

PROPUESTA DIDACTICA DE TRABAJO “KAYAK POLO” EN EDUCACIÓN SECUNDARIA

DIDACTIC PROPOSAL TO WORK “CANOE POLO” IN SECONDARY EDUCATION

Autor:

Salmerón Baños, Laura; Lorente García, Alberto; y Angosto Sánchez, Salvador

Institución:

Facultad Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia salvador.a.s@um.es

Resumen:

El kayak polo es una modalidad de equipo dentro del piragüismo, lo que permite el trabajo de valores propios del piragüismo como otros más específicos de los deportes de equipo. Esta propuesta está destinada al trabajo con alumnado de 3º de Educación Secundaria, presentándose las diferentes sesiones, con la organización de cada actividad y los recursos necesarios. Esta unidad didáctica se presenta de forma genérica debiendo adaptarla a las características del alumnado.

Palabras Clave:

Propuesta, acuático, piragüismo, educación secundaria,

Abstract:

Canoe Polo is a team sport that is one of the different modalities in canoeing. This sport allows to work values that are part of canoeing, and other ones that are more specific from other team sports. This proposal is aimed to be applied with students from 3 grade of Secondary Education. This proposal is showed from a generic perspective, so it has to be adapted to students' features in any case.

Key Words:

Proposal, acuatic, canoeing, high school

1. JUSTIFICACIÓN

El medio natural supone un lugar estimulante para la práctica de la actividad física, de forma reglada o recreativa, ofreciendo multitud de posibilidades a los practicantes, ya sea por medio terrestre (orientación, senderismo, escalada, etc.) o acuático (piragüismo, rafting, etc.).

Granero, Baena y Martínez (2010) indican varios motivos por los que las actividades físicas en el medio natural no terminan de convencer a los docentes para implantarlas en sus programaciones. Entre estos motivos aparece la gestión de las actividades con el tiempo disponible para desarrollarlas, siendo este escaso y con poca flexibilidad en el horario escolar, la necesidad de disponer de materiales específicos en muchos casos, o la lejanía de los espacios para su práctica.

Sin embargo, cada vez son más los profesores que van incluyendo contenidos de actividades físicas en el medio natural dentro de sus programaciones didácticas buscando actividades novedosas que aumenten la motivación intrínseca del alumnado y ruptura de la realización de deportes convencionales como el fútbol o baloncesto, por actividades en el medio natural (Thompson Coon, Boddy, Stein, Whear, Barton y Depledge, 2011).

Son numerosos los autores que apoyan la presencia del deporte en los centros de enseñanza. Blázquez (2010) justifica la presencia del deporte con la inclusión de la vertiente educativa del mismo. En este sentido Contreras, De la Torre y Velázquez (2001) justifican la inclusión del deporte en el currículo de Educación Física, en consonancia con ello, Monjas, Ponce y Gea (2015) ponen en valor la importancia social del deporte y su importante labor como transmisor de valores.

Tal y como indican Guillén y Peñarrubia (2013), ante la cantidad de valores que se trabajan mediante las actividades físicas en el medio natural, han hecho que éstas tengan que formar un bloque de contenidos propio dentro del currículo de la Educación Física. El contenido a desarrollar será el kayak polo, siendo la modalidad del piragüismo de deporte de equipo.

El Kayak Polo es un “deporte acuático de pelota parecido al waterpolo. Se juega en kayaks que se conocen como embarcaciones de polo. Es un juego de equipo, rápido y animado, casi tan divertido de ver como de practicar” (Mattos y Middleton, 2007, p.216).

Por tanto, el objetivo de este trabajo es realizar una propuesta de trabajo de iniciación al kayak polo en el segundo ciclo de Educación Secundaria.

2. ELEMENTOS CURRICULARES

Las referencias legislativas que se han tenido en cuenta para la elaboración de esta unidad didáctica han sido las siguientes:

- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa (LOMCE).
- Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
- Decreto 220/2015, de 2 de septiembre de 2015, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.
- Decreto 359/2009, de 30 de octubre, por el que se establece y regula la respuesta educativa a la diversidad del alumnado en la Región de Murcia.

En cuanto a los elementos curriculares que justifican el diseño y puesta en práctica de esta unidad didáctica, a continuación se detalla lo tratado en este sentido.

Objetivos

Teniendo en cuenta los objetivos para la etapa de Educación Secundaria Obligatoria expuestos en el artículo 11 del Real Decreto 1105/2014, puede establecerse que la presente unidad didáctica contribuye fundamentalmente a la consecución del objetivo “k”:

“Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora”.

