



**Universitat**  
de les Illes Balears

**TREBALL DE FI DE MÀSTER**

# **ULTIMATE FRISBEE, EINA PER A L'EDUCACIÓ EN VALORS**

**Alfonso Mir Rey**

**Màster Universitari de Formació del Professorat**

**Especialitat: Educació Física**

**Centre d'Estudis de Postgrau**

**Any Acadèmic 2020-21**



# **ULTIMATE FRISBEE, EINA PER A L'EDUCACIÓ EN VALORS**

**Alfonso Mir Rey**

**Treball de Fi de Màster**

**Centre d'Estudis de Postgrau**

**Universitat de les Illes Balears**

**Any Acadèmic 2020-2021**

Paraules clau del treball: Educació en valors, Ultimate Frisbee, Disc Volador, Esperit de Joc, SOTG.

*Nom Tutor/Tutora del Treball: Pedrona Serra Payeras*

## Resum

Aquest treball afronta la importància de l'educació en valors i proposa treballar-la a les classes d'Educació Física (EF) de secundària a partir de l'esport de l'Ultimate Frisbee (UF), a través d'una investigació demostrant empíricament, mitjançant la creació i aplicació d'un qüestionari, com s'aconsegueix incrementar la percepció positiva de determinats valors considerats positius per l'alumnat i per a la societat.

Primerament s'ha estudiat la bibliografia prèvia respecte a la educació en valors, posteriorment es profunditza sobre la figura pròpia i diferenciadora de l'UF, l'Esperit de Joc o Spirit of de Game (SOTG) i el conjunt de valors que són directament treballables amb aquest esport aplicant el reglament oficial. El següent pas ha estat el de l'elaboració d'un qüestionari validat per persones expertes en valors, el qual es va exposar als i les adolescents a l'inici i final d'una unitat didàctica (UD) de 8 sessions de durada.

A partir de les dades recollides s'han valorat els resultats, posant en perspectiva la variació corresponent de les respostes donades per l'alumnat entre el qüestionari inicial i el final, per acabar formulant la conclusió final que respon a l'efectivitat de l'Ultimate Frisbee com a eina d'educació en valors, aportant dades significatives positives per a seguir plantejant formular projectes que combinin Ultimate Frisbee i educació en valors.

## Índex

1. Objectius del treball: .....	5
2. Estat de la qüestió: .....	6
2.1 Marc teòric .....	6
2.2 Educació en valors: .....	14
2.3 Educació en valors a través de l'esport: .....	15
2.4 Ultimate Frisbee i Esperit de Joc .....	19
2.5 Nota autobiogràfica .....	20
3. Desenvolupament de la proposta: .....	21
3.1 Metodologia .....	21
3.2 Resultats .....	32
3.3 Discussió .....	37
4. Conclusions .....	39
5. Referències bibliogràfiques .....	41
6. Annexos .....	44
6.1 Fitxes per sessió .....	44
6.2 Kahoot Esperit de Joc .....	46
6.3 Esperit de Joc (Reglament Oficial): .....	46
6.4 Respostes qüestionari .....	48
6.5 Model de carta per a experts per a validació d'instruments .....	49

## Índex de gràfiques

Gràfic 1: Mitjana per pregunta.....	33
Gràfic 2: % Variació per pregunta .....	33
Gràfic 3: Mitjana per valors.....	35
Gràfic 4: % variació per valors.....	35
Gràfic 5: Mitjana total. ....	37

## Índex de taules

Taula 1: Classificació i descripció de valors al SOTG. ....	24
Taula 2: Relació valors SOTG i Currículum EF.....	25
Taula 3: Adaptació valors SOTG a recerca.....	26
Taula 5: Qüestionari definitiu.....	30
Taula 6: Full de registre.....	31
Taula 7: Dades mitjana per pregunta.....	32
Taula 8: Dades mitjana per valors.....	34

## **1. Objectius del treball:**

L'objectiu principal d'aquest treball és:

- ⇒ Demostrar empíricament que l'Ultimate Frisbee és un esport que afavoreix l'adquisició de determinats valors per part de l'alumnat d'ESO.

Com a objectius secundaris trobem:

- ⇒ Identificar els valors inherents a l'Ultimate frisbee.
- ⇒ Establir la relació entre valors a treballar i l'eina de l'Esperit de Joc, característica diferencial de l'Ultimate respecte a la majoria d'esports que es practiquen a les escoles.
- ⇒ Elaborar un qüestionari per a recollir dades que puguin demostrar l'efectivitat de l'UF per a educar en valors.

## **2. Estat de la qüestió:**

### **2.1 Marc teòric**

Aquest treball consta d'una introducció teòrica, fent una revisió de l'estat de la qüestió que tracta, centrada en els valors que s'han seleccionat i per un altra banda, la recerca que s'ha fet i la metodologia seguida per arribar als resultats, que han propiciat les pertinents discussions i conclusions.

Donada la importància social de transmetre determinats valors als i les més joves i preparar-los adequadament per a la societat del dia del demà, existeix la necessitat de cercar metodologies efectives per a fer-ho, s'ha demostrat que la utilització de l'esport pot ser un camí per assolir aquest objectiu. A més, el mètode ha de ser fàcilment aplicable i ser el més estandarditzat possible amb la fi de poder-se aplicar al màxim nombre de centres, sense una formació dels professors i professores excessivament complicada i amb informació i materials a l'abast de qualsevol persona interessada en fer us d'aquests. L'objectiu del treball que s'exposa no és crear un programa totalment innovador i revolucionari, si no aprofitar una metodologia, poc coneguda, ja existent i demostrar la seva efectivitat per a educar en valors. A continuació s'exposen els estudis i programes relacionats amb l'estat de la qüestió que es planteja i, posteriorment, les característiques principals de l'UF de forma desenvolupada.

Existeixen estudis que cerquen objectius semblants als que es volen obtenir mitjançant aquest TFM, treballar i potenciar uns valors determinats a partir de l'activitat física i esport, generalment a les classes d'Educació Física:

El model de responsabilitat personal i social (MRPS) de Hellison (1995), sorgeix inicialment per a potenciar actituds positives a través de l'esport en joves conflictius dins l'àmbit esportiu i extrapolar-los a la vida quotidiana. Posteriorment, donada la seva eficàcia, es va aplicar a diferents i nombrosos contextos. De forma molt breu es podria resumir que aquest sistema es fonamenta en donar responsabilitat activa als alumnes i acompanyar a que responguin positivament, mitjançant reflexions pròpies i participant en el procés d'avaluació. Divideix en 6 nivells de responsabilitat:

Nivell 0: Els i les alumnes encara són irresponsables i la tasca del professor o professora és explicar els objectius del programa.

Nivell 1: Cerca el respecte cap als altres, el professor/professora és qui s'encarrega de generar un ambient on tothom es pugui expressar sense rebre a canvi cap tipus de resposta violenta. Si un alumne o alumna no es veu capaç, pot renunciar a participar amb la fi de, al menys, no interferir en les dinàmiques.

Nivell 2: Es tracta de redefinir l'èxit oferint diversitat de possibilitats per que els i les alumnes puguin marcar els propis objectius com a grup i tractin d'arribar a assolir-los mitjançant l'esforç.

Nivell 3: Arribat aquest nivell es cerca l'autonomia dels i les aprenents i que el docent o la docent no hagin d'intervenir directament a les activitats.

Nivell 4: Els i les alumnes han de assumir lideratge i canviar el propi sentiment d'ego per un de solidaritat i ajudar als i les altres.

Nivell 5: Extrapolar l'après a classe a la vida quotidiana.

Un exemple d'aplicació d'aquest model va ser amb un grup de l'etapa d'ESO i els resultats van ser un impacte positiu cap al joc net i l'autocontrol en un espai temporal relativament curt a més de disminuir també el joc dur amb excessiu contacte físic i les jugades antiesportives (Cecchini et al., 2007). Hi ha molts exemples d'aplicació amb resultats positius d'aquest model i es segueix considerant actual degut a que respon a la demanda de metodologies actives i competencials, fomentant l'autonomia i responsabilitat de l'alumnat.

El programa Delfos (Cecchini, 2008) també té com a fi utilitzar l'àmbit esportiu i aconseguir que existeixi transferència cap a altres àmbits. Diferents estudis documenten l'efectivitat d'aquest programa per a millorar el Fair Play i autocontrol en joves amb risc d'exclusió, també s'ha demostrat que pot ser un mitjà útil per a reduir les conductes agressives (Cecchini et al., 2009). Un dels aspectes clau d'aquest programa està relacionat en els processos de transferència que es basa en el principi que els valors apresos dins el terreny de joc poden ser transferits a altres dominis, però només si les experiències



son específicament dissenyades i implementades amb aquest propòsit (Danish et al., 1992).

El programa Esport per la Pau (Ennis et al., 1999) és un programa d'intervenció amb l'objecte d'erradicar comportaments disruptius als estudiants d'instituts urbans dels Estats Units. Els conceptes i habilitats recollits en aquest programa inclouen responsabilitats personals i socials, habilitats de negociació de conflictes, comportament físic i verbal no violent i sentit de comunitat. Es considera un mètode efectiu per a generar canvis de conducta moral i social a l'educació secundària.

Com a exemple pràctic, es va aplicar el programa amb alguna modificació (Gerstein et al., 2014) amb vuit subjectes al llarg de vuit setmanes amb dues sessions setmanals realitzades al gimnàs en horari extraescolar. Els resultats demostren una millora a les conductes violentes físiques i psicològiques, millora en el respecte cap a oponents i en la insistència en la defensa de la veritat.

El programa "Joc Net" neix després de identificar problemes actitudinals greus en esportistes, al 1986 a Canadà es va crear una comissió encarregada d'identificar els principals conflictes i cercar la manera de acabar amb aquests, els objectius principals que es van fixar per millorar van ser: Respectar les regles del joc i respectar als àrbitres acceptant les seves decisions, respectar oponents, donar a tothom l'oportunitat de participar i tenir autocontrol. Els processos aprenentatge proposats per a fer-ho varen ser resoldre conflictes morals a través de la discussió i resolució de conflictes i canviar els rols i perspectives, avaluaren el programa 7 mesos després i van observar canvis significatius en el judici, raonament, intenció moral i comportaments prosocials dels alumnes.

El projecte "Pautes per millorar la intervenció educativa en esportistes i famílies en edat escolar" (Ponseti Verdaguer et al., 2018), va ser un projecte que van dur a càrrec el Grup d'Investigació en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport de la Universitat de les Illes Balears, l'objectiu del programa era educar en valors a través de l'esport escolar i va consistir en formar a 500 tècnics de totes les Illes amb un impacte aproximat damunt 10.000 esportistes. Els resultats són que un

62% d'equips van millorar les actituds prosocials, un 19% va quedar igual i un 19% varen empitjorar.

També existeixen infinitat programes en marxa amb la finalitat de treballar valors a partir de l'esport. A Balears podem trobar el programa "Posam valors a l'esport" fomentat per la Direcció General d'Esports, centrat a reduir els comportaments contraris al fair play o joc net en l'esport en edat escolar. Les tres línies d'intervenció són: la intervenció dirigida als esportistes, la intervenció dirigida a pares, mares i tutors dels esportistes i la intervenció dirigida al teixit social de les Illes Balears, mitjançant una campanya publicitària i la redacció d'un decàleg de valors.

A Catalunya, un dels més destacats és el projecte del Centre d'Estudis Olímpics de la Universitat Autònoma de Barcelona "Valors en Joc" (Prat, 2021), una proposta educativa que promou la reflexió i l'esperit crític sobre els valors i la pràctica d'activitats físiques i esportives. Aquest aprofundeix en temàtiques d'interès social que sovint no s'aborden des del currículum formal: Joc net, salut, racisme, gènere, i esforç, amb els valors corresponents i ofereix un conjunt de propostes i materials didàctics innovadors de caràcter interdisciplinari, de suport al professorat, dissenyats especialment per als nois i noies de 10 a 16 anys (Educació Primària i Secundària). També serveix com a espai d'intercanvi d'experiències i de formació de professorat.

Un altre exemple és el model de competició dels Jocs Esportius Escolars del Consell Esportiu del Baix Llobregat "Juga Verd Play" que proposa un canvi de paradigma, semblant al que es proposa en aquest treball, on la finalitat és educar en valors a través de l'esport. Aquest objectiu es fonamenta en 3 pilars: els valors han de comptar en el resultat final, implica la participació efectiva de tots els agents (famílies, tècnics, dinamitzadors de joc,..), i planteja un format de competició sobre 10 punts al resultat d'un partit on s'integren els valors i els marcadors gràcies a l'ús de les noves tecnologies.

La UNESCO (2020) també consta dels programes d'educació a través de l'esport (Values Education through Sport) que donen suport a l'aprenentatge actiu, complementen les habilitats cognitives i donen als i les estudiants majors

quantitats de responsabilitat, i milloren el seu nivell de concentració i participació. Els programes “VETS” són flexibles i tenen un fort potencial multi curricular: poden reforçar els plans d'estudi existents i es poden transmetre en diferents temes, incloent l'EF, l'educació cívica i moral, nutrició, biologia, arts... En última instància, aquests programes ajuden els i les estudiants a transferir i posar en acció valors fora de l'entorn escolar, comproment-se en les seves comunitats, prenent decisions informades, sent sensibles i respectant als altres i el medi ambient, a més, contribueixen al desenvolupament de la confiança en si mateixos i mateixes, les opcions d'estil de vida actiu i saludable, i una comprensió dels drets, donant suport a la delicada transició a la independència de l'adulthood.

Entorn a l'Ultimate Frisbee, encara no existeix massa literatura en el sentit d'educar premeditadament en valors. El més semblant és el “Pla de promoció de l'Ultimate i dels valors a l'esport” (Cipriano, 2019). A on podem trobar Unitats didàctiques per ensenyar el funcionament del joc i dins aquest, l'Esperit de Joc, en aquest pla també es proposen rúbriques d'avaluació d'aquest SOTG.

