durà a terme un registre anecdòtic de conductes dels alumnes i en finalitzar el procés es produirà l'últim període d'observació planificat per a poder analitzar i comparar els resultats obtinguts.

5.1. Contextualització

Cada espai escolar adopta amb el temps un cert tipus de funcions o unes altres, es promocionen un cert tipus d'esdeveniments que fan que, a la vegada, s'hi generin i s'hi desenvolupin unes activitats o unes altres, hi conviuen i hi interaccionen amb més o menys grau alumnes de procedències i cultures diferents, i tot això hem de ser capaços de captar-ho per a posteriorment tenir-ho en compte abans d'iniciar la proposta.

Així, per a entendre i tenir una referència més clara del lloc geogràfic on es contextualitza el projecte, convindria fer una petita pinzellada a l'entorn i les seves característiques per a poder, d'aquesta manera, conèixer alguns dels elements amb els que posteriorment interaccionarem durant el període de desenvolupament del mateix.

La Garriga és un nucli urbà amb una població de 15.069 hab. segons el cens del 2010. El nivell socioeconòmic és mig, amb nuclis de població mig-alt diferenciats. No hi ha nivells alts d'immigració, ni tampoc problemes relacionats amb algun d'aquests col·lectius. Sobre el centre, les instal·lacions són adequades per a la pràctica física, ja que disposen d'un petit gimnàs amb material esportiu, un pavelló poliesportiu a vint-i-cinc metres on s'hi realitzen la major part dels esports al llarg del curs, dues pistes exteriors marcades reglamentàriament amb porteries i cistelles de bàsquet, una zona boscosa en el propi centre, i també hi ha a la disposició, per si fora necessària, una piscina municipal reglamentària a uns vint minuts caminant des del mateix centre. La quantitat i qualitat de material i els recursos dels quals disposen són també els adequats per a poder dur a terme el projecte en les millors condicions. Els voltants del centre, amb zones de camp i bosc natural, també fan possible la utilització dels mateixos per a activitats a la natura o a l'aire lliure.

En els darrers anys, s'ha introduït amb un nivell de satisfacció bastant elevat el bàdminton com a esport escolar per excel·lència, i des del qual, per mitjà de tornejos i competicions escolars, el centre ha aconseguit una popularitat notable arreu de la comarca.

Pel que fa als projectes que s'hi desenvolupen en trobem varis de tipologia diferent, com per exemple, l'1x1 referent a la implantació d'ordinadors personals per a cada alumne per a seguir les classes, el projecte de lectura, de mediació escolar, on es formen grups d'alumnes que s'encarreguen de resoldre possibles conflictes entre alumnes o el propi Plà Català de l'Esport a l'Escola, del qual se'n deriva l'Associació

Esportiva Manel Blancafort, format per alumnes, pares i mares i professors, que organitza cada curs sortides, trobades i diades de l'esport escolar amb altres centres del territori.

Els trets característics que diferencien el centre i que podem trobar en el seu Projecte Educatiu Curricular com a elements diferenciadors i eixos sobre els quals es fonamenta l'acció educativa del centre són l'acció tutorial, l'atenció a la diversitat, l'opcionalitat, la qual permet als alumnes una certa llibertat a l'hora d'escollir opcions dintre del currículum, fent que aquest sigui més individualitzat, i fomentant també la participació dels alumnes en l'elecció dels itineraris en funció dels seus gustos i preferències, i per últim, l'educació en el lleure i la convivència.

5.2. Disseny

La creació de la intervenció ha estat basada amb l'observació durant un mes de l'espai on es durà a terme el projecte, les característiques dels alumnes i de l'entorn, així com la seva realitat sociocultural, per una altra banda, també s'han tingut en compte els resultats de les entrevistes prèvies fetes als professors de l'institut⁴. En aquestes, hem pogut observar algunes dades representatives:

En totes les entrevistes es coincideix amb què els hàbits i estils de vida dels alumnes estan empitjorant amb el pas del temps, i que des dels centres docents no s'hi fa prou per a tractar de modificar aquesta tendència.

Pel que fa a la introducció d'un projecte d'activitat física al pati, els entrevistats han contestat que si que podria tenir cabuda en el seu centre, però amb alguns matisos.

Tots els entrevistats han afirmat que aquest seria un bon mitjà per a incidir i tractar de millorar els hàbits i estils de vida dels alumnes des del propi centre educatiu.

A la pregunta de quines característiques hauria de tenir el projecte per a que tingués acollida entre l'alumnat, les respostes m'han estat útils per al disseny del que seria la pròpia intervenció. Entre les respostes més destacades hi ha la de plantejar una gran varietat d'activitats per tal de que els alumnes puguin tenir moltes possibilitats d'elecció, disposar d'un ampli suport i mobilització per part del centre, ja que d'aquesta manera els alumnes també s'implicarien més amb el projecte. I per últim, adaptar les

⁴ Els resultats de les entrevistes prèvies als professors es poden consultar a l'apartat 6 dels annexos

condicions de la intervenció al context, i utilitzar tots els recursos disponibles en el centre.

5.3. Intervenció

Aquesta intervenció es basarà en el plantejament de tres tipus d'activitat diferent que introduïrem com a possibles alternatives a realitzar durant el temps d'esbarjo. Les activitats tindran com a objectiu, que hi participin el major nombre d'alumnes possible, per tal que els resultats puguin tenir una validesa més elevada, i que tinguin un mínim de planificació i organització per part d'aquests. Aquestes activitats estaran dividides amb tres grups diferenciats. La primera serà un esport d'equip, que es durà a terme a una de les dues pistes exteriors⁵, i en la qual es podran crear tants equips com es vulgui, els equips que siguin mixtes, amb dos noies com a mínim, tindran algun tipus de bonificació que es plantejarà més endavant, si fos necessari hi hauria la possibilitat d'utilitzar les dues pistes exteriors en comptes d'una, o inclús el pavelló cobert en casos excepcionals com en dies plujosos, les situacions o partits tindrien una durada aproximada de cinc minuts per afavorir la participació del major nombre de grups possible. La segona activitat serà amb suport musical, i es durà a terme dintre el gimnàs, en aquest cas serà necessària la cessió d'un radiocasset per part del centre i hi haurà la possibilitat que en finalitzar cada trimestre els/les alumnes que participin en aquesta activitat, presentin el treball realitzat fins el moment amb forma de coreografia o ball. La tercera activitat estarà formada per un conjunt de jocs individuals o col·lectius amb material alternatiu que es duran a terme a l'espai de bosc situat dintre les instal·lacions de l'institut, per a poder tenir espai suficient, s'intentarà habilitar una part d'aquesta zona de bosc que ha estat prohibida a tot l'alumnat per l'acumulació de faltes lleus per part d'alguns grups d'alumnes que fumaven dintre el recinte. L'únic requisit que es demanarà en aquest cas és que el material utilitzat es torni a deixar al seu lloc un cop finalitzat el temps d'esbarjo. Les activitats que es duran a terme, en cadascun dels tres casos, dependran de les preferències dels alumnes i de les seves propostes formals per a dur-les a terme, ja sigui organitzant els equips, competicions, tornejos, exhibicions, diades, etc. Des del departament d'Educació Física es donarà suport logístic i un guiatge per a que els alumnes puguin desenvolupar de manera organitzada aquelles activitats que proposin dintre d'aquests tres blocs plantejats.

⁵ Veure annex 1- Distribució gràfica dels espais al pati

El mètode d'introducció de la intervenció serà a partir de fulls informatius⁶ que es repartiran en tots els cursos. En el full apareixerà la informació que s'ha exposat anteriorment, els llocs i les hores de visita per a poder fer qualsevol consulta. També s'utilitzarà com a eina de difusió el bloc d'Educació Física del centre a Internet.