Competencias

Asimismo, teniendo en cuenta las competencias establecidas en el artículo 2.2 del Real Decreto 1105/2014, mediante los estándares de aprendizaje establecidos en esta unidad didáctica se contribuye al desarrollo de las siguientes competencias:

d) Aprender a aprender. Al iniciar al alumno en el aprendizaje motriz para que este lo continúe de forma autónoma, transfiriéndolo a actividades deportivas cada vez más complejas, como puede ser el kayak-polo.

e) Competencias sociales y cívicas. Las actividades deportivas colectivas son un elemento ideal para fomentar las actitudes de respeto, tolerancia, cooperación, igualdad y trabajo en equipo, y esta unidad didáctica es un claro ejemplo de ello por las diferentes situaciones de colaboración que se presentan en las diferentes sesiones.

Contenidos

Los contenidos de la unidad didáctica se han seleccionado teniendo en cuenta los organizados en el Decreto 220/2015 para el 3º curso de Educación Secundaria Obligatoria dentro del área de Educación Física. Dicho esto, los contenidos a tratar serán:

- *La auto-exigencia y el esfuerzo como valores en la mejora de la técnica individual: reflexión y autocrítica.*
- *Experimentación de juegos y actividades para el aprendizaje de los aspectos técnicos y tácticos de las actividades físico-deportivas de oposición y de colaboración-oposición propuestas en el curso, en condiciones reales o adaptadas.*
- *Características y posibilidades del entorno para la práctica de actividades físico-deportivas de mayor interés personal.*
- *Realización de las actividades físico-deportivas teniendo en cuenta los principios de juego limpio y el respeto a las reglas y normas establecidas.*
- *Cuidado, respeto y valoración del entorno, de las instalaciones y del material deportivo del centro: reflexión y autocrítica.*

Evaluación

En cuanto a la evaluación, a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje se hará uso de dos procedimientos de evaluación: la observación (permitirá valorar los estándares referidos a conductas y comportamientos) y la experimentación (se utilizará para comprobar la adquisición de estándares de carácter más procedimental).

Los estándares de aprendizaje evaluables serán abordados mediante la utilización de los siguientes instrumentos de evaluación: prueba psicomotriz y escala descriptiva. Estos instrumentos nos van a facilitar la evaluación de los estándares de aprendizaje previstos.

En concreto, la prueba psicomotriz se utilizará para evaluar el estándar B2-2-2.3 y la escala descriptiva para el B2-1-1.3, el B4-1-1.2 y el B4-2-2.1.

Además, con la evaluación de los estándares mencionados contribuiremos a la consecución de siguientes criterios de evaluación:

- Criterio 1 (bloque 2 de 3º). *“Resolver situaciones motrices individuales en entornos estables y no estables, aplicando los fundamentos técnicos de las habilidades específicas en las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas”.*
- Criterio 2 (bloque 2 de 3º). *“Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración-oposición, aplicando los fundamentos técnicos, tácticos y reglamentarios adquiridos, así como utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes”.*
- Criterio 1 (bloque 4 de 3º). *“Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones”.*
- -Criterio 2 (bloque 4 de 3º). *“Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno”.*

3. METODOLOGÍA

Las orientaciones metodológicas que se seguirán serán las siguientes:

- **Agrupamientos.** Se combinarán muchas formas según la actividad que se plantee: individual, por parejas, subgrupos o todo el grupo-clase. Posteriormente veremos el agrupamiento concreto de nuestra sesión.
- **Técnicas de aprendizaje:** se utilizarán tanto la instrucción directa como la indagación.
- **Estilos de enseñanza:** aplicaremos fundamentalmente estilos cognitivos como el descubrimiento guiado y la resolución de problemas.
- **Estrategias en la práctica:** se aplicará una estrategia global.

- **Ubicación del docente:** focal externa para observar e interna para dar correcciones, integrar a algún discente o dar información sobre alguna variante.
- **Recursos espaciales y materiales utilizados:** las sesiones se desarrollarán en el Mar Menor y se utilizarán palas, piraguas, boyas, chalecos salvavidas, pelotas de plástico, canoas y porterías flotantes.

Del mismo modo, a la hora de estructurar cada una de las sesiones vamos a dividir cada una de ellas en tres partes diferenciadas; parte inicial (12 - 15 minutos); parte principal (30 – 35 minutos), encaminada a desarrollar los contenidos de la sesión y preparar a los alumnos para la consecución de los estándares de aprendizaje de la unidad didáctica; y parte final (8 - 10 minutos).