Un altre material que podem trobar amb referència a l'ensenyament de l'Ultimate en un sentit més general és el llibre “Ultimate at Schools programme teacher's file” (Amoroso, 2020) a on es poden trobar explicacions pràctiques i teòriques per a desenvolupar sessions, dins aquest llibre es parla també de l'Esperit de Joc encara que ho fa d'una forma més general.

Pel que fa a estudis directament aplicats a ensenyar valors a través de l'Ultimate Frisbee podem citar dos treballs de grau realitzats amb resultats positius:

“El Ultimate Frisbee una herramienta para mejorar las relaciones interpersonales y la convivencia escolar en los estudiantes del curso 302 del Colegio Villas del Progreso” (Hilarión Peña & Bejarano Rocha, 2015) y “El Ultimate frisbee como propuesta pedagógica para influenciar el valor del respeto entre los niños del curso 502 del Instituto Técnico Francisco José De Caldas” (Gómez Pineda & Mora Barrantes, 2018). En la línia d'aquests dos

treballs es trobaria emmarcat aquest, una feina humil i a petita escala d'aplicació d'un esport per a millorar actituds d'estudiants i fer-ho de forma que els resultats es puguin plasmar de forma empírica. Com a diferenciació, en el present treball es cerca abastar la majoria de valors que es troben dins l'Esperit de Joc i fer-ho a partir de no modificar ni diferenciar el que seria una experiència real de practicar l'esport en qualsevol àmbit no escolar.

Però... per què utilitzar l'Ultimate Frisbee i no qualsevol altre esport com a eina educativa?

L'Ultimate Frisbee és una de les poques disciplines esportives, que inclou una divisió mixta. El 100% dels clubs existents actualment a Espanya, tenen equips mixtos, això representa que els dos conjunts alineen un nombre idèntic de jugadores i jugadors durant cada punt en joc.

A cap competició, tant a nivell nacional com internacional, existeix la figura de l'àrbitre, una característica única de l'Ultimate és que l'arbitratge el fan els propis jugadors i jugadores i aquests i aquestes tenen la responsabilitat d'assenyalar les faltes que fan o reben. Si no s'està conforme amb la falta, es dona un temps limitat per a contrastar opinions i poder retractar-se, si no, es repeteix la jugada. Val a dir que algunes competicions de caire internacional han introduït una figura neutral a manera de 'observador' que indica amb senyals la seva percepció, però la decisió final sempre la tenen els propis participants de la jugada.

Que l'Ultimate sigui un esport de no contacte i auto-arbitrat provoca que tots els jugadors i jugadores siguin responsables de conèixer i complir les regles i que es posi l'accent principalment en l'esportivitat i el joc net. No obstant això, també es promou i cerca la competitivitat i l'evolució i creixement, però mai a costa del respecte entre els jugadors i jugadores, el compliment de les regles o el gaudir del joc. Un exemple d'això és que al finalitzar cada partit, es lliura a cada capità o capitana una fulla a la qual es puntuen diferents aspectes de l'equip contra el que s'ha jugat, al final del torneig es comptabilitzen tots els vots que ha rebut cada equip i el que major puntuació obté es fa amb el premi de l'Esperit de Joc. Aquest fet possibilita veure els punts forts i febles del propi

equip, a nivell d'actituds, de forma que posteriorment es pugui treballar sobre aquells que es consideri més necessari millorar. Amb aquesta filosofia es cerca que la responsabilitat del joc net i just recaigui sobre cada jugador i jugadora, partint del principi que cap jugador o jugadora violarà les regles intencionadament, com així s'indica en el propi reglament.

Tot això pot afavorir aconseguir que les persones aprenguin i s'eduquin a través de l'esport: que respectin les normes, que treballin en equip, que tinguin una actitud crítica davant conductes i actuacions negatives inclús dins el seu propi equip (discriminació, violència,...), que siguin conscients de les dimensions socials que emboliquen a l'esport, que millorin motriument..., ressaltant la importància d'utilitzar l'esport com a element formatiu que possibiliti el canvi dels usos no adequats que del mateix es puguin cometre.

L'Ultimate fomenta uns valors positius tant per a nenes, nens i joves, com per a qualsevol persona adulta i el que més sol cridar l'atenció als nous descobridors d'aquest esport, i que justifiquen el seu potencial educatiu, és que es tracta d'un esport mixt, on no existeix la figura mediadora de l'àrbitre i on predomina la idea de joc net i esportivitat per sobre de tot. (De los Ríos, 2010)

“El compliment de les característiques referents a l'auto-arbitratge, treball cooperatiu, coeducatiu, relacions interpersonals i d'integració social, van directament lligats a l'alta riquesa d'educació en valors que proporcionen aquest tipus de jocs i esports” (Dalmau et al., 2007).

Aprofundint més en l'Esperit de Joc, podríem dir que és una representació del joc net o fair play, però inclòs de forma clara i destacada dins el reglament de l'Ultimate, amb una sèrie d'elements dissenyats per a poder dur-lo a terme de forma pautada i avaluable.

Així doncs per una banda tenim el conegut com a fair play, que segons el Diccionari de les Ciències de l'Esport (Bañeres et al., 1989) implica:

- Reconeixement i respecte per les regles de joc.
- Relacions correctes amb l'adversari o adversària.

- Manteniment de la igualtat d'oportunitats i de condicions per a tothom.
- Rebuig de la victòria a qualsevol preu.
- Actitud digna tant en la victòria com en la derrota.
- Compromís real de donar tot el que es pugui d'un mateix.

Els esportistes i col·lectius immersos en el món de l'esport han arribat a definir-lo com una actitud davant la vida, perquè la seva concepció del fair play va més enllà del respecte dins o fora del terreny de joc. Així, en fan una projecció que el transforma en un codi de conducta que apliquen a qualsevol situació quotidiana.

I per l'altra banda tenim l'Esperit de Joc o SOTG, que com podem llegir al web de la Federació Espanyola de Disc Volador, és un dels aspectes més importants del l'Ultimate, i un dels pilars d'aquesta modalitat esportiva. Tant és així, que al reglament oficial, el qual s'adjunta als annexes d'aquest treball, el primer capítol està dedicat al aquest. A continuació es citen els dos primers punts del reglament :

1.1 L'Ultimate és un esport de no contacte i autoarbitrat. Tots els jugadors són responsables de conèixer i aplicar les regles i de regir-se a aquestes. L'Ultimate Frisbee es construeix entorn de l'Esperit de Joc, el qual delega sobre cada jugador la responsabilitat de vetllar pel joc net.

1.2 Es confia que cap jugador incomplirà les regles intencionalment; és per això que no existeixen sancions severes per incompliments. En canvi, sí que existeix un mètode per a reprendre el joc, de manera que es simuli el que probablement hauria ocorregut si no hagués existit l'incompliment.

A més dels fulls d'avaluació d'Esperit de Joc, existeix un acte de comunicació bastant atractiu i útil entre els equips i que té lloc immediatament després del partit, és l'anomenat cercle del Spirit. Es forma alternant als jugadors de tots dos equips i es produeix un intercanvi d'opinions i impressions sobre el partit per part dels capitans de tots dos conjunts, on parlen del resultat, el

desenvolupament del joc i, per descomptat, l'esportivitat demostrada en el mateix pels dos equips.

Tots aquests conceptes, protocols i documents creen un clima d'esportivitat molt agradable i desgraciadament inusual a la majoria dels esports, que convida al jugador a formar part del mateix d'una forma addictiva i gairebé màgica que fa que el jugador i jugadora d'UF s'enganxi amb més força a aquest esport afavorint la transmissió d'aquests valors positius a la vida quotidiana.

## **2.2 Educació en valors:**

Els valors són els principis que tenen les persones per a enfrontar-se a les situacions de la vida quotidiana de la millor manera possible, per això és important que vagin molt lligats a l'educació i que cerquin oferir benestar personal i que aquest estigui directament relacionat amb la vida en societat. Els valors han de traduir-se en actituds i aquestes en normes davant de situacions concretes.

L'educació en valors suscita un gran interès social i educatiu fins al punt d'estar present com a contingut específic als currículums escolars de tots els nivells educatius. És una problemàtica molt present i que es segueix treballant degut a la seva rellevància, “alguns filòsofs de l'educació interpreten l'agitació i confusió actual com una confrontació dialèctica entre lo antic i el nou, i això fa que aflorin inherents contradiccions” (Parra Ortiz, 2003).

L'augment de comportaments agressius i disruptius als centres escolars s'ha associat amb nombrosos factors negatius per a la joventut, a la seva vida social i personal, creixent com a una preocupació principal per als i les joves, educadors i educadores, els i les cuidadores i la societat (Barnes et al., 2014; Sánchez-Alcaraz Martínez et al., 2016; Wilson & Lipsey, 2007).

Un dels motius de la necessitat social d'educar en valors és què si bé fa uns quants anys era l'Església qui tenia la responsabilitat d'imposar el que anomenaven una “educació moral”, de manera que indicava allò que estava bé



i censurava el que no era correcte, actualment ens trobem que no tenim els referents que ens marcava aquesta institució (Prat et al., 2015).

Tenint en compte que hi ha una preocupació social real per a millorar els sistemes de valors de les noves generacions, es considera que s'han de cercar alternatives i les millors eines per a oferir solucions a aquesta problemàtica.

### **2.3 Educació en valors a través de l'esport:**

En aquest treball es proposa una eina basada en l'esport per a treballar els valors ja que educar en valors a través de l'activitat física i esport és un fet àmpliament reconegut per part de les persones expertes. La Revista Española de Educación Física y Valores (2019) defensa la importància de l'assignatura d'Educació Física com a mitjà més efectiu en la transmissió de valors intrínsecs i extrínsecs a la població escolar i a tota la comunitat, també es fa referència a la necessitat de conscienciar d'aquest fet mitjançant evidències científiques a la persones que prenen decisions, com podrien ser les autoritats en educació, els directors i directores, famílies o altres docents.

Determinats esports tenen inclosos al seu entorn i cultura esportiva certs rituals, com en aquest treball s'exposa el cas de l'Esperit de Joc de l'Ultimate Frisbee, que fomenten valors associats a la mateixa pràctica d'aquests i, per tant, es pot afirmar que hi ha esports que poden afavorir un bon entorn educatiu. Això no vol dir que l'esport per si mateix sigui una eina educativa, però utilitzat de manera adequada és un excel·lent mitjà per a fomentar valors individuals i socials, sent un element amb un gran potencial per a educar en valors (Prat et al., 2015).

L'esport pot afavorir la promoció de la responsabilitat personal, pel fet d'haver de seguir unes normes o tenir unes tasques assignades; la responsabilitat social, pel fet d'haver de resoldre conflictes com la integració intercultural, la tolerància, la solidaritat i la col·laboració amb els altres de forma empàtica (Prat et al., 2008, p. 11).

En qualsevol situació a la que es practiqui esport com a fenomen social, des d'elit fins al pati d'una escola, es generen gran quantitat de situacions a les que



entren en joc l'ús d'habilitats socials i això provoca un bon camp de pràctiques per a desenvolupar actituds com la d'haver de dialogar, prendre decisions, manifestar-nos, negociar, etc. Existeix gran debat sobre si la competició esportiva es positiva o negativa per a educar, tenint en compte les seves característiques resulta senzill trobar arguments a favor (col·laboració, esforç, respecte...) i arguments en contra (sentiment de fracàs, rivalitat malentesa, agressivitat excessiva...) i com s'ha dit prèviament sobre l'esport, podem dir que la competició en si mateixa no és bona ni dolenta, sinó que depèn de tot un seguit de variables que l'emmarquen, i de la forma com es gestioni. Des d'una perspectiva educativa, la competició és una font de tensions i conflictes que contínuament posen a prova capacitats com l'autocontrol, l'esperit de superació, la responsabilitat, la col·laboració, l'acceptació de les pròpies limitacions i les dels altres, el diàleg, etc. I tot això juntament amb un seguit d'emocions com l'alegria desbordada, el ressentiment, la por, la tristesa, etc., que fan que sigui encara més complexa la presa de decisions dels jugadors i jugadores que competeixen. Aquestes situacions propicien que nois i noies madurin i creixin aprenent dels seus companys i companyes, dels entrenadors i entrenadores, del públic, i de tot l'entorn que els envolta, perquè aquest aprenentatge sigui d'actituds i valors positius, cal que hi hagi un clima adequat i de fair play per damunt de tot (2008).

En la mateixa línia trobem diversos autors que recolzen la tesi de l'esport i l'EF com a eina amb grans possibilitats educatives, Martinek, Schilling i Jonhson (2001) destaquen que l'alta interactivitat i el caràcter emocional de l'Educació Física i l'esport permeten ensenyar valors humanistes i promoure el desenvolupament social i emocional.

Les classes d'Educació Física, per la forma de desenvolupar-se en espais oberts amb activitats que posen en contacte a uns i unes alumnes amb altres, permeten expressar els seus sentiments, emocions, etc., el que repercuteix a l'hora de treballar de forma pràctica situacions on l'alumnat pot experimentar de forma real tots els principis teòrics de desenvolupament social i personal que

s'han pogut explicar, en comptes de quedar en recomanacions teòriques del que s'ha de fer (Cutforth & Parker, 1993).

Si seguim pensant en la característica pròpia de la pràctica d'esports i la interacció social de l'individu amb els altres que aquesta suposa, es generen situacions d'enfrontar-se amb punts de vista diferents al d'un mateix, donant lloc a conflictes que obliguen a l'individu a superar el seu egocentrisme. Les activitats de caràcter físicoesportiu afavoreixen aquest concepte, posant en joc situacions de conflicte que exigeixen un acord amb companys per arribar a una solució (Gutiérrez, 2003).

