Cooperación y organización

# El reto de confianza a ciegas por parejas

Juego cooperativo para 3.º de ESO.

## Para qué sirve

Trabajas la confianza y la comunicación clara entre compañeros. El guía tiene que dar instrucciones precisas y quien va vendado debe fiarse de ellas. En 3.º de ESO funciona bien en la parte principal, cuando el grupo ya se conoce y acepta mejor el contacto de rol.

## Cómo se juega, paso a paso

1. Monta el circuito con obstáculos blandos antes de que llegue el grupo. Deja pasillos amplios entre ellos.
2. Explica la regla: el guía solo habla y no toca nunca al compañero vendado. Acuerda con la clase un vocabulario básico: derecha, izquierda, paso corto, para.
3. Forma parejas y reparte un pañuelo a cada una. El que va a caminar se venda los ojos y el guía se coloca a su lado.
4. Da la señal de salida. Salen las parejas de una en una o escalonadas para que las voces no se pisen.
5. Si el guía toca al compañero, la pareja vuelve al inicio del recorrido. Vigila la regla desde un punto con buena vista.
6. Al llegar a la meta, cambian los roles. Quien guiaba se venda y recorre el circuito, que puedes recolocar un poco.
7. Termina con un minuto de calma. Quitan los pañuelos, se recogen los obstáculos y pasáis a la reflexión.

### Reglas

No se puede tocar al compañero vendado para guiarlo.

### Organización y material

Las parejas esperan en fila detrás de la salida y el circuito ocupa el centro del espacio. Deja una zona lateral libre para quienes han terminado y guarda los pañuelos en una caja o cesta.

**Curso**
3.º de ESO

**Momento de la sesión**
Parte principal

**Duración**
10–15 minutos

**Intensidad**
Baja

**Agrupación y lugar**
Parejas. Gimnasio, polideportivo o patio

**Material**
Pañuelos, obstáculos blandos

## Variantes

**Más fácil**
Reduce los obstáculos y ensancha los pasillos. Permite que el guía camine justo al lado del compañero mientras habla.

**Más difícil**
El guía va por fuera del circuito y solo puede hablar desde una zona marcada. Limita las palabras que puede usar.

**Con un grupo grande o pequeño**
Con grupo grande, haz dos circuitos en paralelo y que salgan por tandas. Con grupo pequeño, un solo circuito y las parejas van seguidas.

**En poco espacio**
En medio patio o gimnasio pequeño, haz un circuito en zigzag con menos obstáculos. Sale una pareja cada vez y el resto observa en silencio.

**La variante de la ficha**
Aumentar la complejidad del circuito de obstáculos.

## Adaptaciones e inclusión

**Dificultad motriz**
Deja pasillos más anchos y obstáculos que no haya que sortear con pasos largos. Si hace falta, el alumno va sentado o con apoyo y el recorrido se adapta.

**Discapacidad visual**
Con alumnado ciego, quien guía usa un código de voz más detallado. Con baja visión, el alumno decide si se venda o cierra los ojos.

**Alumnado con TEA**
Enseña el circuito antes y deja que lo toque. Concreta las órdenes con palabras fijas y ofrece un antifaz o los ojos cerrados si el pañuelo le molesta.

## Seguridad y errores frecuentes

### Para que nadie se haga daño

- Revisa que el suelo esté seco y sin objetos duros. Los obstáculos tienen que ser blandos y estables.
- Mantén distancia entre circuitos y paredes. Quien va vendado camina sin correr.
- El vendado puede quitarse el pañuelo cuando quiera. El guía para al instante si oye «stop».

### Errores frecuentes al aplicarla

- Dejar el circuito demasiado difícil desde el principio. Empieza simple y complica solo si la clase responde.
- Dejar que hablen todos a la vez. Escalona las salidas para que cada vendado oiga a su guía.
- No cuidar el vínculo entre parejas. Cambia de pareja o no fuerces emparejamientos incómodos.

## Preguntas para la reflexión final

¿Qué órdenes te ayudaron más cuando ibas con los ojos vendados?

¿Cómo te sentiste al depender solo de la voz de tu compañero?

¿Qué cambiarías al guiar para que tu pareja se sintiera más segura?

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