Aquesta intervenció tindrà una durada d'un curs acadèmic, i serà durant els temps destinats al pati o esbarjo dels alumnes quan es faran les observacions. El grup al qual es dirigirà la intervenció serà el total d'alumnes inscrits en els cursos d'ESO de l'Institut d'Educació Secundària Manel Blancafort, de La Garriga.

El fet de proposar activitats que impliquen un treball per part dels alumnes, podria requerir que aquests necessitessin una motivació afegida al procés. Per aquest motiu se'ls plantejaria des d'un inici la possibilitat de fer una sortida específica de cada bloc o grup d'activitats plantejades per a l'hora del pati.

El pressupost no representarà cap problema en el plantejament de la intervenció, aquest podria ser un dels punts forts a destacar, ja que no hi ha despeses més enllà del propi desgast del material esportiu escolar que hi pugui haver durant el transcurs del projecte. Pel que fa al material, s'utilitzarà únicament el que hi ha disponible a l'institut, o el provinent de possibles cessions per part de la federació catalana, i d'aquest es derivaran les diferents activitats que es plantegen en el projecte, és a dir, que no es podrà dur a terme una activitat, si aquesta requereix d'un material específic del qual no es disposa en el propi centre docent. Les instal·lacions també seran les pròpies de l'institut, d'aquesta forma les despeses calculades serien imperceptibles. En quant als ingressos, en primera instància no s'en preveuen, però cap la possibilitat que des de la Generalitat de Catalunya se'ns concedeixi, al propi centre, una beca o ajut per la implantació del projecte. L'import d'aquest ajut es destinaria íntegrament a les despeses de material que hi pugui haver, o a la compra de nou material que restaria disponible per al seu ús en el projecte d'activitat física a l'hora del pati.

5.4. Observació

Abans de fer la intervenció hi haurà un primer període d'entrevistes i qüestionaris. Aquestes ens serviran per a conèixer alguns patrons de comportament dels alumnes, com els hàbits, les motivacions, els interessos d'aquests, però també per a saber l'opinió dels professors, tant d'Educació Física, com d'altres assignatures en referència

⁶ Veure annex 2- Fulls informatius

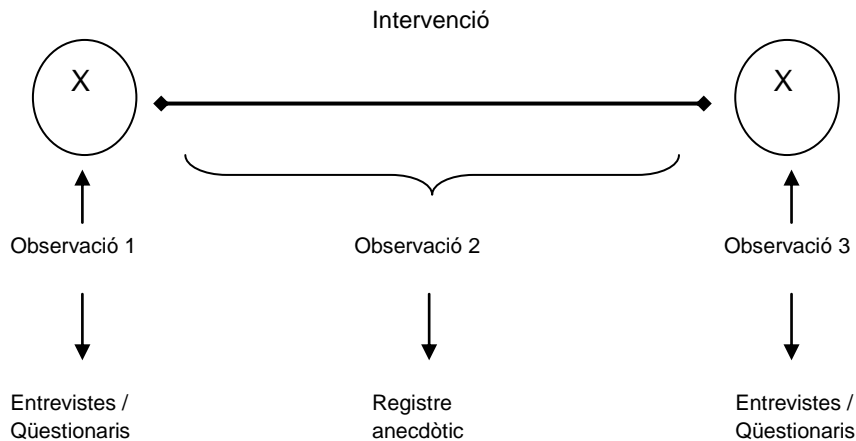
a aquests aspectes que preguntem als alumnes i sobre la funció que creuen que hauria de tenir el pati. D'aquesta manera, s'escolliran quaranta alumnes sobre la mostra d'alumnes total, intentant que hi hagi tant alumnes que a l'hora del pati practiquen alguna activitat, com d'altres que no, això es farà visualitzant tots els alumnes en un dels temps d'esbarjo i localitzant a vint dels que estiguin practicant algun tipus d'activitat, i a vint més que no estan practicant, aquesta elecció serà aleatòria. Pel que fa al grup dels professors, es faran cinc entrevistes, dues als professors d'Educació Física, i tres més a altres professors escollits a l'atzar. Els qüestionaris en el cas dels alumnes seran tancats i constaran de 10 ítems amb cinc possibles respostes cadascun del 0 al 4, seguint el model de l'escala *Liker*⁷. Amb aquest qüestionari es pretén obtenir dades quantitatives sobre els aspectes que hem comentat anteriorment. En el cas de les entrevistes als professors, les respostes seran de tipus obert, i hi haurà un total de 6 preguntes on es plantejaran qüestions com l'opinió sobre la funció del pati o esbarjo, les característiques que hauria de tenir una activitat per a tenir el major seguiment possible per part dels alumnes, l'evolució dels hàbits i estils de vida dels alumnes, la implicació que tenen en les hores de pati, i la que estarien disposats a tenir, o com veurien la implantació d'un projecte d'activitat física planificada a l'hora del pati⁸. Per mitjà d'aquestes preguntes es podrien extreure conclusions de tipus qualitatiu sobre l'opinió i predisposició dels professors del centre envers aquest tipus de proposta i els elements que giren al voltant del mateix. Els qüestionaris als alumnes es repetiran en un tercer període d'observació, seguint el model d'anàlisi pre – post intervenció, per a comparar els resultats. Entre el període d'observació inicial i final, hi haurà un segon període d'observació, que coincidirà amb la intervenció, en el qual es dissenyarà un full de registre⁹ on s'anotaran aspectes sobre el primer dels conceptes, l'activitat física al pati, per avaluar les dimensions organitzativa, psicològica i de diversitat que els alumnes mostraran al llarg d'aquesta intervenció.

A mode de resum, l'esquema gràfic de la figura 1 ens mostra els passos que se seguiran en el projecte, així com la metodologia, per a l'obtenció de dades i que s'ha exposat al llarg d'aquest apartat.

⁷ Veure annex 3- Qüestionaris pre-post als alumnes

⁸ Veure annex 4- Entrevista prèvia als professors

⁹ Veure annex 5- Full de registre anecdòtic

FIGURA 1 Metodologia

5.5. Temporalització de les tasques i estratègies

En les activitats i estratègies que haurem de dur a terme abans del projecte hi ha les d'organització i gestió del pati com a infraestructura, i a més a més, altres instal·lacions que es puguin necessitar com per exemple, el pavelló cobert o el gimnàs i que millorarien qualitativa i quantitativament el projecte. De la mateixa manera, també s'haurà de fer una gestió del material necessari i presentar una autorització per a la seva utilització a l'hora del pati. També s'haurà d'organitzar i gestionar els professors implicats en les guàrdies del pati, i gestionar els horaris dels mateixos. Un altre dels punts importants abans de començar el projecte serà la captació d'alumnes que participaran en el projecte. Tot seguit, es detallaran una mica més tots aquests punts que ara hem anomenat. La temporalització de les mateixes està referida a tot un curs escolar, des de que comença al setembre, fins al juny inclosos.

Captació de l'alumnat

El mètode de captació de l'alumnat es realitzarà a l'inici del curs, i serà a partir de dos eines de difusió. En primer lloc s'utilitzaran fulls informatius¹⁰ que es repartiran en tots els cursos. En el full apareixerà la informació que bàsica referida al projecte, de què tracta, quines activitats es duran a terme, els objectius, on es realitzarà, quines seran les condicions, els llocs i les hores de visita per a poder fer qualsevol consulta. En segon lloc s'utilitzarà el bloc d'Educació Física com a eina de difusió i publicitat i en el

¹⁰ Veure annex 2- Fulls informatius

qual els alumnes podran veure a grans trets en què consisteix el projecte, així com també tenir a disposició de descarregar en línia el full informatiu.