A la hora de diseñar las diferentes actividades, se ha pretendido que en todo momento las mismas estén adecuadas a los agrupamientos, el espacio y los recursos disponibles. Dicho esto, para atender a las necesidades del alumnado a lo largo de la unidad didáctica se llevarán a cabo los siguientes tipos de actividades: de detección de capacidades y conocimientos previos, de desarrollo, de motivación, de refuerzo, de ampliación y de evaluación.

Atención a la diversidad

Tras destacar todo lo anterior en relación a los diversos elementos curriculares, a continuación se exponen las consideraciones tenidas en cuenta para tratar la atención a la diversidad.

En este sentido, para ofrecer una respuesta adaptada a las diferencias de los escolares en cuanto a capacidades, necesidades educativas, estilos cognitivos e intereses, y para que puedan alcanzar los estándares propuestos, se llevarán a cabo las siguientes medidas ordinarias:

- Evaluación y diagnóstico individual para conocer las posibilidades de cada alumno.
- Conocer y respetar el ritmo de ejecución en las tareas de cada alumno.

- Ampliar las instrucciones y volver a explicar individualmente a los alumnos que lo necesiten.
- Prestar atención a los procesos de aprendizaje de los alumnos que más lo necesiten.

Temporalización

Esta unidad didáctica tendrá la siguiente temporalización:

- **1ª Sesión.** Introducción al kayak polo y normativa: En esta primera sesión se hará una primera toma de contacto en el aula con el deporte del Kayak Polo. Se explicarán contenidos teóricos a través de vídeos y material utilizado en la práctica deportiva. .
- **2ª Sesión.** Maniobras básicas en el kayak polo: En esta sesión se explicarán y trabajaran las maniobras básicas necesarias para controlar la embarcación utilizada en Kayak Polo.
- **3ª Sesión.** Maniobras técnicas en el kayak polo: Aquí trabajaremos con contenidos más técnicos, más específicos del deporte, como son el tipo de giro y el control de balón.
- **4ª Sesión.** Introducción táctica en kayak polo: Una vez trabajados los contenidos básicos en las sesiones anteriores, en esta sesión se procederá a conocer el campo de juego y la normativa aplicada en el Kayak Polo, las normas de seguridad asa como sistemas de juego más comunes.
- **5ª Sesión.** El Juego: Finalmente como última sesión de la unidad, se englobarán todas las habilidades y conocimientos adoptados por los alumnos a lo largo de las clases impartidas. Se trabajarán a través de una liga de varios equipos organizada y ejecutada por los alumnos.

4. DESARROLLO DE LAS SESIONES

1ª SESIÓN: INICIACIÓN AL KAYAK POLO	
Lugar:	Aula
Materiales:	Proyector y material de kayak polo
Organización:	La normal en el aula o sentados por grupos
ACTIVIDAD	DESARROLLO
1. Parte inicial	"¿En qué consiste de kayak polo?" El profesor les dirá a los alumnos que hagan una puesta en común sobre lo que conocen del deporte del kayak polo.
2. Parte principal	"Introducción al kayak polo" El profesor realizará una explicación introductoria del kayak polo a través de videos y/o material que se utiliza en la práctica de este deporte (casco, chaleco, balón y kayak). También realizará una introducción al reglamento explicando la normativa básica.
3. Parte final	"Dudas y conclusiones" Finalmente se resolverán dudas surgidas y conclusiones obtenidas por los alumnos.

2ª SESIÓN: MANIOBRAS BÁSICAS DEL KAYAK POLO	
Lugar:	Centro de Actividades Náuticas, Playa, Puerto, Club Deportivo...
Materiales:	Chalecos, kayak, palas
Organización:	Individual, por parejas, por grupos
ACTIVIDAD	DESARROLLO
1. Parte Inicial	Realizaremos actividades/juegos para el calentamiento para la posterior actividad física: <u>1. Movilidad Articular:</u> Los alumnos colocados en círculo realizarán movimientos de calentamiento de todas las articulaciones del cuerpo. <u>2. "La Muralla":</u> Un alumno intentará pillar a sus compañeros cuando pasen por la zona delimitada para intentar llegar al otro lado. Cada vez que un alumno es pillado ayudará a su compañero a pillar al resto.