A les classes d'Educació Física es poden observar amb gran facilitat els aspectes personals del caràcter de l'alumnat degut a la naturalesa pública de les activitats. Les seves conductes donen testimoni dels processos interns que ocorren en aquests i aquestes, en aquest sentit, Miller, Bredemeier i Shields (1997) assenyalen que quan una persona insulta o fa algun gest negatiu a classe, el professor pot fer-se una idea del seu estat interior i, a més, freqüentment es posen en evidència davant els altres les debilitats i vulnerabilitats pròpies del caràcter. Si coneixem millor al nostre alumnat podrem arribar a ells i elles d'una forma més propera i efectiva per a educar les carències de les que manquin.

Un altre punt positiu d'educar mitjançant l'esport i que encara no s'ha tractat en aquest treball és el de la motivació dels i les alumnes amb dificultats acadèmiques o socials. Molts i moltes alumnes, inclosos i incloses aquells i aquelles que no han tingut experiències positives a l'escola o que tenen poca motivació acadèmica, conceben l'Educació Física com alguna cosa diferent i atractiva dins del seu dia acadèmic (Sánchez-Alcaraz Martínez et al., 2012)

Destaca també la necessitat d'incloure continguts actitudinals dins els esports a més dels habituals continguts conceptuals i procedimentals (Gil Madrona & Zamorano-García, 2006). Si és cert que la pràctica esportiva va relacionada amb uns valors intrínsecs d'aquesta, no es menys cert que l'adquisició per part del alumnat no és fàcil d'avaluar i no es sol donar. L'esport i l'Educació Física correctament planificats, amb una metodologia específica, centrada en l'impuls

de valors poden contribuir a la prevenció de conductes antisocials i a la millora de la convivència (Jiménez Martín & Durán González, 2005) i per això en aquest treball és considera important poder avaluar els resultats al finalitzar l'UD. "Els canvis en la conducta ocorreran amb més facilitat si són plantejats d'una manera sistemàtica en el context de l'esport i l'Educació Física, ja que aquests es desenvolupen en ambients atractius i interactius, emocionants i divertits per als joves" (Cecchini et al., 2003).

Un classificació interessant per la concisió que pot servir a mode de resum, la trobem a la revista Apunts (Prat et al., 2015) on s'afirma que els motius pels quals el joc i l'esport són uns excel·lents mitjans per treballar els valors individuals i socials són:

- El caràcter lúdic, que predisposa a l'aprenentatge.
- Un gran potencial de cooperació, superació i esforç.
- Un llenguatge universal. L'Educació Física, el joc i l'esport tenen un llenguatge universal: el llenguatge del cos i dels gestos.
- Una gran quantitat de relacions personals i conflictes.

I afegeix que "Malgrat que l'escola no sigui l'única responsable d'educar en valors, volem remarcar que aquesta hi juga un paper fonamental".

Si ens fixem en bibliografia que ens toca de forma més propera, podem llegir com a la primera pàgina del currículum educatiu de secundària d'Educació Física de Balears (2015), dins l'apartat de finalitat de l'assignatura indica que:

Els alumnes aconseguiran controlar les pròpies accions motrius i donar-los sentit, comprendre els aspectes perceptius, emotius i cognitius relacionats amb aquestes accions i gestionar els sentiments que hi estan vinculats, a més d'integrar coneixements i habilitats transversals, com la feina en equip, el joc net, el respecte a les normes i la seguretat, entre altres.

Al llarg de tot el currículum es poden veure referències a l'educació en valors, dins els objectius específics trobem "mostrar habilitats i actituds socials de tolerància i d'esportivitat per damunt de la recerca desmesurada del rendiment"

i “Mostrar habilitats i actituds socials de respecte, de feina en equip i d’esportivitat a l’hora de participar en activitats, jocs i esports, independentment de les diferències culturals, socials i d’habilitat”.

Per tot l’exposat anteriorment aquest treball cerca aprofitar les classes d’EF i un esport com és l’UF, que compta amb tot un sistema i pautes d’autoregulació anomenat “Esperit de joc” o “Spirit of the Game (SOTG)” que pot ser de gran utilitat com a mitjà metodològic, per educar en valors, una problemàtica mostrada com de gran interès social.

#### **2.4 Ultimate Frisbee i Esperit de Joc**

L’UF és un esport de cooperació-oposició dins un terreny de joc comú i de participació simultània, és mixt i auto arbitrat. Es juga amb un disc volador o frisbee i l’objectiu és anotar punts a la zona del equip rival i evitar que ens anotin a la nostra. És un esport que es diferencia d’altres en que té una filosofia pròpia i qualsevol persona que el practiqui ha d’assumir el compromís d’adquirir una conducta i expressions que es recullen dins l’Esperit de Joc, una eina que es basa en el Fair Play (Joc net).

L’Esperit de Joc és el compromís que es fa mentre es desenvolupa el joc per a jugar sense agredir a l’altre. A més assumeix el diàleg com a principal mediador durant el joc (Tejada Otero, 2010). Els jugadors i jugadores manifesten aquest compromís com un sinònim de joc net que convoca a tothom que hi participi amb la responsabilitat d’exercir les normes sense l’ajuda d’àrbitres (Parinella & Zaslow, 2004). Quan es produeix una jugada conflictiva, qui la resol en primera instància són els jugadors o jugadores directament implicats, tot i que si creuen convenient l’opinió dels i de les altres atletes poden fer us d’aquestes opinions, el que interessa és resoldre de forma objectiva la jugada el més ràpid possible per no interrompre la dinàmica del joc i fer-ho mitjançant una conversa respectuosa i amb autocontrol per afavorir el desenvolupament lúdic del joc. En cas de no arribar a un enteniment es retornarà el disc i la jugada al punt anterior.

Les tendències actuals d’oci han de potenciar el desenvolupament humà (Cuenca, 1998). En aquest sentit l’UF pot arribar a tenir aquesta virtut ja que la

pràctica del joc és un procés d'aprenentatge de l'ètica i els valors de manera activa i reflexiva al qual cada individu progressa al seu propi ritme i és més eficaç quan opera en situacions reals i pràctiques. Llavors el SOTG s'entén com un "procés pedagògic experiencial que integra als subjectes i promou el desenvolupament humà a través de l'escena del joc" (Tejada Otero, 2009).

En cas d'aparèixer un comportament inapropiat es comunicarà per tractar de resoldre'l. En tot cas, com marca el reglament de la Federació Mundial de Disc Volador, al final de cada partit es fa una avaluació de l'altre equip classificada en diferents seccions que són: Coneixement i us de normes; Evitar faltes i contacte físic, Imparcialitat, Actitud positiva i autocontrol; Comunicació. Aquests punts són els que pràcticament de forma directa es cercarà treballar amb l'alumnat. Durant els tornejos hi ha un equip campió de SOTG en funció del total d'avaluacions rebudes, on es puntuen els aspectes tant negatius com positius. L'objectiu d'aquest campionat (paral·lel al purament esportiu) és conèixer quins aspectes millorar o consolidar individual i col·lectivament.

## **2.5 Nota autobiogràfica**

Com a nota autobiogràfica puc aportar la meva experiència, ja que soc practicant d'Ultimate Frisbee des de fa més de cinc anys. Des del primer moment vaig percebre una atmosfera especial de valors positius envoltant aquest esport, he assistit a tornejos locals petits i a grans esdeveniments de màxim nivell europeu i la sensació de tenir davant una eina per construir un món millor es veu reforçada cada vegada que tinc l'oportunitat d'estar a prop d'aquest ambient. La meva reflexió és que si amb jo mateix, persona adulta ja formada, he notat canvis actitudinals positius aplicats a la resta d'activitats de la meva vida, el que pot aportar si es comença a viure des d'edats més infantils és inimaginable. No seria la primera vegada que faig feina ajuntant ultimate i nins o nines i adolescents i els resultats, tot i no haver estat quantificats, han estat sensacions molt positives sempre, també conec experiències d'altres educadors que reforcen la necessitat d'aquest treball per a donar consistència a la tesi.

### 3. Desenvolupament de la proposta:

#### 3.1 Metodologia

Es pot comprovar com els elements que apareixen intrínsecament a l'esport de l'UF poden ser molt favorables per treballar valors; és el cas de la responsabilitat dels participants, llibertat per expressar opinions i respectar-les, coavaluacions, resolució de conflictes, evitar excessiu contacte físic, transferència cap a la vida quotidiana, assumir rols de lideratge, ajudar als altres, etc. Per desenvolupar aquest treball s'han cercat feines anteriors de classificació i descripció de valors a l'etapa de secundària i s'ha fet una taula relacionant els aspectes que avalua el full d'Esperit de Joc amb les descripcions dels valors reflectida a l'estudi "Sistema de indicadores del grado de desarrollo de hábitos y valores del alumnado de educación secundaria obligatoria" (Gobierno de Navarra. Departamento de Educación, n.d.). De manera que quedin classificats quins valors fonamentals es treballen amb l'Ultimate Frisbee i a partir de quin apartat propi de l'Esperit de Joc es podrien treballar. Cal a dir que molts dels valors són transversals a diferents apartats però s'han inclòs dins aquell on hi trobem una major correspondència.

SOTG	Valors i Hàbits
<b>Coneixement i ús de les regles</b>	<p><b>Convivència</b></p> <p>Respecte a les normes: L'alumne o alumna mostra una acceptació i interiorització de les pautes de comportament establertes a l'aula, en activitats lúdiques i esportives i en la convivència en general i les assumeix com a pròpies. Està disposat/da a complir-les i fins i tot a vetllar pel seu compliment.</p>
<b>Faltes i contacte físic</b>	<p><b>Benestar personal</b></p> <p>Autocontrol: Domini conscient i voluntari de les decisions i comportaments propis. El comportament no és reactiu ni depèn dels estímuls de grat o desgrat, ganes i desganes... La impressió que produeix és d'equilibri i serenitat.</p>

<b>Imparcialitat</b>	<p><b>Compromís amb les persones i la societat</b></p> <p>Solidaritat, generositat i altruisme: Capacitat de sentir i assumir com a pròpies les necessitats alienes, disposició natural d'ajuda i cura cap a les altres persones, fins i tot de posposar el propi interès per l'aliè, i de compartir coneixement, objectes i temps quan algú ho necessita.</p> <p>Disposició favorable cap a la justícia: La justícia consisteix a donar a cada persona el que li correspon i demanar-li el que pot donar. Suposa assumir drets i responsabilitats, atendre i comprendre les posicions dels altres i exposar les pròpies respectuosa i assertivament. Emetre judicis amb criteris rectes i veritables, basant-se en el coneixement dels fets i ponderant les conseqüències, mitjançant un exercici de reflexió abans de jutjar. Ser persones veraces i honrades. Implica respectar el patrimoni i el bé comú. No romandre impassibles i fomentar la fermesa davant les injustícies. Rebutjar la violència com a manera de comportament. Assumir i fomentar hàbits de participació democràtica i la capacitat d'obertura a les persones: escolta atenta i diàleg com a punt d'enteniment. No deixar-se arrossegar per la competitivitat insana, el mer interès propi o el capritx.</p>
----------------------	---

<b>Actitud positiva i autocontrol</b>	<p><b>Convivència</b></p> <p>Tenir cura dels objectes i de l'entorn: Disposició a fer bon ús de tots els espais del centre (aules, passadissos, patis, banys, façanes, altres dependències...), a tractar adequadament el mobiliari i altres elements auxiliars (cartells, ordinadors, mobiliari esportiu, papereres, etc.), a cuidar els propis materials i els aliens, i a preservar i protegir l'entorn i el medi ambient.</p> <p>Amabilitat i empatia: Capacitat de mostrar-se agradable i afectuós amb els companys, professors i personal del centre en general, mostrant sensibilitat cap a les necessitats de l'altre, es posa fàcilment en el lloc dels altres.</p> <p><b>Benestar personal</b></p> <p>Equilibri emocional: Disposició habitual de reconèixer, posar nom als sentiments i emocions propis i manifestar-los de forma adequada. Suposa assertivitat i estabilitat d'ànim.</p> <p><b>Compromís amb les persones i la societat</b></p> <p>Cooperació, col·laboració, compromís social: Disposició natural a prestar ajuda i a contribuir juntament amb altres persones al bé comú i a la millora de l'entorn. Des d'un sentit de pertinença al grup i sense perdre personalitat, se sent responsable de les tasques i funcionament d'aquest, aporta les seves potencialitats personals, assumeix iniciatives, ocupa el seu lloc, mostra interès per col·laborar associativament i es presenta voluntàriament per a realitzar serveis a altres persones.</p> <p>Proactivitat i optimisme: Disposició habitual de la persona per a sobreposar-se a les dificultats, per a afrontar i superar contratemps de manera positiva i aconseguir noves metes, i per a oferir-se a resoldre problemes. Suposa encoratjar a altres persones, evitar frases negatives que desanimin o puguin ofendre. Implica així mateix persistir en una activitat o actitud positiva encara que costi.</p>
---------------------------------------	---



<b>Comunicació</b>	<p><b>Convivència</b></p> <p>Respecte cap a les persones: Reconeixement del valor i la dignitat de totes les persones i tractar-los d'acord amb aquest valor. Reconèixer els seus drets. Acceptar les seves peculiaritats i diferències i escoltar de manera activa les seves opinions, valorar-les i manifestar acord o desacord sense intentar imposar les pròpies.</p> <p><b>Benestar personal</b></p> <p>Autoestima: És la valoració que es té de si mateix. Una autoestima ajustada implica conèixer les pròpies fortaleses i febleses de manera realista, mostrar-se segur de si mateix en la realització de tasques i activitats i en la relació amb els altres. Comporta assertivitat en jutjar i expressar-se i l'acceptació natural d'observacions i crítiques.</p> <p>Confiança en els altres: Actitud habitual de valoració positiva, respecte i escolta activa cap a les persones del seu entorn. Obertura a la cooperació i a l'amistat, sense especials restriccions; interès pels problemes, punts de vista i necessitats alienes.</p>
--------------------	--

Taula 1: Classificació i descripció de valors al SOTG.