Gestió d'instal·lacions i material

Per a poder tirar endavant el projecte necessitem a la nostra disposició un mínim espai habilitat per a la pràctica física i un material específic per a cadascuna de les activitats. La gestió d'aquests dos aspectes prèviament al projecte consistirà en fer una petició formal amb una carta a la directora, i una reunió si s'escau, on s'explicarà amb detall les funcions per les quals es demana l'ús i servei d'aquests recursos, així com també la seva disponibilitat durant el temps prefixat, d'aquesta manera s'intentarà evitar coincidències i incompatibilitats amb altres activitats que també requereixin dels elements citats.

De manera específica, en aquest treball se sol·licitarà la utilització, pel que fa a les instal·lacions, del pavelló cobert, les pistes exteriors del pati, el gimnàs interior del qual disposa el centre, i en casos puntuals, un petit espai dintre de la zona boscosa que hi ha a un dels costats del pati, i per altra banda, pel que fa al material, variarà en funció de les preferències sobre les activitats que tinguin els alumnes a l'hora de fer les propostes que s'analitzaran mitjançant el projecte de recerca, però estaran relacionats amb el material utilitzat en l'àrea d'Educació Física i del qual disposa el centre a la mateixa sala de material situada al gimnàs.

Gestió del professorat i l'alumnat responsable

Pel que fa al professorat i la seva gestió, s'intentarà involucrar al major nombre de professors, i que aquests, a través de les hores de guàrdia adjudicades setmanalment, puguin fer les tasques de dinamitzadors de les activitats, i puguin també, en casos puntuals, presentar informes sobre la qualitat en el desplegament del projecte, punts forts i punts febles o aspectes a modificar. En els casos que no sigui possible involucrar al professorat de guàrdia a l'hora del pati, s'establiran alumnes responsables de les diferents activitats desenvolupades en cada espai, i aquests, seran els que informaran de possibles problemes i controlaran i guiaran el correcte desenvolupament de les tasques.

Gestió d'horaris

La gestió dels horaris ens permetrà distribuir de la forma més compensada possible tot el desplegament de professorat involucrat en el projecte per a que puguin desenvolupar les tasques de control i dinamització de les activitats en les seves

respectives hores de guàrdia al pati, és a dir, s'intentarà que no coincideixin dos professors que s'han prestat a col·laborar en el projecte en una mateixa hora de pati, sinó que aquests dos professors puguin realitzar la seva guàrdia en dies diferents, i millorar d'aquesta manera la qualitat i el control de les activitats a través de la distribució dels professors i professores de guàrdia. Per a poder canviar els horaris de guàrdia d'alguns professors, en cas que fos necessari, s'hauria de presentar una notificació formal escrita a la directora o cap d'estudis informant sobre la petició i presentant a la vegada la nova proposta d'intercanvi d'horaris, per això prèviament s'haurà hagut de parlar amb els professors als quals es vol canviar el torn i tenir la seva conformitat amb el canvi.

Pel que fa a les activitats a realitzar durant el període de desenvolupament de la intervenció, els alumnes, com a grup més important dintre del projecte, em presentaran les seves propostes d'aplicació de les activitats planificades per a l'hora del pati dividides amb els tres blocs principals. Per exemple, si una de les activitats programades dintre del bloc dels esports d'equip és el bàsquet, els alumnes m'hauran de presentar els equips, amb tots els alumnes que els conformen, que duran a terme aquesta activitat, i l'organització dels partits, tornejos o lliga que es realitzarà a l'hora del pati, si cal jo els proporcionaré la meva ajuda per al disseny i desenvolupament de les idees que ell puguin tenir, oferint-los informació i fonts per a buscar el que necessiten.

Aquest procediment organitzatiu se seguirà en totes les activitats plantejades en el projecte, i aquesta serà una manera d'implicar més l'alumnat en el mateix, ja que ells seran els que construïran part de les activitats proposades a canvi que el centre els proporcioni el material i l'espai necessari per a dur a terme la pràctica o l'esport escollit.

En el moment en què s'observi a través de qualsevol professor de guàrdia o alumne responsable que alguna de les activitats que s'estan duent a terme presenta problemes per manca d'organització o es produeixen conflictes entre els participants o entre els diferents equips, jo mateix citaré els alumnes implicats per a fer-los una reflexió sobre els valors i les condicions que van ser proposades en l'inici del projecte i que ells mateixos van acceptar. Si es repeteix l'amonestació als alumnes després de fer-los la xerrada, se'ls retirarà de l'activitat en qüestió durant un temps acordat entre el col·lectiu de professors implicats en el projecte.

Les activitats i estratègies que es duran a terme una vegada finalitzat el període d'intervenció seran avaluacions. Aquestes es dividiran per seccions, segons les tasques que cada grup ha desenvolupat al llarg del projecte.

Avaluació de l'alumnat

Els indicadors que ens mostraran l'assoliment de l'objectiu en aquest apartat seran la participació de l'alumnat i el grau d'implicació dels mateixos/es.

En primer lloc, la participació dels alumnes ens permetrà fer un anàlisi comparatiu amb el nivell i grau de participació que hi havia en les activitats practicades a l'hora del pati abans de la introducció del projecte d'innovació educativa i després. Per fer-ho, simplement es compararà el nombre d'alumnes que practicaven algun tipus d'activitat abans d'introduir el projecte d'activitat física a l'hora del pati, informació que extraurem a partir del mateix projecte de recerca, i després.

En segon lloc, el grau d'implicació de l'alumnat en el projecte el mesurarem a partir del nombre d'incidències, problemes i situacions conflictives que s'hagin pogut produir durant el transcurs del mateix. Es dona per entès que un reduït nombre de situacions amb més o menys alteració per part dels alumnes puguin derivar amb conflictes o problemes entre els mateixos durant el desenvolupament de les activitats planificades en el projecte, però que la generalització, extensió o massificació d'aquestes serà un clar indicador de fracàs en aquest aspecte del projecte i caldrà reconduir les conductes cap als objectius plantejats inicialment.

Avaluació del professorat

L'avaluació del professorat es durà a terme a partir de les dades de participació dels mateixos en el projecte. Cal dir però, que hi ha molts aspectes que poden influir en la participació del col·lectiu docent en un projecte d'aquestes dimensions, com per exemple l'experiència d'aquests, tant en la docència com en la participació en altres projectes d'innovació educativa, la implicació que té cada professor/a en el centre, i per tant, en les activitats i projectes que s'hi duen a terme, la política del centre en relació al desenvolupament de projectes com aquest, la relació que hi ha entre l'àrea d'Educació Física i la resta d'àrees en el centre o el nombre de projectes que s'estan duent a terme actualment en el centre i el seu èxit/fracàs/repercussió sobre el professorat.

Avaluació de la intervenció

Pel que fa a l'avaluació del projecte, els indicadors que utilitzarem són el nombre total d'alumnes que han participat en el desenvolupament i evolució del projecte, i el nombre de propostes d'activitats que s'ha rebut per part d'aquests en relació a la planificació i programació de les mateixes. Aquests indicadors estan relacionats estretament amb els objectius plantejats inicialment per al projecte.

El nombre total de nois i noies que han participat en el projecte d'activitat física a l'hora del pati ens permetrà fer-nos una idea de l'abast del mateix en relació al nombre total d'alumnes del propi centre. Aquesta xifra de participació es pot veure incrementada a través dels anys si les opinions i les sensacions dels alumnes que l'han realitzat el primer any han estat positives.

