Cooperación y organización

El reto cooperativo de la torre humana sencilla

Juego cooperativo para 3.º de ESO.

Para qué sirve

Trabajas la cooperación, la comunicación y la confianza en el grupo para resolver un reto de construcción conjunta. En 3.º de ESO el alumnado ya tiene base de retos cooperativos y puede asumir uno más complejo. En la parte principal el grupo ya está activo y concentrado.

Cómo se juega, paso a paso

1. Forma grupos de 6-8 y reparte una colchoneta por grupo, o dos si hay mucho peso.
2. Explica el reto: construir entre todos una estructura sencilla y estable, de dos niveles como máximo.
3. Da un par de minutos para que cada grupo planifique en voz baja antes de tocar nada.
4. Arranca la construcción. Recuerda la regla: siempre despacio y con ayuda mutua, sin prisas.
5. Recorre los grupos y pide que cada uno aguante la estructura unos segundos para comprobar que es estable.
6. Desmontad también despacio, nivel a nivel, con alguien sujetando a quien baja.
7. Cierra con otro reto: cambia la estructura o los roles de cada persona y repite.

Reglas

La estructura se construye siempre despacio y con ayuda mutua.

Organización y material

Coloca cada grupo en una zona del gimnasio, polideportivo o patio con su colchoneta, separado al menos un par de metros del resto. Deja libre el espacio alrededor para moverse sin chocar.

Curso
3.º de ESO

Momento de la sesión
Parte principal

Duración
10–15 minutos

Intensidad
Baja

Agrupación y lugar
Grupos de 6-8. Gimnasio, polideportivo o patio

Material
Colchonetas

Variantes

Más fácil
Permite un solo nivel con apoyos firmes entre varias personas, y pasa a dos niveles cuando el grupo lo domine.

Más difícil
Pide una figura concreta que decidáis vosotros o limita la comunicación a gestos, sin hablar durante el montaje.

Con un grupo grande o pequeño
Con un grupo grande, haz más subgrupos de 6-8 y reparte más colchonetas. Con uno pequeño, reduce a 4-5 y mantén el nivel de dificultad bajo.

En poco espacio
En medio patio o un gimnasio pequeño, trabajad por turnos: construyen dos o tres grupos mientras el resto observa y da feedback.

La variante de la ficha
Cronometrar el montaje sin perder la seguridad.

Adaptaciones e inclusión

Dificultad motriz
Asigna a esa persona un papel de coordinación o de apoyo estable en el nivel inferior, donde no tenga que subir ni mantener equilibrios.

Alumnado con TEA
Anticipa el reto con una imagen o un esquema de la estructura y avisa antes del contacto físico. Deja que elija su rol dentro del grupo.

Atención e impulsividad
Dale un rol de vigilante de seguridad que diga «despacio» y compruebe la estabilidad. Así canaliza la energía sin precipitarse.

Seguridad y errores frecuentes

Para que nadie se haga daño

- Pon colchonetas bajo toda la estructura y retira cualquier objeto del suelo cercano.
- Quien sube lo hace siempre con apoyo, nunca sobre espalda baja ni cuello, y con calzado deportivo bien atado.
- Si algo se tambalea, el grupo para y baja despacio; nadie salta desde arriba.

Errores frecuentes al aplicarla

- Dejar que compitan por ser el más rápido. Recuérdales que lo importante es la estabilidad y refuerza al grupo más cuidadoso.
- No supervisar el contacto entre alumnos. Circula siempre por los grupos y corrige las posturas de riesgo antes de que suban.
- Permitir más de dos niveles. Fija el límite desde el principio y comprueba que se respeta.

Preguntas para la reflexión final

¿Cómo os habéis puesto de acuerdo para decidir quién iba abajo y quién arriba?

¿Qué ha pasado cuando alguien dudaba o no se sentía seguro?

¿Qué cambiaríais para que la torre fuera más estable la próxima vez?

Autor: Equipo de profesores de Educación Física de Espaldera. Revisada el 26 de octubre de 2026.