El mateix procediment s'ha dut a terme relacionant els apartats del SOTG amb aquells elements del Currículum de Secundària d'Educació Física de les Illes Balears (2015) que tracten sobre els valors:

SOTG	Valors Curriculum EF Illes Balears
<b>Coneixement i ús de les regles</b>	<b>Bloc 2, Continguts:</b> Respecte i acceptació de les normes i els reglaments.
<b>Faltes i contacte físic</b>	
<b>Imparcialitat</b>	<b>Objectius específics:</b> 12. Mostrar habilitats i actituds socials de respecte, de feina en equip i d'esportivitat a l'hora de participar en activitats, jocs i esports, independentment de les diferències culturals, socials i d'habilitat.

<p><b>Actitud positiva i autocontrol</b></p>	<p><b>Objectius específics:</b> 5. Participar, amb independència del nivell d'habilitat assolit, en jocs i esports (convencionals, recreatius i populars), col·laborar a organitzar-los i desenvolupar-los, valorar-ne els aspectes de relació que fomenten i mostrar habilitats i actituds socials de tolerància i d'esportivitat per damunt de la recerca desmesurada del rendiment.</p> <p><b>Bloc 2, Continguts:</b> -Participació activa en els diferents jocs i activitats esportives i facilitació de les relacions entre companys, la màxima participació, el respecte i la tolerància.</p> <p>-Autocontrol, cooperació, tolerància i esportivitat en les diverses funcions i situacions que es desenvolupen en la pràctica de les activitats esportives.</p> <p>-Valoració de les possibilitats lúdiques del joc i l'esport per a la dinamització de grups i el gaudi personal.</p> <p><b>Bloc 5, Continguts:</b> Tolerància cap als comportaments dels altres.</p>
<p><b>Comunicació</b></p>	<p><b>Bloc 2, Continguts:</b> -Resolució de conflictes mitjançant tècniques de dinàmica de grup.</p> <p><b>Bloc 5, Continguts:</b> -Disposició favorable a la desinhibició en la presentació individual o col·lectiva d'exposicions orals en públic.</p>

*Taula 2: Relació valors SOTG i Currículum EF.*

Com es pot apreciar a les dues taules anteriors, existeix relació entre els valors que interessa transmetre als i les joves i els apartats d'avaluació d'Esperit de Joc de l'Ultimate Frisbee, també existeixen valors que pel propi desenvolupament del joc ja es dona per suposat que estan integrats i no s'indiquen explícitament dins el sistema d'avaluació d'Esperit de Joc, és per això que en aquest treball s'utilitzarà de guia el model oficial del full d'avaluació del SOTG però és faran petites adaptacions per apropar-ho més a necessitats educatives concretes. S'ha pogut apreciar que molts dels valors que es tracten tenen a veure amb la millora de la inclusió i la convivència i per contra, que l'apartat de faltes i contacte físic realment no té un gran impacte a nivell d'educació en valors ja que es pot incloure dins el mateix apartat d'autocontrol. A la següent taula es pot observar com es modifiquen i adapten els apartats oficials per a desenvolupar una investigació més acord a les necessitats educatives determinades:

SOTG	Adaptació
Coneixement i ús de les regles	Coneixement i ús de les regles
Faltes i contacte físic	Inclusió i convivència
Imparcialitat	Imparcialitat
Actitud positiva i autocontrol	Actitud positiva i autocontrol
Comunicació	Comunicació assertiva

Taula 3: Adaptació valors SOTG a recerca.

Amb la fi de respectar al màxim la naturalesa de l'Ultimate Frisbee, s'ha intentat que les modificacions fossin mínimes, s'ha considerat imprescindible afegir l'apartat de inclusió i convivència, que dins el propi esport ja es dona per assolida però en educació encara s'ha de treballar. Dins aquest apartat s'inclou el fet de respectar a tots els jugadors i jugadores sense discriminar per raons de gènere, cultura o nivell de joc. S'ha inclòs en lloc de faltes i contacte físic degut a que s'ha considerat que aquest apartat feia referència a una aspecte massa concret i més aplicable a competicions de participants experimentats que a educació, a on es pot avaluar directament dins l'apartat d'autocontrol. Per un altra banda s'ha afegit el cognom d'assertiva a l'apartat de comunicació al considerar que descriu millor l'objectiu a assolir i l'eleva com a concepte.

Al llarg de les sessions la metodologia ha estat ensenyar l'esport en la seva globalitat; aspectes tècnics, tàctics i SOTG, partint del nivell 0 fins a arribar a jugar i gestionar partits amb les normes bàsiques de forma autònoma. El paper del docent a l'hora de tractar l'Esperit de Joc ha estat remarcar sempre la seva importància i assegurar-se que els conceptes més bàsics fossin clars i assumits per l'alumnat, oferint cada cop menys ajuda a l'hora de gestionar el joc i deixant la responsabilitat de presa de decisions als propis jugadors i jugadores, oferint com a molt una opinió o ajuda de coneixement de normes en cas de no haver-les explicat en qualque cas concret. Per a recolzar i millorar l'aprenentatge de l'Esperit de Joc es va fer un "Kahoot" a meitat d'UD i també l'alumnat que no va

poder participar físicament de forma activa a la sessió, avaluava el SOTG dels seus companys per comunicar-los al acabar la classe les seves impressions. Igual que es fa als tornejos, al acabar els partits, cada equip va avaluar mitjançant el full d'avaluació de SOTG a l'equip rival i el comentaven i compartien en cercle.

Per a realitzar la recerca s'ha dissenyat un qüestionari com a instrument principal i també s'ha elaborat un full d'observació com a recolzament o instrument secundari de la investigació. El qüestionari s'ha fet mitjançant "Google Forms" i el protocol d'aplicació ha estat que cada alumne l'ha respost mitjançant el seu dispositiu mòbil en temps de classe d'Educació Física, explicant el professor pregunta a pregunta de forma clara i resolvent possibles dubtes, remarcant la importància de que siguin respostes sinceres i no les considerades adequades, també és important que es mantingui en secret l'objectiu final d'aquest. L'objectiu del qüestionari és mostrar de forma empírica l'evolució de determinats valors de cada alumne al llarg d'una Unitat Didàctica d'Ultimate Frisbee de 8 sessions i comprovar si es produeixen canvis significatius al llarg d'aquesta.

La recerca s'ha fet mitjançant una mostra de 35 estudiants, de gènere femení (n=14) i masculí (n=21) dels cursos de 2on (n=6) 3er (n=2) i 4t (n=27) d'Educació Secundària Obligatòria pertanyents al mateix centre educatiu concertat a Palma de Mallorca i els valors a estudiar són: Coneixement i ús de les regles de joc, la Inclusió i Convivència a l'aula, la Imparcialitat, l'Actitud Positiva i Autocontrol i la Comunicació Assertiva. Cada un d'aquests valors s'ha relacionat amb tres de les preguntes del qüestionari de forma que havent-hi 5 valors s'han fet 15 preguntes amb la finalitat de fer un anàlisi més exhaustiu de cada un d'aquests i tractar-los des de diferents punts de vista, la resposta es donarà mitjançant l'escala de Likert amb una valoració de 1 a 5 punts en funció de si la alumne està "Gens d'acord" amb l'enunciat o "Totalment d'acord".

Un cop elaborat el qüestionari va quedar de la següent manera, amb unes preguntes generals inicials, seguides de les preguntes referides a valors, a on

estan classificades les preguntes en funció del valor que tracten, aquesta relació entre la pregunta i el valor que es vol estudiar serveix per a fer-nos una idea però l'alumnat en cap cas va rebre aquesta informació:

A	Sexe
B	Any de naixement
C	Curs i classe

Comunicació assertiva	1. Quan hi ha un conflicte, encara que tingui molt clar el que ha passat, escolto amb atenció la versió dels altres.
	2. Abans de començar un partit, considero molt positiu que hi hagi una presentació d'equips.
	3. Quan aprecio una injustícia durant el joc, parlo tranquil·lament amb qui l'ha comès explicant-li el meu punt de vista.
Imparcialitat	4. Si veig una injustícia que beneficia al meu equip i que suposa guanyar el torneig i un important premi econòmic... actuaria per reparar l'error i fer justícia.
	5. Perdre temps per guanyar un partit és un acte que hauria de desaparèixer ja que fa perdre temps d'activitat i avorreix als espectadors. Jo mai ho faria.
	6. Sense àrbitre és possible que hi hagi competicions d'alt nivell, es poden jugar Mundials i Olimpíades sense necessitat de la figura d'una persona neutral que controli el desenvolupament del joc.
Actitud positiva i autocontrol	7. Encara que vagi guanyant o perdent el partit de forma clara i contundent, segueixo jugant al mateix nivell ja que el rival mereix ser respectat
	8. És important que hi hagi bon ambient dins el meu equip però també fomentar i esforçar-me per generar bon ambient amb l'equip rival des de l'inici del partit.
	9. Si l'altre equip fa una bona jugada, el felicito i aplaudeixo.
Ús de normes	10. Encara que estigui molt cansat/da, que la jugada sigui molt important o que el partit estigui calent... Controlo la meva reacció per que sigui calmada i respectuosa.
	11. Saltar-me les normes (fer una falta) per que el càstig em beneficia més que la conseqüència està mal fet.
	12. És important conèixer bé les normes de l'esport que practiquem.
Inclusió i convivència	13. Si veig que un jugador de l'altre equip no coneix el reglament, he de dedicar temps a explicar-li determinades jugades que sorgeixen durant el joc.
	14. És possible practicar un esport d'equip a una competició d'alt nivell on participen nois i noies simultàniament dins el terreny de joc.
	15. Practicant esport a EF s'afavoreix la inclusió i convivència de la classe.
	16. Dins un mateix grup de persones, el fet de competir uns equips contra els altres ens uneix.

Taula 4: Primera proposta de qüestionari.

A partir d'aquest primer disseny, es va consultar a tres persones expertes en la matèria de l'educació en valors per ajudar a corregir i validar el qüestionari, aquestes persones pertanyen a la Universitat Autònoma de Barcelona, a la Universitat de les Illes Balears i a l'INEFC de Barcelona. Això es va fer mitjançant un quadre de text en forma de taules amb una qualificació per a cada pregunta en relació amb la coherència i pertinença amb valoracions de:

Excel·lent, Bé, Millorar, Eliminar i Canviar. El full de validació també afegia una casella d'observacions per a cada pregunta i en general del qüestionari. Després de les modificacions pertinents ha quedat el qüestionari definitiu com es mostra a continuació:

Pregunta	Descripció
A	Gènere:
B	Curs:
C	Classe:
1	Quan hi ha un conflicte durant el joc, encara que tingui molt clar el que ha passat, escolto amb atenció la versió dels altres.
2	Abans de començar un partit, considero molt positiu que hi hagi una presentació d'equips.
3	Quan aprecio una injustícia quant a aprofitar-se del reglament durant el joc, parlo tranquil·lament amb qui l'ha comès explicant-li el meu punt de vista.
4	Si veig que el meu equip no respecta el reglament a una determinada jugada i això suposa guanyar el torneig... actuaria per reparar l'error i que el resultat sigui just.
5	Perdre temps per guanyar un partit és un acte que hauria de desaparèixer ja que fa perdre temps d'activitat i avorreix als espectadors. Jo mai ho faria.
6	És possible que sense àrbitres hi hagi competicions?
7	Encara que vagi guanyant o perdent el partit de forma clara i contundent, segueixo jugant al mateix nivell ja que els companys i el rival mereixen ser respectats.

8	És important que hi hagi bon ambient dins el meu equip però també fomentar i esforçar-me per generar bon ambient amb l'equip rival des de l'inici del partit.
9	Si l'altre equip fa una bona jugada, el felicito i aplaudeixo.
10	Encara que estigui molt cansat/da, que la jugada sigui molt important o que el partit estigui calent... Controlo la meva reacció per que sigui calmada i respectuosa.
11	Voler treure profit del reglament, de forma malintencionada com per exemple, fer una falta tàctica, està mal fet.
12	És important conèixer bé les normes de l'esport que practiquem.
13	Si veig que un jugador/a de l'altre equip no coneix el reglament, he de dedicar temps a explicar-li determinades jugades que sorgeixen durant el joc.
14	ELIMINADA
15	Practicant esport a EF s'afavoreix la inclusió i convivència de la classe.
16	Dins un mateix grup de persones, el fet de competir uns equips contra els altres ens uneix.

*Taula 5: Qüestionari definitiu.*

L'altre instrument, que es mostra a continuació i del que s'ha valorat la seva utilització com a recolzament és un full de registre on el professorat podria qualificar i quantificar el nombre d'actituds negatives i positives que sorgeixen durant les sessions per avaluar l'evolució d'aquestes:



Valor	Acció	Negatiu	Positiu
Coneixement i ús de normes	<b>Coneixement</b>	No coneix les normes pel nivell exigít	Coneix normes per damunt del nivell exigít
	<b>Aprenentatge de normes</b>	Es nega a aprendre les normes	Mostra predisposició a aprendre les normes
	<b>Compliment</b>	No compleix les normes	Compleix normes poc conegudes correctament
Contacte físic	<b>Contacte</b>	Jugar de forma perillosa	Evita alguna jugada perillosa
	<b>Fluïdesa del joc</b>	Massa aturades que provoquen pèrdua de temps de joc	Evita fer massa aturades innecessàries que provoquen pèrdua de temps de joc
Autocont rol	<b>Actitud</b>	Genera ambient desagradable	Genera ambient agradable i divertit
	<b>Intensitat</b>	Inadequada a la situació de joc	Molt adequada a la situació de joc
Imparcialitat	<b>Actitud davant cridades del rival</b>	No mostra respecte	S'esforça en respectar
	<b>Disculpar-se</b>	No es disculpa quan cal	Es disculpa quan cal
	<b>Ajust de comportament</b>	No s'ajusta al comportament que mostra el rival	S'ajusta al comportament mostrat pel rival
Comunicació	<b>Respecte comunicacions equip</b>	Forma de comunicar-se irrespectuosa	Molt respecte al comunicar-se
	<b>Respecte comunicacions rival</b>	Forma de comunicar-se irrespectuosa	Molt respecte al comunicar-se
	<b>Resolució de conflictes</b>	Lenta i/o poc efectiva	Ràpida i efectiva

Taula 6: Full de registre.