El nombre d'activitats realitzades també ens servirà com a indicador, ja que ens determinarà en cert grau l'impacte sobre l'alumnat del projecte, i la reacció de tots ells i elles en quant a la implicació en el mateix. Un baix nombre d'activitats podria indicar-nos, al mateix temps, que alguna cosa no ha anat bé en el projecte, fet que hauríem d'analitzar per a intentar que en propers anys no es produeixi. Alguns dels problemes o mancances que ens podem trobar són: falta de difusió o comunicació del projecte entre l'alumnat, dificultats a l'hora de plantejar i tirar endavant una activitat per part dels alumnes, traves organitzatives que dificulten el procés de creació i participació d'alumnes en les activitats, falta de motivació i feedback per part dels professors i encarregats del projecte o mancança d'elements motivants i diferenciadors en les diferents activitats plantejades.

En finalitzar el procés, seria molt convenient poder realitzar una reunió amb tots els professors que han participat en el projecte d'alguna manera per a poder fer una reflexió conjunta i una crítica de tots aquells aspectes que han estat positius, i sobretot, de tots aquells que es podrien millorar de cara a properes intervencions.

La taula següent mostra d'una manera més esquemàtica i resumida, aquesta organització temporal que se seguirà per a dur a terme les tasques i estratègies en el projecte al llarg del curs.

TAULA 3 Temporalització gràfica de les tasques i estratègies.

Mes	Tasques
Setembre	<ul style="list-style-type: none"> - Captació de l'alumnat a través del repartiment dels fulls informatius - Sol·licitud de demanda d'instal·lacions i material del centre - Captació de professorat responsable de les activitats en les hores de guàrdia - Gestió d'horaris dels professors que participen en el projecte - Presentació de propostes d'activitats per part de l'alumnat - Entrevistes prèvies als professors - Qüestionaris previs als alumnes
Octubre	<ul style="list-style-type: none"> - Seguir amb la presentació de propostes d'activitats per part de l'alumnat - Començar les activitats i les propostes que siguin aptes
Novembre Desembre Gener Febrer Març Abril	<ul style="list-style-type: none"> - Dur a terme les activitats i els esports proposats - Període d'observació 2: registre anecdòtic
Maig	<ul style="list-style-type: none"> - Realització de les sortides per blocs d'activitats
Juny	<ul style="list-style-type: none"> - Avaluació de l'alumnat, del professorat i de la intervenció - Qüestionaris post als alumnes - Reunió amb els professors participants en el projecte per a debatre el procés i proposar millores

6- RECOLLIDA I ANÀLISI DE DADES

En aquest projecte s'utilitzen diferents mètodes de recollida de dades i per tant, cadascun d'ells tindrà un tractament específic. Per a descriure els mètodes de recollida i anàlisi de dades m'he basat amb el llibre *Introducción a la metodología de la investigación empírica en las ciencias del deporte* de l'autor Heinemann (2008).

Primerament, cal diferenciar dos períodes de recollida de dades. El primer fa referència a les entrevistes prèvies de tipus qualitatiu realitzades als professors, els resultats obtinguts ens han servit per a fer un disseny més acurat de la intervenció a l'hora del pati¹¹.

El segon període coincideix amb la introducció i desenvolupament de la pròpia intervenció, diferenciant en aquest, tres moments clars de recollida de dades. El primer es farà a través de qüestionaris de tipus quantitatiu i a partir del qual es pretén obtenir dades sobre la situació prèvia dels alumnes en quant als diferents indicadors d'hàbits i estils de vida plantejats en el projecte. El tercer moment de recollida de dades serà com el primer, i a partir dels resultats obtinguts en la primera i tercera fase es podrà fer un anàlisi comparatiu més complet que ens permetrà veure els canvis i la tendència que han adoptat els alumnes després de la introducció del projecte d'activitat física al pati. El segon moment es farà a través d'un registre anecdòtic dels alumnes realitzat aleatòriament, el qual ens permetrà obtenir dades qualitatives sobre el comportament i la conducta dels alumnes, així com de la seva adaptació i adequació a les activitats i normes de la intervenció. Les dimensions que s'avaluarien serien l'organitzativa, la psicològica i la de diversitat.

Les fases que se segueixen a l'hora de dur a terme aquests qüestionaris són: En primer lloc seleccionar l'entrevistador que durà a terme les entrevistes o els qüestionaris, en aquest cas, abans i després. En segon lloc, s'ha de formar l'entrevistador amb informació sobre el projecte i el qüestionari, finalitats, objectius, aspectes claus, context, i també s'han de realitzar algunes proves prèvies per a garantir l'adequació de les mateixes. En tercer lloc s'ha de passar una fulla d'instruccions amb indicacions clares i concises sobre l'observació a realitzar. Un altre dels punts importants són les indicacions sobre la presa de contacte amb l'entrevistat, la introducció del qüestionari o la seva finalització. I en darrer lloc, s'ha de fer una revisió de tots els qüestionaris per a comprovar que aquests estiguin correctament complimentats.

¹¹ Veure apartat 5.2. Disseny

Per a dur a terme l'anàlisi de dades es diferenciarà entre els qüestionaris pre-post als alumnes, i el registre anecdòtic realitzat durant la intervenció. En el primer cas cada indicador ja posseeix uns codis assignats que permetran extreure tant una puntuació individual de cadascun dels ítems, com una puntuació global de cada qüestionari. En el segon cas, la majoria d'indicadors tenen també un codi assignat a la resposta, però hi ha alguns ítems en els quals l'assignació, en cas que fos necessària, s'hauria de donar després de recollir-les i abans de fer l'anàlisi.

El programa estadístic d'anàlisi de dades que s'utilitzarà és l'SPSS. Es diferenciarà per tant tres tipus de qüestionaris, i dintre d'aquests s'atorgarà uns resultats individuals per a cada indicador, i un resultat global per a cada entrevista, podent d'aquesta manera, ampliar l'anàlisi comparatiu entre elles i extreure'n més informació.

A partir d'aquest anàlisi estadístic s'extrauran les conclusions del projecte i la intervenció.

7- CONCLUSIONS I DISCUSSIÓ

En uns temps en què la majoria de ciutadans (un 75% del total de practicants) practiquen esport pel seu compte, i a través del seu temps lliure, segons l'estudi sobre els hàbits esportius a Espanya fet pel Consell Superior d'Esports l'any 2010, crec que pren més importància el fet de donar eines als alumnes amb formació en els centres docents per a que siguin ells mateixos, els qui, a partir de l'autogestió del temps lliure a l'hora del pati, decideixin practicar un tipus d'activitat o un altre. La nostra funció, com he comentat, ha de ser proporcionar el màxim de recursos que estiguin a les nostres mans i facilitar al màxim que tot aquell nen o nena que vulgui, pugui practicar un cert tipus d'activitat física en aquesta hora d'esbarjo.

Un dels punts claus del projecte, serà veure la incidència d'aquest en els hàbits i estils de vida de l'alumnat. Per a veure-ho, la investigació se centra en aquells aspectes més importants que poden afectar l'estil de vida dels alumnes, com són els hàbits desenvolupats. Són per tots conegudes les avantatges que ens pot arribar a oferir la pràctica física regular, però cal demostrar si, a través de la pràctica física regular a l'hora del pati s'observen canvis en els nens i nenes d'ESO de l'IES Manel Blancafort respecte als seus hàbits i estils de vida.