2. Parte Principal	<p><u>1. Recordamos:</u> Se recordarán las partes tanto de la pala como del kayak que se vio en la sesión anterior.</p> <p><u>2. El kayak Polo:</u> El profesor explicará el embarque y desembarque en un kayak polo (piraguas cerradas), la forma de colocarse y el vaciado, fuera del agua.</p> <p><u>3. "Cuidado que voy sin pala":</u> Los alumnos todos en los kayaks, tendrán que intentar realizar un recorrido paleando solo con las manos.</p> <p><u>4. "Carrera de relevos":</u> Se formaran 5 equipos de 5 alumnos cada uno con un kayak y una pala por equipo. A la señal de "ya" saldrá un alumno de cada equipo realizando el recorrido acordado por el profesor, volver para darle el relevo a su compañero.</p>
3. Parte final	Finalmente se recogerá el material y se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.

3ª SESIÓN: MANIOBRAS TÉCNICAS DEL KAYAK POLO	
Lugar:	Centro de Actividades Náuticas, Playa, Puerto, Club Deportivo...
Materiales:	Chalecos, canoas, palas, balones
Organización:	Individual, por parejas, por grupos
ACTIVIDAD	DESARROLLO
1. Parte Inicial	<p>Realizaremos actividades para el calentamiento para la posterior actividad física:</p> <p><u>1. Movilidad Articular:</u> Los alumnos colocados en círculo realizarán movimientos de calentamiento de todas las articulaciones del cuerpo.</p> <p><u>2. Pases con Balón:</u> El profesor explicará las características del balón de kayak polo, y posteriormente los alumnos en grupos reducidos realizarán pases entre ellos.</p>

2. Parte Principal	<p>1. <u>Recordamos el paleo en Kayak polo</u>: los alumnos libremente por el espacio determinado por el profesor para recordar y practicar el manejo de la embarcación.</p> <p>2. <u>Maniobras en el kayak polo</u>: El profesor, explicará la maniobra que se utiliza para el cambio de dirección “chandelle” y el desplazamiento con balón utilizando la pala.</p> <p>3. <u>"Los 10 pases"</u>: en 2 grupos, tendrán que conseguir realizar 10 pases continuos con sus compañeros de equipo sin que el otro equipo intercepte el balón. Cada vez que un equipo consiga realizar 10 pases seguidos obtendrá un punto. La actividad será en el agua y se utilizarán normas establecidas en el reglamento de juego.</p>
3. Parte final	Finalmente se recogerá el material y se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.

4ª SESIÓN: INTRODUCCIÓN TÁCTICA DEL KAYAK POLO	
Lugar:	Campo de Kayak Polo, Centro de Actividades Náuticas, Playa, Puerto, Club Deportivo...
Materiales:	Chalecos, kayak, canoas, palas, balones
Organización:	Individual, por parejas, por grupos
ACTIVIDAD	DESARROLLO
1. Parte Inicial	Realizaremos actividades para el calentamiento para la posterior actividad física: <u>1. Movilidad Articular</u> : Los alumnos colocados en círculo realizarán movimientos de calentamiento de todas las articulaciones del cuerpo.

2. Parte Principal	<p>Esta sesión se realizará en un campo de delimitado de kayak polo.</p> <p><u>1. Recordamos:</u> Se recordarán la normativa básica del reglamento explicado el primer día, campo, porterías, duración de los tiempos, inicio del partido...</p> <p><u>2. "El pañuelo":</u> 2 equipos y con números asignados a cada palista. Cada equipo se colocará en línea en un lado del campo en frente del otro equipo. El profesor lanzará el balón al centro del campo diciendo un número, el jugador que tenga asignado ese número saldrá en busca del balón y para sumar punto deberá llegar junto a sus compañeros controlando el balón.</p> <p><u>3. "El Penalti":</u> 2 equipos. Cada equipo se colocará en una portería y un alumno se colocará en la posición de portero. El resto de sus compañeros intentarán marcarle gol.</p> <p><u>4. "El Partidillo":</u> Se jugará un partido de tiempo reducido utilizando la normativa básica del reglamento de kayak polo.</p>
3. Parte final	<p>Finalmente se recogerá el material y se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.</p>

5ª SESIÓN: EL JUEGO	
Lugar:	Campo de Kayak Polo, Centro de Actividades Náuticas, Playa, Puerto, Club Deportivo...
Materiales:	Chalecos, kayak, palas, pelotas, marcador de tiempo, panel de resultados...
Organización:	Individual, por parejas, por grupos
ACTIVIDAD	DESARROLLO
1. Parte inicial	<p>Realizaremos actividades/juegos para el calentamiento para la posterior actividad física:</p> <p><u>1. Movilidad Articular:</u> Los alumnos colocados en círculo realizarán movimientos de calentamiento de todas las articulaciones del cuerpo.</p>