Després de la valoració de les persones expertes s'ha trobat que és una eina interessant però que la seva aplicació requeria d'unes necessitats impossibles d'assolir per una sola persona i havent de gravar sessions d'EF amb menors, amb les dificultats que això suposava.



Quant a l'ètica de la investigació, destacar que s'ha demanat permís exprés al centre per a la recollida de dades i que al ser una mostra de persones menors d'edat s'ha sol·licitat una autorització signada a les famílies. Qualsevol informació que pugui relacionar les dades amb els menors és totalment confidencial.

### 3.2 Resultats

A partir dels resultats obtinguts, el primer que s'ha fet és comprovar que el formulari sigui fiable. Aquest procediment s'ha calculat mitjançant l'Alfa de Cronbach utilitzant el programa Microsoft Excel, s'ha aplicat tant al qüestionari inicial com al final.

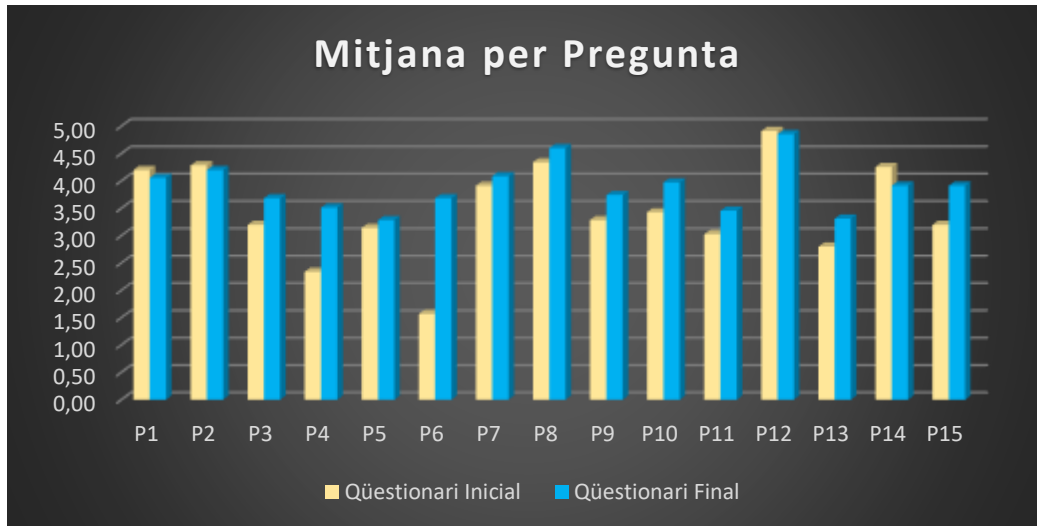
Els resultats han estat de 0.64 pel qüestionari inicial i 0,7 pel qüestionari final.

D'acord als resultats obtinguts es pot afirmar que el qüestionari es troba amb una valoració d'entre fiable i molt fiable.

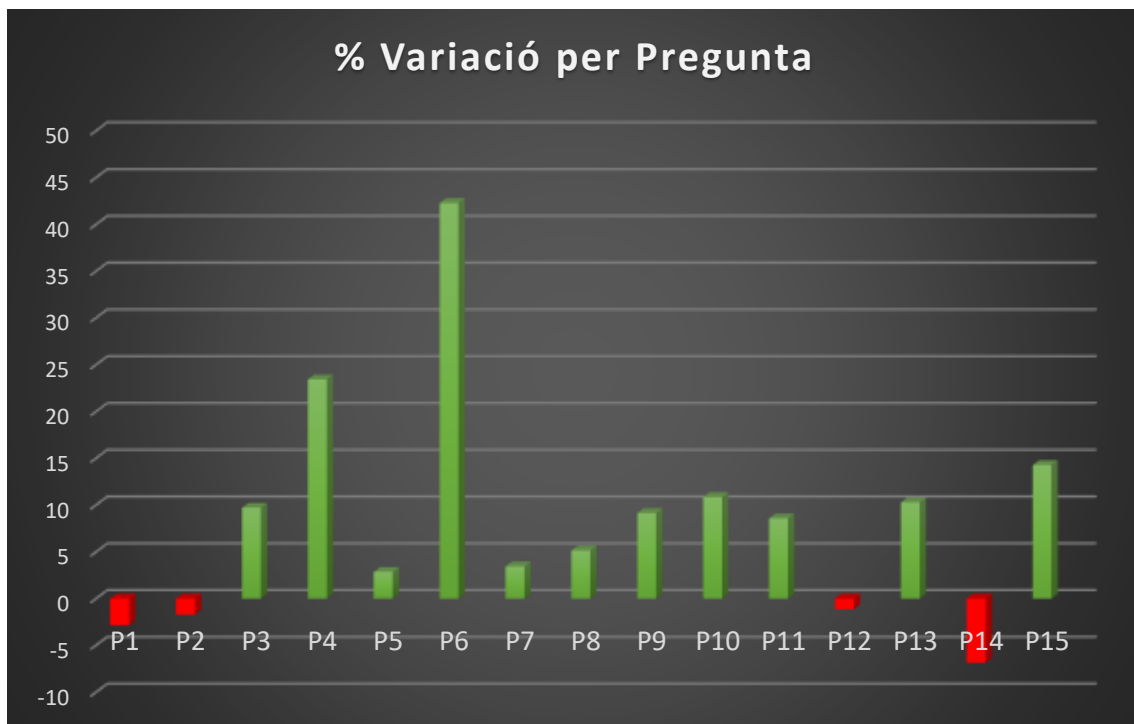
De forma més directa i a partir de les dades recollides de les puntuacions obtingudes pregunta per pregunta i comparant el formulari de l'inici d'UD i el final, s'obtenen els següents resultats:

Qüestionari	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	Mitjana Total
Inicial	4,2	4,29	3,2	2,34	3,14	1,57	3,91	4,34	3,29	3,43	3,03	4,91	2,8	4,26	3,2	3,46
Final	4,06	4,2	3,69	3,51	3,29	3,69	4,09	4,6	3,74	3,97	3,46	4,86	3,31	3,91	3,91	3,89

Taula 7: Dades mitjana per pregunta.



Gràfic 1: Mitjana per pregunta.



Gràfic 2: % Variació per pregunta.

Al fer l'anàlisi focalitzant les preguntes individualment, podem apreciar una evolució positiva, amb les següents conclusions:

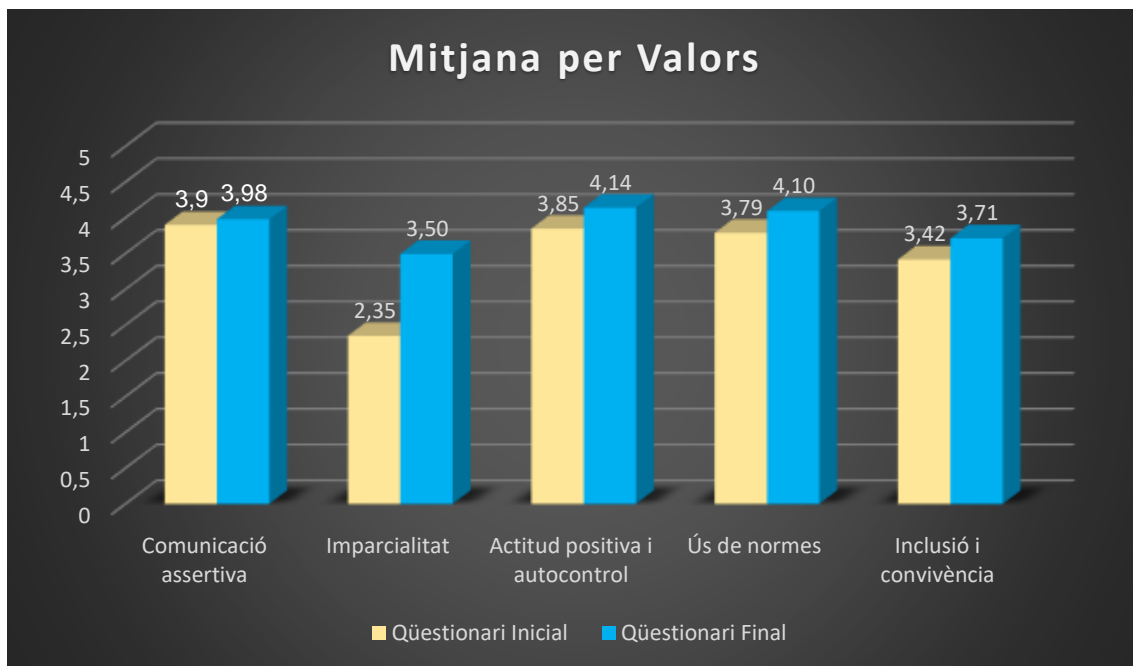
- A 11 de les 15 preguntes la percepció dels valors que es volen treballar milloren al qüestionari final.

- A les quatre que empitjoren, no ho fan de manera significativa i es troben totes qualificades per damunt dels 4 punts, fet que indica que des de el començament ja es tenia una bona percepció del valor al que fan referència.
- Pel altra banda, n'hi ha dues en concret que augmenten molt significativament, la que més ho fa és la pregunta número 6 que fa referència a la necessitat d'àrbitres a les competicions. També destaca la pregunta 4, a la que és parla d'imparcialitat i sentiment de fer justícia.
- En relació a màxims i mínims podem apreciar que el valor de la pregunta 12, lligat a la importància de conèixer les normes és el que te millor assolit l'alumnat.
- Els que més s'han de millorar són el fet de no aprofitar-se de les normes per obtenir un benefici i aprendre a explicar les normes al rival si creiem que necessiten ajuda.

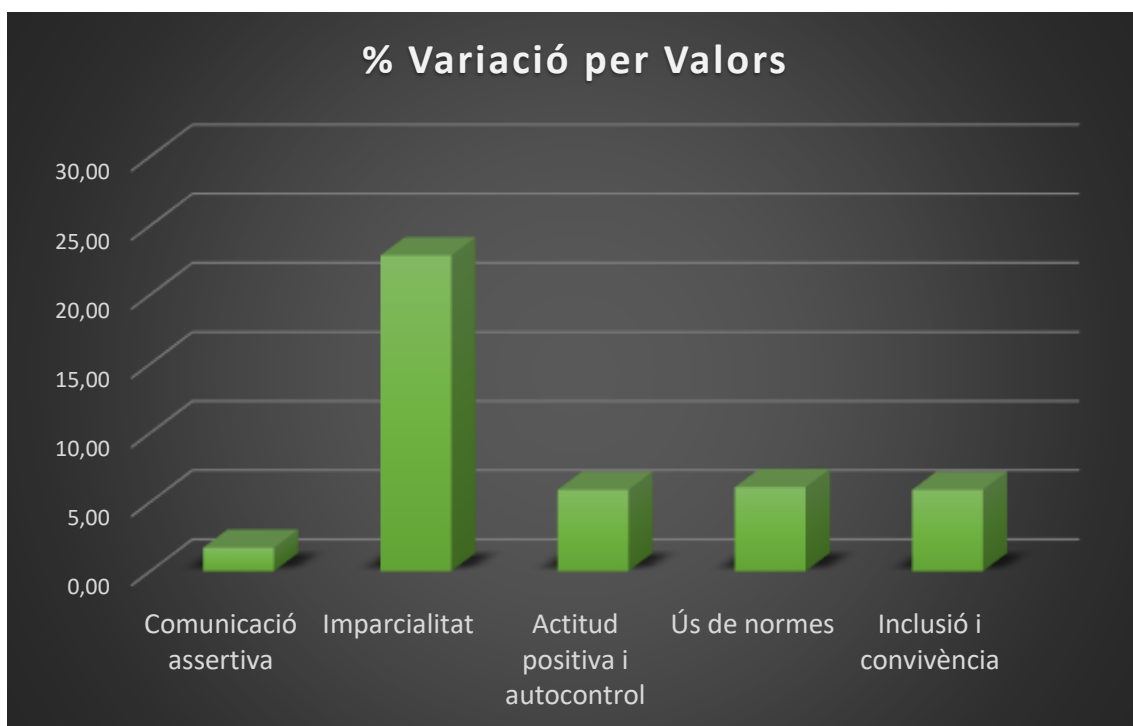
Quan distribuïm les respostes amb el respectiu valor amb el qual havíem relacionat i classificat prèviament les preguntes, els resultats són els següents:

<b>Qüestionari</b>	<b>C.A.</b>	<b>I</b>	<b>A.P. i A.</b>	<b>U. de N.</b>	<b>I. i C.</b>
<b>Inical</b>	3,9	2,35	3,85	3,79	3,42
<b>Final</b>	3,98	3,5	4,14	4,1	3,71

*Taula 8: Dades mitjana per valors*



Gràfic 3: Mitjana per valors.