En cas que els resultats d'aquest projecte fossin positius i s'observés un canvi important en els hàbits dels alumnes, es podria plantejar la possibilitat de programar i planificar un estudi que tingués un abast més gran, prenent com a mostra més centres, i per tant més alumnes, d'aquesta manera els resultats obtinguts en aquest cas podrien arribar a ser molt rellevants.

Un dels punts febles que poden sorgir en el moment de la intervenció, és la falta de difusió del projecte entre l'alumnat. Al principi, es van dissenyar els fulls informatius com a eina bàsica de comunicació de la proposta a tots els alumnes, a aquest element se'l volia complementar d'alguna manera a través d'una altra via de comunicació. Així, entre els companys de classe, va sorgir la idea d'aprofitar la creació d'un bloc específic de l'àrea d'Educació Física a Internet per a poder col·locar a la xarxa tota la informació referent al projecte i pal·liar d'aquesta manera, un dels entrebancs amb què haguéssim pogut topar.

Una altra de les dificultats inicials amb què ens podem trobar, és la falta de propostes, que a l'hora de presentar i tirar endavant una activitat per part dels alumnes, no hi hagi prou empenta inicial. Per això, una de les accions que s'ha programat per a compensar aquest fet, en cas que es produís, és el d'utilitzar inicialment els esports i activitats que es realitzen en cada curs a l'àrea d'Educació Física. D'aquesta manera, els alumnes no han de fer el primer pas per a presentar una activitat, i poden anar veient com funciona el projecte, quines són les normes que s'han de complir, així com les sancions corresponents, i una vegada han pogut veure el funcionament, amb un període màxim d'un mes a partir de l'inici de les activitats, han de ser ells els qui presentin les seves propostes i l'organització que se seguirà en cada cas. Per tant, aquesta mesura serà temporal, i sota cap concepte es perllongarà la seva durada més enllà del temps establert.

Per concloure, m'agradaria deixar una porta oberta per a futurs estudis on es podria plantejar la hipòtesi sobre quines repercussions pot tenir el fet de dur a terme activitat física a l'hora del pati fora del centre educatiu, seguint la línia del mateix treball. D'aquesta manera es podria observar si, fora del recinte educatiu, els alumnes han modificat els hàbits i estils de vida presents abans de la intervenció.

8- BIBLIOGRAFIA

- AADD (2004). "El patio, espacio educativo". *Cuadernos de Pedagogía*, 332.
- BONNEMAISON, V.; TRIGUEROS, C. (2005) *Utilización de los recreos como espacios educativos*. Revista digital EF Deportes núm. 80. Buenos Aires
- CARRANZA, M.; MORA, J. M. (2003) *Educación física y valores: educando en un mundo complejo. 31 propuestas para los centros escolares*. Barcelona , Ed Graó.
- HEINEMANN, K. (2008) *Introducción a la metodología de la investigación empírica en las ciencias del deporte*. Badalona, Ed. Paidotribo.
- MARÍN, I.; MOLINS, C.; MARTÍNEZ, M.; HIERRO, E.; ARAGAY, X.. (2010) *Els patis de les escoles: espais d'oportunitats educatives*. Barcelona, Fundació Jaume Bofill
- PAVÍA, V. (2005) *El patio escolar: el juego en libertad controlada*. Buenos Aires, Ed. Noveduc.
- PAVÍA, V. (1994). *Juegos que vienen de antes: incorporando el patio a la pedagogía*. Buenos Aires: Ed. Humanitas.
- PAVÍA, V. (2002) *El derecho al juego*. Revista digital EF Deportes núm. 51 Buenos Aires
- PONCE, A. (1999) *Anàlisi d'una educació física escolar per al temps de lleure*. Revista apunts núm. 51 p. 23-34

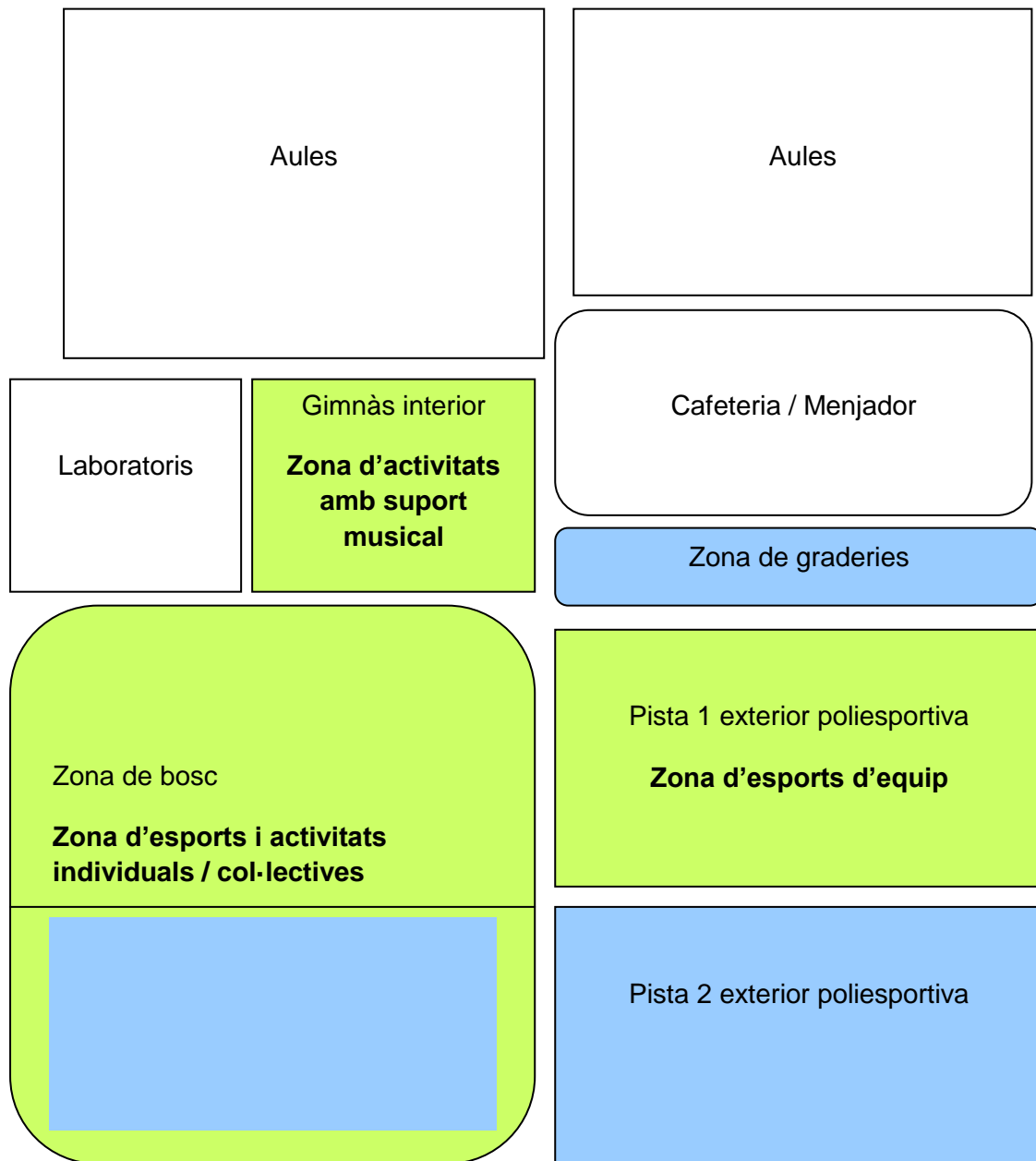
Webgrafia

- Institut Barcelona Esports. [En línea] Disponible a: <http://www.comptafinsatres.com/ca/index.html> [data de consulta: 2 d'Abril de 2011]