2. Parte Principal	<p>1. “La Liguilla”: Se formarán equipos de 5 jugadores. Los equipos tendrán que enfrentarse unos a otros he ir sumando puntos, se utilizará un sistema de liga para posteriormente realizar semifinales y finales.</p> <p>Para llevar los resultados utilizaremos un panel en el que se irán reflejando los resultados. Los partidos serán de tiempo reducido y se tendrá en cuenta el reglamento de juego.</p> <p>(A lo largo de las diversas sesiones, el profesor evaluará al alumnado en función de su evolución)</p>
3. Parte final	<p>Finalmente se recogerá el material y se procederá a realizar ejercicios de estiramiento.</p>

5. CARACTERÍSTICAS PEDAGÓGICAS

El desarrollo de esta propuesta didáctica debe encuadrarse dentro del último trimestre, coincidiendo con el buen tiempo para la introducción de los contenidos relacionados con el agua.

Baena-Extremera, Granero-Gallegos, Ayala, Vaquero-Cristóbal y Martínez-Molina (2012) indican que es interesante enseñar al alumnado las diferentes posibilidades que el medio natural ofrece y los entornos cercanos disponibles en los que poder realizar práctica deportiva, especialmente informando de aquellos sitios en los que puede practicarse la modalidad deportiva.

Por ejemplo, Peñarrubia-Lozano y Marcén (2015) indican en su propuesta de actividades en el medio natural en la ciudad de Zaragoza, que el río Ebro es fácilmente accesible para la práctica de actividades acuáticas como el piragüismo.

Además, recordar que ya no solamente se trabajan los valores como el esfuerzo, la responsabilidad o la perseverancia a nivel individual del piragüismo

como deporte, sino que hay que añadirle los valores propios de los deportes colectivos, atribuyéndose a estos un gran potencial en el ámbito de la educación en valores (Ruiz-Omeñaca, Ponce-de-León, Sanz y Valdemoros, 2015), como el respeto, la participación, el trabajo en equipo o la confianza en uno mismo.

Finalmente, esta unidad didáctica debe adaptarse al contexto escolar del centro educativo en el que se desarrolle, teniendo que considerar las características propias del alumnado sobre el que se desarrollará, adaptándola las actividades al nivel de cada grupo.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Blázquez, D. (2010). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: Inde.
2. Contreras, O., De la Torre, E. y Velázquez, R. (2001). *Iniciación Deportiva*. Madrid: Síntesis.
3. Decreto 359/2009 de 30 de octubre, por el que se establece y regula la respuesta educativa a la diversidad del alumnado en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.
4. Decreto 220/2015, de 2 de septiembre de 2015, por el que se establece el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia
5. Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa.
6. Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato.
7. Granero, A., Baena, A., y Martínez, M. (2010). Contenidos desarrollados mediante las Actividades en el medio natural de las clases de Educación Física en Secundaria Obligatoria. *Ágora para la educación física y el deporte*, 12(3), 273-288.

8. Mattos, B., & Middleton, A. (2004). *Kayaking & canoeing for beginners: a practical guide to paddling for novices and intermediates*. Southwater.
9. Thompson, J., Boddy, K., Stein, K., Whear, R., Barton, J., & Depledge, M. H. (2011). Does participating in physical activity in outdoor natural environments have a greater effect on physical and mental wellbeing than physical activity indoors? A systematic review. *Environmental Science Technology*, 45(5), 1761-1772.
10. Guillén Correas, R. & Peñarrubia Lozano, C. (2013). Incorporación de contenidos de Actividades en el Medio Natural mediante la investigación-acción colaborativa. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (23), 23-28.
11. Peñarrubia-Lozano, C., & Marcén Cinca, N. (2015). Desarrollo de las actividades en el medio natural en la ciudad de zaragoza: limitaciones y posibilidades. *Espiral. Cuadernos del profesorado*, 8(16), 7.
12. Baena-Extremera, A., Granero-Gallegos, A., Ayala, J. D., Vaquero-Cristóbal, R., & Martínez-Molina, M. (2012). Enseñanza de actividades en el medio natural y su relación con el entorno escolar. *Trances: Revista de Transmisión de Conocimiento Educativo y de la Salud*, 4(6), 423-432.
13. Ruiz-Omeñaca, J. V., Ponce-de-León Elizondo, A., Sanz, E., y Valdemoros San Emeterio, M. A. (2015). La educación en valores desde el deporte: investigación sobre la aplicación de un programa integral en deportes de equipo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (28), 270-276.