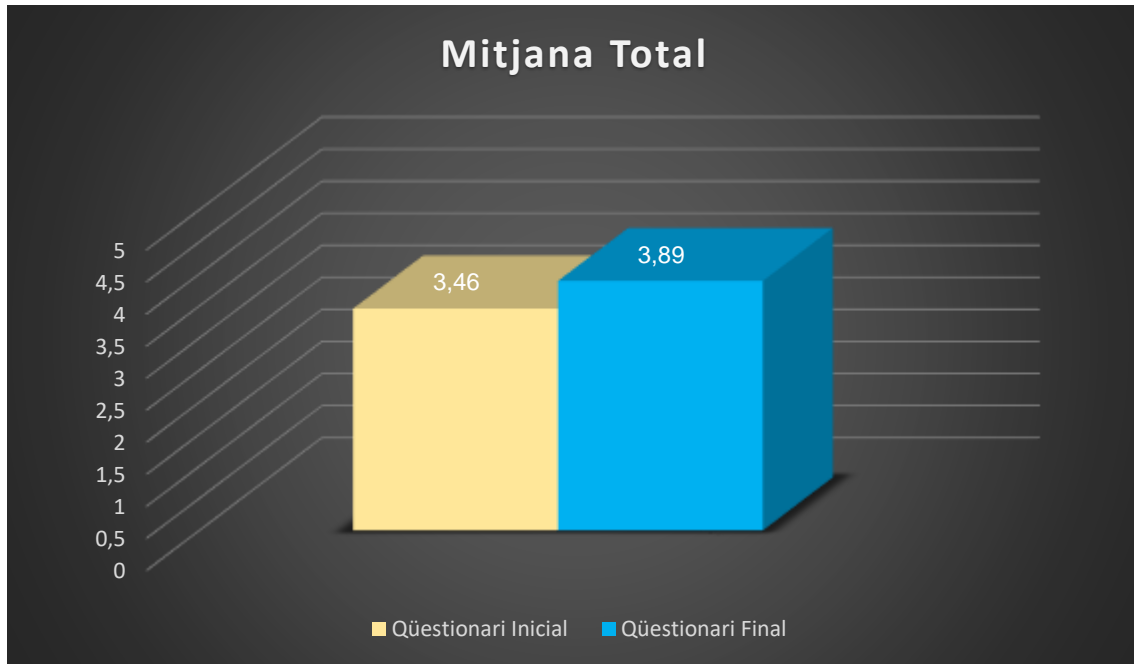
Gràfic 4: % variació per valors.

Com es pot veure als gràfics, els resultats indiquen que per a cada valor existeix una millora des de l'inici de la Unitat Didàctica fins el final.

- En referència a comunicació assertiva podem veure que era el valor amb una puntuació més alta i després de les sessions ha augmentat molt lleugerament, probablement com a conseqüència d'aquest punt de partida alt.
- La imparcialitat és el valor que pitjor resultats mostra, tant inicialment com al final, però es remarcable com és el valor que més a augmentat elevant-se a gairebé a les puntuacions mitjanes d'altres valors i destaca el seu percentatge de variació positiu de gaire bé el 23%, això és un indicador de la potencialitat de millora en aquest aspecte.
- Les dades d'actitud positiva i autocontrol són positives també. Hi ha hagut un augment convertint-les en el valor amb millor puntuació al qüestionari final.
- Quant a l'ús de normes i inclusió i convivència també han augmentat, en aquest cas, exactament 0,29 punts cada una, el que representa una variació de 6,1% i 5,9% respectivament.

Els valors amb un punts de partida alts han experimentat una variació més discreta que els valors amb punts de partida més moderats. Cal demanar-se en aquest punt, com serien les evolucions en poblacions amb punts de partida diferents, ja que la mostra és massa concreta per a ser extrapolada a àmbits socio-culturals diferents.

Fent un anàlisi més global de les puntuacions obtingudes al total de les preguntes del qüestionari podem observar el següent:



*Gràfic 5: Mitjana total.*

Quan analitzem la mitjana total de les respostes del qüestionari inicial i les comparem amb les del qüestionari final es pot apreciar un augment considerable de 0,43 punts en valor absolut.

La puntuació mitjana final és de 3,89 punts fron a la inicial 3,46 per tant el percentatge de variació és d'un 8,5% positiu.

### **3.3 Discussió**

En aquest treball s'ha posat de manifest la necessitat social de treballar els valors i fer-ho des de les classes d'Educació Física aplicant una metodologia concreta, en aquest cas s'ha proposat l'eina de l'Esperit de Joc inclosa dins l'esport de l'Ultimate Frisbee. Els resultats obtinguts són positius i conviden a l'optimisme ja que en poques sessions s'han notat canvis, majoritàriament a favor d'uns valors considerats beneficiosos per la societat i pel propi desenvolupament de l'alumnat. A més, la motivació de les sessions ha estat molt alta i això ha ajudat a l'adquisició d'aquests valors, fins i tot hi ha hagut alumnes que han demanat seguir practicant aquest esport en horari

extraescolar, aquest fet podria afavorir encara més el seu aprenentatge i la transmissió dels valors de l'Ultimate a la seva vida quotidiana, ja que com s'ha comentat, aquest assaig s'ha fet amb poques sessions i caldria esperar d'una aplicació més àmplia una millora més destacada.

Queda pendent comprovar a partir un treball més exhaustiu i més investigacions si els resultats obtinguts a la recerca efectuada dins el marc d'aquest treball de fi de màster són realment significatius i extrapolables, ja que no s'ha aconseguit determinar si l'increment percentual de les puntuacions obtingudes als diferents valors és suficient per donar un mínim nivell de significació prou representatiu.

El fet d'haver de comptar amb autorització expressa de la família de cada alumne i alumna, ha suposat una dificultat afegida per considerar que la mostra sigui suficientment representativa, i per tant podem parlar d'uns resultats indiciaris, però no absolutament concloents. Es va partir d'una mostra del doble dels alumnes en relació als que finalment han estat autoritzats formalment pels pares, mares i tutors. D'altra banda s'ha treballat en el marc d'un centre docent concret, el qual determina un punt de partida massa predeterminat.

## 4. Conclusions

Com a investigador i desenvolupador d'aquest projecte, personalment defenso el potencial de l'Ultimate Frisbee i més concretament del SOTG per a educar en valors, tal com les dades obtingudes recolzen, donant a la tesi inicial originada en la experiència personal no formal, una forma empírica, tot i que amb una representativitat limitada.

Aquest esport té moltes possibilitats de futur en el camp de l'educació en valors ja que, si només utilitzant l'esport sense cap gran adaptació metodològica i en un període curt de temps s'han obtingut millores, la significació de les quals és prou interessant, desenvolupar un projecte metodològic especialitzat en el treball en valors i de forma més continuada podria donar resultats encara molt més positius.

Seria absurd quedar-se amb que només es treballen valors recollits al propi sistema reglamentat de SOTG. Amb aquest treball es demostra que dins d'aquests trobem valors complementaris no reglats tant importants com:

- ❖ Millora de convivència, respecte a les normes, benestar personal, compromís, solidaritat, generositat i altruisme.
- ❖ Disposició favorable cap a la justícia, amabilitat i empatia.
- ❖ Respecte pel material i espais.
- ❖ Equilibri emocional, cooperació, col·laboració i compromís social.
- ❖ Proactivitat, respecte a les persones, confiança en els altres, autoestima...

Amb el benefici social i individual que tot això pot suposar.

Per obtenir resultats reals i aplicables cal seguir treballant en aquest sentit: des d'aquest treball es proposa fer-ho en dues línies de feina:

1ª Seguir desenvolupant metodologies efectives associades a estudi valoratiu de les aportacions de la pràctica de l'UF a l'escola.





2ª Ampliar el marc d'alumnes receptors formant a docents de forma teòrica i pràctica, involucrant-los en un projecte de major dimensió, informant d'on aconseguir materials explicatius i oferint tallers i espais de formació.

## 5. Referències bibliogràfiques

- Amoroso, J. (2020). *Ultimate at Schools Programme, Teacher's File*. WFDF - World Flying Disc Federation.
- Bañeres, E., Seabra, M. de, & Bonet, E. (1989). *Diccionari de l'esport, català-castellà, castellà-català*. Enciclopèdia Catalana.
- Barnes, T. N., Smith, S. W., & Miller, M. D. (2014). School-based cognitive-behavioral interventions in the treatment of aggression in the United States: A meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior, 19*, 311–321.
- Cecchini, J. A. (2008). *Programa Delfos: Educación en valores a través de actividades físico-deportivas en jóvenes escolares*. CPR Nalón-Caudal y Asociación de Amigos del Deporte.
- Cecchini, J. A., González, C., Alonso, C., Jose Manuel, B., Fernández, C., García, M., Llana, R., & Nuño, P. (2009). Repercusiones del Programa Delfos sobre los niveles de agresividad en el deporte y otros contextos de la vida diaria. *Apuntes. Educación Física y Deportes, 2*(96), 34–41.
- Cecchini, J. A., Montero, J., Alonso, A., Izquierdo, M., & Contreras, O. (2007). Effects of personal and social responsibility on fair play in sports and self-control in school-aged youths. *European Journal of Sport Science, 7*(4), 203–211.
- Cecchini, J. A., Montero, J., & Peña, J. V. (2003). Repercusiones del Programa de Intervención para Desarrollar la Responsabilidad Personal y Social de Hellison sobre los comportamientos de fair-play y el auto-control. *Psicothema, 15*(4), 631–637.
- Cipriano, E. (2019). *Plan de promoción del Ultimate y de los valores en el deporte* (p. 15).
- Consejo General de Colegios Oficiales de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. (2019). *Revista Española de Educación Física y Valores - REEFD-* (Vol. 411).
- Cuenca, M. (1998). Educación física e deporte no século XXI. In S. de P. Universidade da Coruña (Ed.), *El ocio como ámbito educativo: reflexiones desde el deporte* (pp. 185–204).
- Cutforth, N., & Parker, M. (1993). Promoting affective development in physical education: The value of journal writing. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance, 57*(7), 19–23.
- Dalmau, J., Peire, T., & Gargallo, E. (2007). *Los juegos y deportes alternativos: formación permanente y aportaciones educativas*. 610–616.
- Danish, S., Petitpas, A., & Hale, B. (1992). A Developmental Educational Intervention Model of Sport Psychology. *The Sport Psychologist, 6*, 403–415.
- De los Ríos, J. A. (2010). *Propuesta de reconocimiento del Ultimate Frisbee*.
- Ennis, C. D., Solmon, M. A., Satina, B., Loftus, S. J., Mensch, J., & McCauley, M. T. (1999). Creating a sense of family in urban schools using the «Sport for Peace» curriculum. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 70*, 273–285.
- Gerstein, L. H., Blom, L., Hilliard, A., & Akpan, A. (2014). Implementing Sport for Peace

- Principles with Elementary School Student Leaders. *Revista de Cercetare Si Interviente Sociala*, 45, 7–16.
- Gil Madrona, P., & Zamorano-García, D. (2006). Educar en valores a través de la práctica de juegos y deportes: elegancia en el talante, valores y actitudes asociados al deporte. *IDEA3*, 152–203.
- Gobierno de Navarra. Departamento de Educación. (n.d.). *Sistema de indicadores del grado de desarrollo de hábitos y valores del alumnado de educación primaria*.
- Gómez Pineda, L. D., & Mora Barrantes, C. S. (2018). *El Ultimate frisbee como propuesta pedagógica para influenciar el valor del respeto entre los niños del curso 502 del Instituto Técnico Francisco José De Caldas* (p. 58). Universidad Libre. Facultad ciencias de la Educación.
- Govern de les Illes Balears. Conselleria d'Educació. (2015). *Currículum Educació Física Illes Balears* (p. 26).
- Gutiérrez, M. (2003). *Manual sobre valores en la Educación Física y el Deporte*. Paidós.
- Hellison, D. R. (1995). Teaching personal and social responsibility through physical activity. In *Human Kinetics* (1st ed.).
- Hilarión Peña, J. G., & Bejarano Rocha, Y. D. (2015). *El Ultimate-Frisbee una herramienta para mejorar las relaciones interpersonales y la convivencia escolar en los estudiantes del curso 302 del Colegio Villas del Progreso* (p. 81). Corporación Universitaria Minuto de Dios.
- Jiménez Martín, P. J., & Durán González, L. J. (2005). Actividad física y deporte en riesgo: educación en valores. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 80, 13–19.
- Martinek, T., Schilling, T., & Johnson, D. (2001). Transferring personal and social responsibility of undeserved youth to the classroom. *The Urban Review*, 33(1), 29–45.
- Miller, S., Bredemeier, B., & Shields, D. (1997). Sociomoral education through physical education with at-risk children. *Quest*, 49, 114–129.
- Parinella, J., & Zaslow, E. (2004). *Ultimate techniques and tactics*. Human Kinetics.
- Parra Ortiz, J. M. (2003). La educación en valores y su práctica en el aula. *Tendencias Pedagógicas*, 8, 69–88.
- Ponseti Verdaguer, F. X., Borràs Rotger, P. A., Vidal Conti, J., Cantallops Ramon, J., Muntaner Mas, A., García Mas, A., & Palou Sampol, P. (2018). *Pautes per millorar la intervenció educativa en esportistes i famílies en edat escolar*. Edicions UIB.
- Prat, M. (2021). *Valors en Joc*. <http://www.valorsenjoc.net/ca/>
- Prat, M., Font, R., Soler, S., & Calvo, J. (2015). Educació en valors, esports i noves tecnologies. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 78, 83–90.
- Prat, M., Soler, S., Vallès, C., & Orrit, X. (2008). *Observatori Crític de l'Esport*.
- Sánchez-Alcaraz Martínez, B. J., Gómez-Mármol, A., Valero Valenzuela, A., De la Cruz, E., & Esteban, R. (2012). El modelo de responsabilidad personal y social a través del deporte para el desarrollo psicosocial en adolescentes. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(2), 13–14.

Sánchez-Alcaraz Martínez, B. J., López, G., Valero Valenzuela, A., & Gómez, A. (2016). Los programas de educación en valores a través de la educación física y el deporte. *Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión*, 28, 45–58.

Tejada Otero, C. P. (2009). *Ultimate Frisbee. Metodología del entrenamiento*. VIREF Biblioteca Virtual de Educación Física.

Tejada Otero, C. P. (2010). *Ultimate Frisbee*. VIREF Biblioteca Virtual de Educación Física.

UNESCO. (2020). *Values Education through Sport*. <https://en.unesco.org/themes/sport-and-anti-doping/sports-values-education>

Wilson, S. . J., & Lipsey, M. W. (2007). School-based interventions for aggressive and disruptive behavior: update of a meta-analysis. *American Journal of Preventive Medicine*, 33, 130–143.