- Departament d'Educació. Generalitat de Catalunya. *Els valors cívics a través de l'Educació Física i l'Esport*. Ventura, C.(2008) [En línia] Disponible a: <http://www.xtec.cat/practicomp/pdf/iescelestibellera.pdf> [data de consulta: 8 d'Abril de 2011]
- *El patio escolar: un espacio educativo*. Olano, A. (1999) Projecte per a la millora de la convivència al col·legi públic Zamakola [En línia] Disponible a: http://web.educastur.princast.es/cpr/nalon_caudal/downloads/3237elpatioescolarunespacioeducativo.pdf [data de consulta: 17 de Maig de 2011]
- Centre d'Investigacions Sociològiques (2010): *Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Consejo Superior de Deportes. [En línia] Disponible a: <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/noticias/DOSSIER-ENCUESTA.pdf> [data de consulta: 21 de Maig de 2011]

ANNEXOS

1. DISTRIBUCIÓ GRÀFICA DELS ESPAIS AL PATI



Aquesta seria la distribució dels espais al pati destinats per a dur a terme les activitats proposades pels alumnes, distribuïdes amb els tres grans blocs i assenyalades al gràfic amb color verd. Els espais que quedarien lliures, diferenciats amb color blau, en un principi serien la pista 2 exterior, la zona de graderies, i mitja part de la zona de bosc, la qual s'aconseguiria, rehabilitant una part que ara està prohibida als alumnes per acumulació de faltes lleus per part d'alguns grups. Aquests espais els podria seguir ocupant tot l'alumnat que no participa en el projecte per a desenvolupar qualsevol tipus d'activitat permesa per la normativa del centre.

2. FULL INFORMATIU

PROJECTE JUGUEM AL PATI!



Breu descripció

Es tracta d'un projecte d'introducció d'activitats físiques i esportives a l'hora del pati. Però per fer-ho necessitem la vostra ajuda!

Com a alumnes, el que haureu de fer és ben senzill: primerament, heu de buscar un grup d'alumnes per a formar un equip, després haureu de decidir quin esport voleu practicar, dintre dels blocs d'esports d'equip, esports individuals, o activitats amb suport musical, finalment només us queda passar pel departament d'Educació Física amb horari de pati els Dilluns o Dijous, o bé els Dimecres de 9:50 a 10:45.

Com més aviat tingueu els grups formats, abans començarem a jugar!

Característiques

- Introducció d'activitats i jocs esportius a l'hora del pati.
- Implicació dels alumnes.

Blocs d'activitats a escollir

- Bloc 1: Jocs i esports d'equip: Qualsevol esport d'equip o joc amb equips com per exemple futbol, bàsquet, korfbal, vòlei, etc.
- Bloc 2: Jocs i esports individuals: Qualsevol joc tradicional o esport individual com tennis taula, discs voladors, cinta de muntanya per fer equilibris, petanca, bitlles, etc.
- Bloc 3: Activitats amb suport musical: Activitats gimnàstiques i rítmiques que utilitzen el suport musical per al seu desenvolupament.

Lloc i horari d'atenció als alumnes

El lloc d'atenció serà el departament d'Educació Física del centre, i els horaris es detallen a continuació:

- Dilluns o Dijous, en horari de pati.
- Dimecres de 9:50 a 10:45.

Primer termini d'inscripció

El primer termini d'inscripció dels alumnes a les activitats proposades finalitzarà el tercer divendres després d'haver començat les classes.

Normativa a seguir en totes les activitats

- Seguretat: Els aspectes de seguretat seran els que es tenen presents per a qualsevol activitat realitzada en la pròpia assignatura d'Educació Física. L'incompliment de qualsevol d'aquestes normes de seguretat comportarà una amonestació verbal. La repetició d'una amonestació verbal en un alumne, en qualsevol de les normes aquí exposades, serà sancionada amb un període de temps d'exclusió de l'activitat.
- Organització: Totes les activitats tindran una organització mínima que hauran de dissenyar els propis alumnes que la practiquin. Així, les diferents organitzacions podran ser lligues amb diferents equips, tornejos, campionats, divisions, etc. Si una activitat no compta amb aquest mínim d'organització es retirarà fins que la tingui.
- Ordre: Tota activitat duta a terme seguirà unes pautes d'ordre i organització, com hem dit abans. En aquest apartat ens referim al respecte que s'ha de tenir en els torns i partits dels diferents equips, i també a l'ordre i la cura amb que s'han de tractar les instal·lacions i el material, desant-lo al seu lloc després de cada activitat. Qualsevol incident que es produeixi de manca de respecte serà amonestat verbalment.
- Comportament: El comportament cívic per part dels alumnes és un dels aspectes fonamentals en qualsevol activitat. Els comportaments inadequats o inapropiats seran sancionats amb una amonestació verbal.
- Participació: La participació és el principal objectiu del projecte, el compliment de les normes anteriorment exposades facilitarà aquesta participació i la farà més agradable per a tothom.

3. QÜESTIONARI PRE-POST ALS ALUMNES D'ESO

Marca amb una creu el requadre de la resposta que més s'ajusta en el teu cas.

	0=Gens	1=Poc	2=Regular	3=Bastant	4=Molt
Participo en activitats al pati					
Crec que la resta d'alumnes participen en activitats al pati					
Estic motivat per l'activitat física					
Crec que és adequat el nombre de material esportiu del centre					
Crec que són adequats els espais i instal·lacions esportives del centre					
Hores d'activitat física a la setmana					
Intensitat d'aquesta activitat física					
Segueixo una dieta equilibrada					

Hàbits tòxics

Consumeixes tabac? SI / NO
Consumeixes alcohol? SI / NO

4. ENTREVISTA PRÈVIA ALS PROFESSORS

Les preguntes que es presenten a continuació són de tipus obert, i tenen la finalitat de poder comptar amb la visió d'un professional de la docència en relació a l'espai del pati. Contesta el més sincerament possible:

Anys d'experiència com a docent:

1.- Quina creus que ha de ser la funció del pati com a part del centre docent?

**2.- Com creus que estan evolucionant els hàbits i estils de vida dels alumnes?
Creus que s'hi està incidint prou des dels centres docents?**

3.- Creus que podria tenir èxit un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati en aquest centre? Per què? Creus que aquest seria un bon mitjà per a incidir en els hàbits i estils de vida dels alumnes?

4.- Quines característiques fonamentals creus que hauria de tenir un projecte d'aquestes característiques per a que tingués acollida entre l'alumnat?

5.- Quin grau d'implicació (en una escala del 0 al 10) creus que tens en els projectes que es duen a terme en el centre? Raona breument la resposta.

6.- Estaries disposat a participar en un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati a través de les teves hores de guàrdia?

5. FULL DE REGISTRE ANECDÒTIC

Aquest full de registre anecdòtic ens permetrà anotar les conductes i els comportaments dels alumnes a l'hora del pati durant el desenvolupament de la intervenció. Aquest registre es troba dintre del segon període d'observació, i s'avaluarien més concretament les dimensions organitzativa, psicològica i de diversitat.