## 6. Annexos

### 6.1 Fitxes per sessió

#### SESSIÓ INICIAL (45')

**Presentació (5')**

**Realització de qüestionari inicial(20')**

**Explicació tècnica i llançaments bàsics amb recepció (10')**

**Joc de punteria (10')**

#### 2A SESSIÓ (45')

**Presentació (5')**

**Llançaments: backhand i forehand (15')**

⇒ Llançaments en parelles "Challenge 20 passades lliure".

⇒ Cel/Infern.

**Lectura de disc i recepció (10')**

⇒ Drill de tall i recepció a l'espai.

**Explicació SOTG (Què és, com s'aplica, GRAN importància que té) (10')**

⇒ Partit 5 passades seguides

**Reunió cercle final (5')**

#### 3A SESSIÓ (45')

**Presentació (5')**

**Llançaments: backhand i forehand + hammer i curves (10')**

⇒ Llançaments en parelles "Challenge 10 passades de cada estil".

**Tècnica defensa individual (10')**

⇒ Drill defensar al posseïdor del disc "Rompre la marca".

**Introducció a prepartit + SOTG 2 (Cridades bàsiques) (15')**

⇒ Partits 5 passades seguides aplicant cridades SOTG.

**Reunió cercle final (5')**

#### 4A SESSIÓ (45')

**Presentació (5')**

**Llançaments: Llargs i rompre la defensa (10')**

⇒ Llançaments en fila cercant rompre costat.

⇒ Drill passades a mitja i llarga distància.

**Tàctica ofensiva (10')**

⇒ Drill per a ensenyar stack horitzontal/vertical i netejar espai.

**Introducció a partit + recordatori SOTG 2 (15')**

⇒ Partits aplicant cridades SOTG i conceptes com pull, canvi de costat i substitucions.

**Reunió cercle final (5')**

**5A SESSIÓ (45')**

**Presentació (5')**

**Llançaments (10')**

⇒ Cel/Infern amb diferents llançaments.

**Tàctica defensiva (10')**

⇒ Explicació + Drill de forçar costat i defensar 2 contra 1.

**Partit + SOTG 3 (Presentació, cercle final, avaluació, premis...) (15')**

**Reunió cercle final (5')**

**6A SESSIÓ (45')**

**Presentació (5')**

**Explicació detallada SOTG + Kahoot (15')**

**Partits (20')**

**Reunió cercle final (5')**

**7A SESSIÓ (45')**

**Presentació (5')**

**Torneig amb avaluacions SOTG (35')**

**Reunió cercle final (5')**

**SESSIÓ FINAL (45')**

**Presentació (5')**

**Realització qüestionari final (20')**

**Partits (15')**

**Reunió cercle final (5')**

## 6.2 Kahoot Esperit de Joc



<https://create.kahoot.it/share/sotg-basico/c243ffaf-f3ee-413b-9b18-a50015548afc>

## 6.3 Esperit de Joc (Reglament Oficial):

### I Espiritu de Juego

- 1.1 El Ultimate es un deporte de no-contacto y auto-referenciado. Todos los jugadores son responsables de conocer y aplicar las reglas y de regirse a las mismas. El Ultimate Frisbee se construye en torno al *Espíritu de Juego*, el cual delega sobre cada jugador la responsabilidad de velar por el juego limpio.
- 1.2 Se confía en que ningún jugador incumplirá las reglas intencionalmente; es por ello que no existen sanciones severas por incumplimientos. En cambio, sí existe un método para reanudar el juego, de manera que se simule lo que probablemente habría ocurrido si no hubiese existido el incumplimiento.
  - 1.2.1 Si hubiera un incumplimiento deliberado o exagerado de las reglas o el Espíritu de Juego, los capitanes deberán discutir y determinar una solución apropiada, incluso si esa solución no es acorde a ninguna regla concreta.
- 1.3 Los jugadores deben ser conscientes del hecho de que están actuando como mediadores entre los equipos. Durante todo el partido, los jugadores deberán:
  - 1.3.1 Conocer las reglas;
  - 1.3.2 Ser imparciales y objetivos;
  - 1.3.3 Ser honestos;
  - 1.3.4 Explicar sus puntos de vista de forma clara y concisa;
  - 1.3.5 Dar a los oponentes la oportunidad razonable de hablar;
  - 1.3.6 Considerar el punto de vista del oponente;
  - 1.3.7 Utilizar palabras y un lenguaje corporal respetuosos considerando las diferencias culturales;
  - 1.3.8 Resolver las discusiones lo más rápido posible.
  - 1.3.9 Realizar llamados de manera consistente durante todo el partido, y
  - 1.3.10 Solo hacer un llamado cuando el incumplimiento es suficientemente trascendente como para afectar el resultado del juego.
- 1.4 En el Ultimate se fomenta el juego competitivo, pero esto nunca debe suponer la pérdida del respeto mutuo entre los jugadores. Esta competitividad durante el partido nunca debe suponer un sacrificio del cumplimiento de las reglas del juego, la seguridad de los jugadores o el simple hecho de no disfrutar del mismo.
- 1.5 Las siguientes acciones son un ejemplo de buen Espíritu:
  - 1.5.1 Retractarse de un llamado cuando se piense que este no era correcto.
  - 1.5.2 Pedir la opinión de jugadores del equipo contrario que se encuentren en el banquillo sobre jugadas discutibles.
  - 1.5.3 Felicitar a un oponente por una buena jugada o por buen Espíritu.
  - 1.5.4 Presentarse a los oponentes; y
  - 1.5.5 Reaccionar de manera tranquila ante desacuerdos o provocaciones.



- 1.6 Las siguientes acciones son violaciones claras del Espíritu de Juego y deben ser evitadas por todos los participantes:
  - 1.6.1 Jugadas peligrosas y conducta agresiva;
  - 1.6.2 Faltas intencionadas u otros incumplimientos intencionados de las reglas;
  - 1.6.3 Provocar o intimidar a los oponentes;
  - 1.6.4 Celebrar de forma irrespetuosa un gol;
  - 1.6.5 Realizar llamados en represalia a un llamado del oponente;
  - 1.6.6 Pedir un pase al oponente, y
  - 1.6.7 Cualquier otro comportamiento motivado por ganar a toda costa.
- 1.7 Los equipos son guardianes del Espíritu de Juego, y deben:
  - 1.7.1 Tomar la responsabilidad de enseñar a sus jugadores las reglas y el buen Espíritu;
  - 1.7.2 Corregir a los compañeros de equipo que demuestren un Espíritu de Juego pobre;
  - 1.7.3 Proporcionar comentarios constructivos a otros equipos sobre qué están haciendo bien y/o cómo mejorar su propio Espíritu de Juego; y
  - 1.7.4 Pedir un tiempo por EDJ (SOTG) para corregir las incidencias en el Espíritu según corresponda.
- 1.8 En el caso de que un jugador novato se vea envuelto en un incumplimiento y desconozca las reglas, los jugadores más experimentados deberán ayudarlo y explicarle la infracción.
- 1.9 Un jugador experimentado, que ofrezca consejos sobre las reglas y que guíe el arbitraje en el campo, podrá supervisar las jugadas que involucren a principiantes y a jugadores jóvenes.
- 1.10 Los llamados deben ser discutidos por los jugadores directamente involucrados en la jugada, y por

2

---

los jugadores que tengan la mejor perspectiva de la misma.

- 1.10.1 Si un jugador que no estuvo involucrado directamente cree que un compañero de equipo ha realizado un llamado incorrecto o ha provocado una falta o incurrido en una violación, deberá informar a sus compañeros de equipo.
  - 1.10.2 Los no-jugadores, además de los capitanes, deben abstenerse de involucrarse. Sin embargo, los jugadores pueden buscar el punto de vista de otras personas para aclarar las reglas y para ayudar a los jugadores a hacer el llamado correcto.
  - 1.11 Los jugadores y los capitanes son los únicos responsables de hacer y resolver llamados.
  - 1.12 Si después de la discusión los jugadores no llegan a un acuerdo o no está claro o no es obvio:
    - 1.12.1 Lo ocurrido en la jugada, o
    - 1.12.2 Lo que probablemente podría haber ocurrido en la jugada.
    - 1.12.3 el disco deberá regresar al último lanzador no-discutido.
-



## 6.4 Respostes qüestionari

### INICIAL

NOM	GÈNERE	CURS	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	MITJANA	
Subjecte 1	M	2on F	3	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5	1	4	1	2,40	
Subjecte 2	M	4t C (1)	5	5	4	2	1	1	5	5	4	5	5	5	3	5	3	3,87	
Subjecte 3	M	4t F	5	3	3	1	3	1	4	3	1	3	2	5	1	3	3	2,73	
Subjecte 4	F	2on F	4	2	2	2	3	1	5	4	3	4	1	5	4	4	1	3,00	
Subjecte 5	M	4t C (2)	4	3	2	1	3	1	5	5	3	3	5	5	4	4	3	3,40	
Subjecte 6	F	2on F	3	4	3	1	2	1	3	4	1	3	2	5	3	3	2	2,67	
Subjecte 7	F	4t C (1)	3	5	3	3	2	1	5	3	3	3	2	5	3	4	3	3,20	
Subjecte 8	F	4t C (1)	3	5	1	1	3	1	5	3	4	2	4	5	1	5	3	3,07	
Subjecte 9	F	3er F	5	2	4	5	1	1	3	4	5	5	3	5	4	3	2	3,47	
Subjecte 10	F	4t C (2)	4	4	3	3	3	2	5	5	3	5	2	5	3	5	4	3,73	
Subjecte 11	F	4t C (2)	5	5	3	3	2	1	5	5	4	3	4	5	3	4	5	3,80	
Subjecte 12	M	4t F	4	4	4	3	4	2	1	5	2	2	1	5	2	5	5	3,27	
Subjecte 13	M	4t C (2)	5	4	4	4	5	1	5	5	5	5	1	5	3	5	5	4,13	
Subjecte 14	M	4t C (2)	5	5	3	4	2	1	5	3	3	4	2	5	3	5	2	3,47	
Subjecte 15	M	3er F	4	5	4	3	5	2	4	5	5	5	4	5	2	5	5	4,20	
Subjecte 16	M	4t C (1)	4	5	1	2	4	1	5	3	4	1	4	5	4	3	4	3,33	
Subjecte 17	M	4t F	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5	4	4,40	
Subjecte 18	F	4t F	5	5	3	1	3	3	3	5	4	2	4	5	4	5	4	3,73	
Subjecte 19	M	4t C (1)	3	4	3	1	3	3	5	3	3	3	3	5	1	5	5	3,47	
Subjecte 20	M	4t F	3	5	3	2	5	3	1	4	1	1	1	5	1	5	5	3,00	
Subjecte 21	F	4t C (2)	5	4	4	4	5	2	4	5	5	3	2	5	5	4	3	4,00	
Subjecte 22	F	4t C (1)	2	5	3	1	2	1	4	3	2	3	2	5	2	3	2	2,67	
Subjecte 23	M	2on F	5	5	4	4	3	1	5	5	5	4	5	5	5	4	3	4,20	
Subjecte 24	M	2on F	3	2	5	4	3	3	2	5	3	2	4	2	5	3	2	3,20	
Subjecte 25	F	4t C (1)	4	5	4	1	5	1	1	5	4	5	3	5	2	5	2	3,47	
Subjecte 26	F	4t C (1)	5	5	3	2	3	1	4	5	4	4	2	5	5	5	3	3,73	
Subjecte 27	M	4t C (2)	3	4	3	2	1	1	2	4	3	3	5	5	2	4	5	3,13	
Subjecte 28	M	4t C (2)	5	3	2	4	3	1	5	3	1	4	3	5	2	5	4	3,33	
Subjecte 29	M	4t C (1)	4	4	4	1	3	5	3	4	3	4	3	5	3	5	1	3,47	
Subjecte 30	M	4t F	5	5	3	5	1	1	5	5	3	1	1	5	1	5	5	3,40	
Subjecte 31	F	4t F	5	5	5	1	5	1	4	5	3	5	4	5	3	2	2	3,67	
Subjecte 32	M	2on F	4	5	4	3	4	1	5	4	4	4	3	5	3	4	1	3,60	
Subjecte 33	M	4t C (2)	5	4	2	2	3	1	4	4	3	4	5	5	2	3	4	3,40	
Subjecte 34	M	4t C (1)	5	5	4	2	1	1	5	5	4	5	5	5	3	5	3	3,87	
Subjecte 35	F	4t C (2)	5	4	3	2	4	1	4	4	4	4	3	5	4	5	3	3,67	
MITJANA PREGUNTA			4,20	4,29		3,20	2,34	3,14	1,87	3,91	4,34	3,29	3,43	3,03	4,91	2,80	4,26	3,20	3,48
MITJANA VALORS					3,90				2,35			3,85		3,79				3,42	

### FINAL

NOM	GÈNERE	CURS	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	MITJANA	
Subjecte 1	M	2on F	4	3	4	1	1	5	1	5	2	2	1	5	1	2	2	2,80	
Subjecte 2	M	4t C (1)	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	4,53	
Subjecte 3	M	4t F	5	4	3	5	5	5	4	4	3	3	5	5	5	5	3	4,27	
Subjecte 4	F	2on F	3	4	3	4	2	5	3	5	5	3	1	5	3	2	1	3,27	
Subjecte 5	M	4t C (2)	4	4	3	4	5	3	5	4	3	4	5	5	3	5	5	4,13	
Subjecte 6	F	2on F	4	3	3	2	2	4	2	4	3	4	2	5	4	2	2	3,07	
Subjecte 7	F	4t C (1)	4	5	5	2	3	2	5	5	5	5	1	5	4	4	4	3,93	
Subjecte 8	F	4t C (1)	5	5	4	5	1	3	5	5	5	4	5	5	2	5	5	4,27	
Subjecte 9	F	3er F	5	3	4	3	5	1	5	5	3	5	5	5	4	4	4	4,07	
Subjecte 10	F	4t C (2)	5	4	5	4	4	5	5	5	4	5	2	5	4	5	4	4,40	
Subjecte 11	F	4t C (2)	5	5	4	3	5	4	4	3	4	3	5	5	5	4	5	4,27	
Subjecte 12	M	4t F	4	5	4	5	3	4	1	5	3	4	4	5	4	5	5	4,07	
Subjecte 13	M	4t C (2)	4	4	5	4	5	1	5	5	4	5	5	5	3	4	5	4,27	
Subjecte 14	M	4t C (2)	3	5	3	3	1	5	5	5	4	2	1	5	4	5	3	3,60	
Subjecte 15	M	3er F	3	5	2	3	5	2	3	5	5	4	5	5	3	5	5	4,00	
Subjecte 16	M	4t C (1)	4	5	3	2	3	2	5	4	4	3	3	5	4	5	5	3,80	
Subjecte 17	M	4t F	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	1	5	2	4	3	4,13	
Subjecte 18	F	4t F	3	2	2	4	3	5	4	5	3	4	5	5	3	1	2	3,40	
Subjecte 19	M	4t C (1)	4	3	4	3	5	5	4	5	2	3	4	5	1	5	5	3,87	
Subjecte 20	M	4t F	4	4	4	3	5	5	4	5	4	5	3	5	3	5	5	4,27	
Subjecte 21	F	4t C (2)	5	5	3	3	3	5	4	5	4	3	2	5	4	4	3	3,87	
Subjecte 22	F	4t C (1)	3	5	4	5	3	2	4	4	2	2	3	5	4	5	5	3,73	
Subjecte 23	M	2on F	3	4	3	5	5	5	3	5	5	4	5	5	4	2	2	4,00	
Subjecte 24	M	2on F	3	3	4	3	3	5	3	4	5	5	5	3	4	3	3	3,73	
Subjecte 25	F	4t C (1)	5	4	4	5	4	1	5	5	5	4	5	5	2	5	5	4,27	
Subjecte 26	F	4t C (1)	5	5	4	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4,73	
Subjecte 27	M	4t C (2)	3	3	4	2	3	2	4	5	2	4	2	4	3	4	3	3,20	
Subjecte 28	M	4t C (2)	5	3	3	2	2	4	3	2	3	3	4	2	3	2	2	2,93	
Subjecte 29	M	4t C (1)	3	4	3	3	4	5	5	5	2	5	3	5	4	5	5	4,07	
Subjecte 30	M	4t F	5	4	5	5	3	1	5	5	5	5	2	5	5	3	5	4,20	
Subjecte 31	F	4t F	5	5	4	3	1	5	4	4	2	3	5	5	2	2	5	3,67	
Subjecte 32	M	2on F	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	3	3	3	3	4,07	
Subjecte 33	M	4t C (2)	4	5	2	2	3	2	4	5	3	4	1	5	2	3	4	3,27	
Subjecte 34	M	4t C (1)	4	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	4,53	
Subjecte 35	F	4t C (2)	3	4	3	3	2	3	5	4	3	4	4	4	4	3	4	3,53	
MITJANA PREGUNTA			4,06	4,20	3,69	3,51	3,29	3,69	4,09	4,60	3,74	3,97	3,46	4,86	3,31	3,91	3,91	3,88	
MITJANA VALORS					3,98			3,50			4,14		4,10					3,71	

## 6.5 Model de carta per a experts per a validació d'instruments

La següent carta va dirigida a \_\_\_\_\_ en qualitat de persona experta en valors. També es proposarà com a experts per a validar aquest instrument a \_\_\_\_\_ i \_\_\_\_\_.

El meu nom és Alfonso Mir Rey, estic cursant el màster de professorat de secundària a la UIB i dins la meva investigació del TFM "Anàlisi de l'efectivitat de l'Ultimate Frisbee per a educar en valors" he desenvolupat un instrument que m'agradaria i agrairia molt que fos revisat i validat per un expert com vostè.

Aquest instrument va dirigit a alumnes de 2n,3r i 4t d'ESO de la mateixa escola i consta d'un formulari que es realitzarà a principi i final d'unitat didàctica, explicat i respost pregunta per pregunta a classe per assegurar la fiabilitat de les respostes per part dels participants. Es podran analitzar així, el canvis que es puguin produir en les respostes entre el primer i darrer dia.

Les preguntes són les següents i estan organitzades en blocs segons el valor que volem estudiar en cada cas:

Comunicació assertiva	1. Quan hi ha un conflicte, encara que tingui molt clar el que ha passat, escolto amb atenció la versió dels altres.
	2. Abans de començar un partit, considero molt positiu que hi hagi una presentació d'equips.
	3. Quan aprecio una injustícia durant el joc, parlo tranquil·lament amb qui l'ha comés explicant-li el meu punt de vista.
Imparcialitat	4. Si veig una injustícia que beneficia al meu equip i que suposa guanyar el torneig i un important premi econòmic... actuaria per reparar l'error i fer justícia.
	5. Perdre temps per guanyar un partit és un acte que hauria de desaparèixer ja que fa perdre temps d'activitat i avorreix als espectadors. Jo mai ho faria.
	6. Sense àrbitre és possible que hi hagi competicions d'alt nivell, es poden jugar Mundials i Olimpíades sense necessitat de la figura d'una persona neutral que controli el desenvolupament del joc.
Actitud positiva i autocontrol	7. Encara que vagi guanyant o perdent el partit de forma clara i contundent, segueixo jugant al mateix nivell ja que el rival mereix ser respectat
	8. És important que hi hagi bon ambient dins el meu equip però també fomentar i esforçar-me per generar bon ambient amb l'equip rival des de l'inici del partit.
	9. Si l'altre equip fa una bona jugada, el felicito i aplaudeixo.
	10. Encara que estigui molt cansat/da, que la jugada sigui molt important o que el partit estigui calent... Controlo la meva reacció per que sigui calmada i respectuosa.
Ús de norm	11. Saltar-me les normes (fer una falta) per que el càstig em beneficia més que la conseqüència està mal fet.
	12. És important conèixer bé les normes de l'esport que practiquem.

	13. Si veig que un jugador de l'altre equip no coneix el reglament, he de dedicar temps a explicar-li determinades jugades que sorgeixen durant el joc.
Inclusió i convivència	14. És possible practicar un esport d'equip a una competició d'alt nivell on participen nois i noies simultàniament dins el terreny de joc.
	15. Practicant esport a EF s'afavoreix la inclusió i convivència de la classe.
	16. Dins un mateix grup de persones, el fet de competir uns equips contra els altres ens uneix.

El sistema de respostes serà mitjançant el sistema de Likert, del 1 al 5 en funció de gens d'acord a totalment d'acord. Amb això el que ens s'analitzarà és si en general la mitjana de cada valor ha variat des de l'inici al final de la Unitat Didàctica. Podrem diferenciar per sexe, grup de classe i edat. Els resultats es donaran pregunta a pregunta, per valors i com a conjunt.

### Indicacions per fer la validació

Empleni cada casella amb la lletra corresponent a l'aspecte qualitatiu que li sembla que compleix cada un dels ítems que es formulen a la pregunta, segons els criteris que a continuació es detallen:

E = Excel·lent    B = Bé    M = Millorar    X = Eliminar    C = Canviar

Les categories a avaluar són:

*Coherència: la relació entre les diferents preguntes que formen el qüestionari*

*Pertinença: grau en que la pregunta és adequada per analitzar l'objectiu perseguit.*

Pregunta	Descripció	Coherència	Pertinença	Observacions
A	Sexe			
B	Any de naixement			
C	Curs i classe			
1	Quan hi ha un conflicte, encara que tingui molt clar el que ha passat, escolto amb atenció la versió dels altres.			
2	Abans de començar un partit, considero molt positiu que hi hagi una presentació d'equips.			
3	Quan aprecio una injustícia durant el joc, parlo tranquil·lament amb qui l'ha comés explicant-li el meu punt de vista.			

4	Si veig una injustícia que beneficia al meu equip i que suposa guanyar el torneig i un important premi econòmic... actuaria per reparar l'error i fer justícia.			
5	Perdre temps per guanyar un partit és un acte que hauria de desaparèixer ja que fa perdre temps d'activitat i avorreix als espectadors. Jo mai ho faria.			
6	Sense àrbitre és possible que hi hagi competicions d'alt nivell, es poden jugar Mundials i Olimpíades sense necessitat de la figura d'una persona neutral que controli el desenvolupament del joc.			
7	Encara que vagi guanyant o perdent el partit de forma clara i contundent, segueixo jugant al mateix nivell ja que el rival mereix ser respectat.			
8	És important que hi hagi bon ambient dins el meu equip però també fomentar i esforçar-me per generar bon ambient amb l'equip rival des de l'inici del partit.			
9	Si l'altre equip fa una bona jugada, el felicito i aplaudeixo.			
10	Encara que estigui molt cansat/da, que la jugada sigui molt important o que el partit estigui calent... Controlo la meua reacció per que sigui calmada i respectuosa.			
11	Saltar-me les normes (fer una falta) per que el càstig em beneficia més que la conseqüència està mal fet.			
12	És important conèixer bé les normes de l'esport que practiquem.			

13	Si veig que un jugador de l'altre equip no coneix el reglament, he de dedicar temps a explicar-li determinades jugades que sorgeixen durant el joc.			
14	És possible practicar un esport d'equip a una competició d'alt nivell on participen nois i noies simultàniament dins el terreny de joc.			
15	Practicant esport a EF s'afavoreix la inclusió i convivència de la classe.			
16	Dins un mateix grup de persones, el fet de competir uns equips contra els altres ens uneix.			

Altres comentaris:

Per a completar l'estudi també s'utilitzarà un full d'observació que s'aplicarà les tres darreres classes de la UD, durant 30 minuts de partit i sense intervenció en aquest. D'aquesta manera es podrà mesurar de forma pràctica l'evolució de adquisició de valors. S'adjunta full d'observació:

Valor	Acció	Negatiu		Positiu	
Coneixement i ús de normes	<b>Coneixement</b>	No adequa el coneixement de normes al nivell exigít		Coneix normes per damunt del nivell exigít	
	<b>Aprenentatge de normes</b>	Es nega a aprendre les normes		Mostra predisposició a aprendre les normes	
	<b>Compliment</b>	No compleix les normes		Compleix normes poc conegudes correctament	
Contacte físic	<b>Contacte</b>	Jugar de forma perillosa		Evita alguna jugada perillosa	
	<b>Fluïdesa del joc</b>	Massa aturades		Evita massa aturades	
Autocontrol	<b>Actitud</b>	Genera ambient desagradable		Genera ambient agradable i divertit	
	<b>Intensitat</b>	Inadequada a la situació de joc		Molt adequada a la situació de joc	

Imparcialitat	<b>Actitud davant cridades del rival</b>	No mostra respecte		S'esforça en respectar	
	<b>Disculpar-se</b>	No es disculpa quan cal		Es disculpa quan cal	
	<b>Ajust de comportament</b>	No s'ajusta al comportament que proposa el rival		S'ajusta al comportament proposat per el rival	
Comunicació	<b>Respecte comunicacions equip</b>	Forma de comunicar-se irrespectuosa		Molt respecte al fer les comunicacions	
	<b>Respecte comunicacions rival</b>	Forma de comunicar-se irrespectuosa		Molt respecte al fer les comunicacions	
	<b>Resolució de conflictes</b>	Lenta i/o poc efectiva		Ràpida i efectiva	

\*L'apartat contacte físic s'inclou dins Autocontrol.

Per a fer la validació, s'adjunta una taula similar a l'anterior:

<b>Indicacions per fer la validació</b>	
Empleni cada casella amb la lletra corresponent a l'aspecte qualitatiu que li sembla que compleix cada un dels ítems que es formulen a la pregunta, segons els criteris que a continuació es detallen:	
E = Excel·lent    B = Bé    M = Millorar    X = Eliminar    C = Canviar	
Les categories a avaluar són:	
<i>Coherència: la relació entre les diferents preguntes que formen el qüestionari</i>	
<i>Pertinença: grau en que la pregunta és adequada per analitzar l'objectiu perseguit.</i>	

Valor	Acció	Negatiu	Coherència	Pertinença	Positiu	Coherència	Pertinença	Observacions
Coneixement i ús de normes	<b>Coneixement</b>	No adequa el coneixement de normes al nivell exigít			Coneix normes per damunt del nivell exigít			
	<b>Aprenentatge de normes</b>	Es nega a aprendre les normes			Mostra predisposició a aprendre les normes			
	<b>Compliment</b>	No compleix les normes			Compleix normes poc conegudes correctament			



Contacte físic	<b>Contacte</b>	Jugar de forma perillosa			Evita alguna jugada perillosa			
	<b>Fluïdesa del joc</b>	Massa aturades			Evita massa aturades			
Autocontrol	<b>Actitud</b>	Genera ambient desagradable			Genera ambient agradable i divertit			
	<b>Intensitat</b>	Inadequada a la situació de joc			Molt adequada a la situació de joc			
Imparcialitat	<b>Actitud davant cridades del rival</b>	No mostra respecte			S'esforça en respectar			
	<b>Disculpar-se</b>	No es disculpa quan cal			Es disculpa quan cal			
	<b>Ajust de comportament</b>	No s'ajusta al comportament que proposa el rival			S'ajusta al comportament proposat per el rival			
Comunicació	<b>Respecte comunicacions equip</b>	Forma de comunicar-se irrespectuosa			Molt respecte al fer les comunicacions			
	<b>Respecte comunicacions rival</b>	Forma de comunicar-se irrespectuosa			Molt respecte al fer les comunicacions			
	<b>Resolució de conflictes</b>	Lenta i/o poc efectiva			Ràpida i efectiva			

Altres comentaris:

Moltes gràcies per el vostre temps i dedicació, quedo a l'espera d'una resposta i obert a qualsevol comentari o observació que pugui enriquir aquest treball.

Alfonso Mir Rey