Dimensió organitzativa

Tipus d'activitat: 1. Esport d'equip 2. Esport individual 3. Activitat amb suport musical

Organització de l'espai (ocupació de l'espai adequada al nombre de participants):

0 1 2 3 4 (0-gens adequada, 4 molt adequada)

Organització dels participants (ordre en el temps d'espera, respecte pel reglament i les normes de cada activitat, etc.):

0 1 2 3 4 (0-gens, 4 molt)

Organització dels grups o equips (divisió per cursos, equips mixtes, divisió per nivell, etc.):

0 1 2 3 4 (0-gens, 4 molt)

Temps de participació de cada equip:

0 1 2 3 4 (0-gens, 4 molt)

Dimensió psicològica

Motivació (observació participació): 0 1 2 3 4 (0-gens, 4 molta)

Interessos / Preferències (activitats o tipus de competició que es duen a terme):

Dimensió de diversitat

Material emprat: 0 1 2 3 4 (0-gens, 4 molt)

Espai o espais emprats: 0 1 2 3 4 (0-molt pocs, 4 molts)

Nombre de jugadors i curs:

6. RESPOSTES A LES ENTREVISTES PRÈVIES ALS PROFESSORS

Entrevista 1

Les preguntes que es presenten a continuació són de tipus obert, i tenen la finalitat de poder comptar amb la visió d'un professional de la docència en relació a l'espai del pati. Contesta el més sincerament possible:

Anys d'experiència com a docent: 2 anys

1.- Quina creus que ha de ser la funció del pati com a part del centre docent?

El pati és un espai per desenvolupar activitats d'oci i recreació sempre baix les normes del centre educatiu. Crec que hi ha una relació gairebé directa entre la manera de fer dels alumnes a l'hora del pati i durant el temps lliure fora del centre. Per aquest motiu el centre hauria de mostrar eines als alumnes per tal de que ells mateixos poguessin desenvolupar hàbits físicament i higiènicament saludables.

2.- Com creus que estan evolucionant els hàbits i estils de vida dels alumnes?

Creus que s'hi està incidint prou des dels centres docents?

L'evolució de la societat va cada cop més a nens educats lluny del nucli familiar, educats per l'entorn (escola, amics, repàs, activitats extraescolars, cuidadors,...) això fa que fora del centre hi hagi una manca de control en quant als hàbits i els estils de vida dels nens. El pati és un espai on des del centre és podria incidir per inculcar l'hàbit de saber tenir temps lliure.

3.- Creus que podria tenir èxit un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati en aquest centre? Per què? Creus que aquest seria un bon mitjà per a incidir en els hàbits i estils de vida dels alumnes?

Sí i tant, ho veig una molt bona iniciativa per tot el que t'he comentat abans. Crec que s'han de donar eines als alumnes per a que sàpiguen gestionar el seu temps lliure.

4.- Quines característiques fonamentals creus que hauria de tenir un projecte d'aquestes característiques per a que tingués acollida entre l'alumnat?

Suposo que hauria de tenir una gran varietat d'activitat per a que tothom hi tingués cabuda. Activitats col·lectives, individuals, amb implements, sense,...

5.- Quin grau d'implicació (en una escala del 0 al 10) creus que tens en els projectes que es duen a terme en el centre? Raona breument la resposta.

Crec que un 8, la meva implicació és bona però segurament ho podria ser més.

6.- Estaries disposat a participar en un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati a través de les teves hores de guàrdia?

Jeje, no m'importaria, és més, seria interessant.

Entrevista 2

Les preguntes que es presenten a continuació són de tipus obert, i tenen la finalitat de poder comptar amb la visió d'un professional de la docència en relació a l'espai del pati. Contesta el més sincerament possible:

Anys d'experiència com a docent: 1 any

1.- Quina creus que ha de ser la funció del pati com a part del centre docent?

El pati, sota el meu punt de vista, ha de servir als alumnes per a poder realitzar aquelles activitats que siguin del seu gust, podent escollir entre activitats físiques més o menys intenses, passejar, parlar amb els amics, etc., ja que estem parlant d'un espai de temps lliure del qual disposen entre franges de classes majoritàriament interiors i on han d'estar asseguts la major part del temps.

2.- Com creus que estan evolucionant els hàbits i estils de vida dels alumnes? Creus que s'hi està incidint prou des dels centres docents?

Els hàbits i estils de vida dels alumnes són cada cop més inestables per la continua influència de factors externs que molts cops ens semblen imperceptibles. Així, la televisió, els anuncis publicitaris que podem veure a qualsevol lloc, internet i les xarxes socials últimament, fan que els alumnes vagin adquirint uns hàbits i estils de vida en consonància amb el que veuen en aquests mitjans de comunicació. Crec que des dels centres docents, juntament amb la família, s'hauria d'incidir més, i establir eines de cooperació entre tots dos estaments per a poder tenir una influència més forta en aquests aspectes.

3.- Creus que podria tenir èxit un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati en aquest centre? Per què? Creus que aquest seria un bon mitjà per a incidir en els hàbits i estils de vida dels alumnes?

Sí, no dic que fos fàcil, ni molt menys, però crec que amb l'esforç, la cooperació i el treball dia a dia es podrien aconseguir resultats molt positius en l'alumnat.

4.- Quines característiques fonamentals creus que hauria de tenir un projecte d'aquestes característiques per a que tingués acollida entre l'alumnat?

Crec que, sobretot a l'inici, hauria de ser bastant flexible en el sentit que permetés l'accés i la participació a tothom qui volgués. També hauria de tenir una bona estructura organitzativa en quant a persones encarregades de supervisar i manejar les situacions desfavorables que poguessin anar sorgint.

5.- Quin grau d'implicació (en una escala del 0 al 10) creus que tens en els projectes que es duen a terme en el centre? Raona breument la resposta.

7. Participo amb el grau que puc en els projectes que hi ha presents, però encara soc dels novells aquí i no em veig amb cor de poder tirar endavant un projecte de grans dimensions.

6.- Estaries disposat a participar en un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati a través de les teves hores de guàrdia?

Si

Entrevista 3

Les preguntes que es presenten a continuació són de tipus obert, i tenen la finalitat de poder comptar amb la visió d'un professional de la docència en relació a l'espai del pati. Contesta el més sincerament possible:

Anys d'experiència com a docent: 22 anys

1.- Quina creus que ha de ser la funció del pati com a part del centre docent?

Com a part del centre docent ha de ser un espai controlat des del centre, però on els alumnes puguin fer allò que vulguin (sempre dintre de la normativa vigent). Hem de pensar que és part del temps lliure dels alumnes.

2.- Com creus que estan evolucionant els hàbits i estils de vida dels alumnes? Creus que s'hi està incidint prou des dels centres docents?

Crec que els hàbits i estils de vida dels alumnes són cada cop pitjors. Aquest és un fet que en qualsevol racó del centre es pot observar. Cada cop l'alimentació dels nens i nenes és més dolenta, les hores de son es redueixen més, la pràctica física perd adeptes en front de la irrupció de les noves tecnologies, etc. Des del meu punt de vista, amb més de 20 anys de pràctica, he pogut observar aquesta tendència. Penso que des dels propis centres es podria fer alguna cosa més per a vigilar i intentar millorar tots aquests hàbits. Al cap i a la fi l'educació també és això no?

3.- Creus que podria tenir èxit un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati en aquest centre? Per què? Creus que aquest seria un bon mitjà per a incidir en els hàbits i estils de vida dels alumnes?

Tinc els meus dubtes. Inicialment crec que seria difícil moure una gran massa d'alumnes per a que s'involucrin en un projecte d'aquestes característiques, hi hauria d'haver un consens i una implicació molt gran per part de tot el centre, però poc a poc i amb perseverança i paciència tot és possible. Respecte la segona pregunta, si el projecte tingués èxit, si que podria ser un bon mitjà per a incidir i millorar els hàbits de vida dels alumnes.

4.- Quines característiques fonamentals creus que hauria de tenir un projecte d'aquestes característiques per a que tingués acollida entre l'alumnat?

Com he comentat abans, crec que hauria de tenir una gran mobilització per part de tot el centre, d'aquesta manera, el ressò que es crearia faria que gran part de l'alumnat participés almenys inicialment. Després les condicions i els recursos que s'utilitzessin haurien d'estar adaptats a les característiques de cada centre.

5.- Quin grau d'implicació (en una escala del 0 al 10) creus que tens en els projectes que es duen a terme en el centre? Raona breument la resposta.

8. Especialment des de l'Educació Física, intentem treballar sempre amb projectes que siguin beneficiosos per als alumnes i que els impliqui i comprometi amb més o menys grau amb la pràctica física.

6.- Estaries disposat a participar en un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati a través de les teves hores de guàrdia?

En aquest cas sí. És un tema que em motiva i penso que si les coses es fessin bé, en podrien sortir uns resultants molt positius.

Entrevista 4

Les preguntes que es presenten a continuació són de tipus obert, i tenen la finalitat de poder comptar amb la visió d'un professional de la docència en relació a l'espai del pati. Contesta el més sincerament possible:

Anys d'experiència com a docent: 5 anys.

1.- Quina creus que ha de ser la funció del pati com a part del centre docent?

La funció del pati com a part del centre docent crec que ha de ser la d'interactuar, que els alumnes s'interrelacionin entre ells, que estableixin relacions socials mantenint així un nivell de socialització per tal d'afavorir posteriorment el seu aprenentatge.

2.- Com creus que estan evolucionant els hàbits i estils de vida dels alumnes? Creus que s'hi està incidint prou des dels centres docents?

Els hàbits i estils de vida dels alumnes s'han anat deteriorant a mesura que han anat passant els anys.

En quant als hàbits, per exemple a l'hora del pati, per esmorzar la majoria d'alumnes porten "bolleria industrial" ja sigui galetes de xocolata, croissants, ensaïmades... perquè és una manera ràpida de que els pares preparin l'àpat dels seus fills, però no veuen que els perjudiquen en quant a la seva dieta alimentària.

Pel que fa als estils de vida, ha augmentat el nivell de sedentarisme dels alumnes notablement. Anys enrere els nens i nenes sortien a jugar al carrer, practicaven esports de forma altruista i el que menys volien era estar tancats a casa mirant la televisió. En canvi, avui en dia és totalment el contrari. Els alumnes es passen les hores tancats a casa jugant a les videoconsoles o connectats a Internet a alguna xarxa social.

Des dels centres docents, en quant a l'exemple dels hàbits alimentaris s'està instaurant que cada dia de la setmana per esmorzar els alumnes portin un àpat saludable diferent acordat prèviament. Crec que és una bona proposta i que s'hauria d'incloure en tots els centres docents.

En quant als estils de vida saludables, des de fa poc que el Departament d'Ensenyament va incorporar el Pla Català d'Esport a l'Escola. Aquest Pla va ser

dissenyat perquè els alumnes, a l'acabar les classes, tinguessin l'oportunitat de practicar diferents esports i així fer activitat física mínim dos dies a la setmana. També es pretenia afavorir les relacions socials d'aquells menys integrats en el grup escolar. Personalment, crec que aquesta proposta ha aconseguit els objectius marcats dels alumnes que l'han volgut seguir.

3.- Creus que podria tenir èxit un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati en aquest centre? Per què? Creus que aquest seria un bon mitjà per a incidir en els hàbits i estils de vida dels alumnes?

Un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati crec que en Primària no tindria molt d'èxit perquè per exemple, en aquest cas, cada cicle té les pistes repartides equitativament cada dia de la setmana i així ja assegures que els alumnes que vulguin facin activitat física durant aquest temps.

4.- Quines característiques fonamentals creus que hauria de tenir un projecte d'aquestes característiques per a que tingués acollida entre l'alumnat?

Crec que les activitats d'aquest projecte haurien de ser molt divertides, dinàmiques i innovadores; activitats que els alumnes no facin normalment a les classes o a l'hora d'educació física, que quan pensin amb aquestes activitats ja els vingui al cap "l'hora del pati".

5.- Quin grau d'implicació (en una escala del 0 al 10) creus que tens en els projectes que es duen a terme en el centre? Raona breument la resposta.

Actualment he participat directament en el Pla Català d'Esport a l'Escola, sen coordinadora i monitora. És un dels 2 projectes que es duen a terme. Per tant el grau d'implicació seria un 7-8.

6.- Estaries disposat a participar en un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati a través de les teves hores de guàrdia?

En les meves guàrdies de pati no tindria cap tipus de problema en participar-hi.

Entrevista 5

Les preguntes que es presenten a continuació són de tipus obert, i tenen la finalitat de poder comptar amb la visió d'un professional de la docència en relació a l'espai del pati. Contesta el més sincerament possible:

Anys d'experiència com a docent: 16 anys

1.- Quina creus que ha de ser la funció del pati com a part del centre docent?

El pati ha de ser un espai lliure per als alumnes, seva ha de ser la responsabilitat per organitzar-se i poder desenvolupar les activitats que siguin del seu gust. El centre docent ha de supervisar tot el que en aquest espai es produeixi, controlant i reconduint en cas necessari les activitats que siguin considerades inadequades.

2.- Com creus que estan evolucionant els hàbits i estils de vida dels alumnes?**Creus que s'hi està incidint prou des dels centres docents?**

Crec que pel que fa als hàbits alimentaris, per exemple, cada cop més els pares i mares compren als seus fills productes de brioixeria fabricats industrialment per a esmorzar, o donen diners als seus fills per a que ells comprin el que vulguin a la cafeteria, sense controlar gaire què és el que mengen al centre.

Els hàbits d'activitat física també s'han anat modificant, sota el meu parer, a pitjor, degut possiblement a la irrupció massiva de les noves tecnologies en la societat. Crec que encara no estem capacitats per a gestionar, com a societat, tots aquests elements que van sorgint en els darrers temps.

Des dels centres docents es podrien introduir nous projectes per a treballar específicament i d'una forma global, tots aquests aspectes que hem parlat. Ens queixem de que els alumnes mengen massa brioixos, però a la cafeteria de l'institut n'hi segueixen havent per triar i remenar.

3.- Creus que podria tenir èxit un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati en aquest centre? Per què? Creus que aquest seria un bon mitjà per a incidir en els hàbits i estils de vida dels alumnes?

Si, crec que seria interessant poder treballar des d'aquesta vessant. Possiblement seria necessari poder ampliar el projecte i fer alguna cosa que tingui continuïtat fora del centre, amb algun tipus d'activitat, per exemple.

4.- Quines característiques fonamentals creus que hauria de tenir un projecte d'aquestes característiques per a que tingués acollida entre l'alumnat?

Que siguin els alumnes els qui decideixin les activitats a realitzar, podent escollir entre varies possibilitats. També es podrien introduir alguns elements en cada activitat que fossin motivants per a ells, com per exemple tornejos, lligues, exhibicions, etc.

5.- Quin grau d'implicació (en una escala del 0 al 10) creus que tens en els projectes que es duen a terme en el centre? Raona breument la resposta.

Penso que tindria un 8. He participat en projectes, i actualment des de l'Educació Física treballem sobre alguns d'interessants, com el que es desenvolupa a través del Pla Català d'Esport.

6.- Estaries disposat a participar en un projecte d'introducció d'activitat física a l'hora del pati a través de les teves hores de guàrdia?

Si, faria tot el que estigués a les meves mans.