

PROPUESTA DE ENSEÑANZA DE KARATE DESDE EL ESTILO ACTITUDINAL

Karate teaching proposal from the Attitude Style

Ángel Pérez-Pueyo (1)
David Hortigüela-Alcalá (2)
Carlos Gutiérrez-García (3)
Israel Herrán Álvarez (4)
Carlos Heras Bernardino (5)
Jorge Garrote García (6)
Alejandra Hernando-Garijo (7)
Óscar Casado-Berrocal (8)
Mario Sobejano Carrocera (9)
Jose Luis Álvarez-Sánchez (10)

1. Universidad de León, España. Correo electrónico: angel.perez.pueyo@unileon.es
2. Universidad de Burgos, España. Correo electrónico: dhortiguela@ubu.es
3. Universidad de León, España. Correo electrónico: carlos.gutierrez@unileon.es
4. IES Doctor Sancho de Matienzo (Villasana de Mena, Burgos). Correo electrónico: iherran@educa.jcyl.es
5. IES Prado de Santo Domingo (Alorcón, Madrid). Correo electrónico: cherber578@pradosantodomingo.es
6. IES Gil y Carrasco, Ponferrada, España. Correo electrónico: jorge.gargar.5@educa.jcyl.es
7. Universidad de Burgos, España. Correo electrónico: ahgarijo@ubu.es
8. CEIP San Isidoro, León, España, España. Correo electrónico: oscarm.casber@educa.jcyl.es
9. IES La Quintana, Asturias. España. Correo electrónico: mariosc@educastur.org
10. IES Emperador Emperador, Medina del Campo. Correo electrónico: josel.alvsan.2@educa.jcyl.es

Resumen

El presente trabajo relata una experiencia educativa desarrollada con dos grupos de 3º de Educación Primaria durante el primer trimestre del curso 2018/2019. Ésta se centra en el proceso de enseñanza de un arte marcial como es el karate a través del desarrollo de una Unidad Didáctica de siete sesiones de duración a través del Estilo Actitudinal. Durante la misma se trabajan aspectos fundamentales de combate y el aprendizaje y puesta en práctica de una kata sencilla: “Pinanshodan” adaptada. Para ello hay una primera parte de enseñanza por parte del docente y una segunda en la que los alumnos se enseñan entre sí bajo un proceso de evaluación formativa. El trabajo en las clases culmina con la presentación de la kata en el festival de Navidad celebrado en el centro.

Palabras clave: Estilo Actitudinal, Aprendizaje cooperativo, aprendizaje entre iguales, karate, kata

Abstract

This paper describes an educational experience developed with two groups of 3rd Primary Education during the first quarter of the 2018/2019 academic year. This experience focuses on the process of teaching a martial art such as karate through the development of a seven-session Didactic Unit through the Attitudinal Style. During it, fundamental aspects of combat and the learning and implementation of a simple kata are worked on: adapted “Pinanshodan”. For this there is a first part of teaching by the teacher and a second in which students teach each other under a process of formative assessment. The work in the classes culminates with the presentation of the kata at the Christmas festival held in the center.

Keywords: Attitudinal Style, Cooperative learning, peer learning, karate, kata

1 Introducción

El término de actividad física cooperativa sólo debe utilizarse en aquellos casos en los que no hay oposición entre los participantes. Cuando ésta existe no se puede hablar de actividad cooperativa (Velázquez, 2007) así que en este caso se aclara desde el inicio que el karate no es una modalidad deportiva cooperativa.

No obstante, la experiencia presenta una forma de enseñanza del deporte desde el estilo actitudinal que manifiesta una clara esencia cooperativa (Fernández-Río et al., 2016). Se utiliza el karate no como objetivo sino como contenido. En este sentido, la interdependencia positiva de metas, los procesos orientados a garantizar la responsabilidad individual dentro del grupo y la evaluación de los aprendizajes adquiridos por el alumnado están inmersos en el planteamiento de la propuesta. Esto es porque tras la enseñanza básica de la modalidad deportiva por parte del docente², son los alumnos quienes adquieren el compromiso de que la demostración final de una kata, sea fruto de su trabajo y enseñanza mutua (Hortigüela-Alcalá et al., 2017).

2 Contextualización

La experiencia que a continuación se desarrolla se llevó a cabo en el CEIP Alejandro Rodríguez de Valcárcel (Burgos). Se efectuó durante el primer trimestre del curso 2018/2019 y fue dirigida a los grupos de 3º EPO A y B que contaban con 21 y 23 alumnos respectivamente.

3 Desarrollo de la experiencia: nuestra propuesta didáctica

La Unidad Didáctica se estructura en tres partes fundamentales. Una primera orientada al acercamiento y primera toma de contacto con este deporte a través de nociones básicas de combate; una segunda parte destinada al aprendizaje de una kata sencilla y una tercera parte dirigida a la práctica y demostración de lo aprendido.

Primera parte: conocimiento y práctica de la disciplina a través del combate

La Unidad comienza con una indagación inicial acerca de lo que saben nuestros alumnos. Se plantea la pregunta “¿Qué sabéis sobre karate?”. Tras la formulación de la pregunta se utiliza la técnica cooperativa “1-2-4” a través de la cual el alumno piensa individualmente, luego intercambia con su pareja y posteriormente la pareja comparte lo que sabe con otra pareja. Finalmente se establece una puesta en común en la que los comentarios más habituales son “karate es pegar, karate es cuando uno parte una tabla...”.

Tras la puesta en común se enseña a los alumnos una pequeña presentación en la que se resumen los aspectos básicos de la consistencia del deporte. Se intenta captar la atención del alumnado y se incide sobre los valores fundamentales que se van a trabajar: escucha, disciplina y respeto.

Durante las primeras sesiones se enseñan aspectos técnicos básicos de combate; el ataque y la defensa tanto de puño como de patada. El proceso de enseñanza y aprendizaje tiene lugar siempre de la misma manera. Primero el docente es quien enseña los aspectos técnicos enfatizando sobre la forma correcta de hacerlos y los alumnos los reproducen dispuestos en una fila horizontal. Posteriormente se ponen por parejas asumiendo roles de atacante y de defensor. A continuación, una pareja se une con otra pareja y mientras una de ellas ejecuta, la otra corrige los aspectos técnicos.

Tras esta puesta en práctica se consolidan dichos gestos técnicos de una forma más lúdica (*pandero karateca, escondite kiai, pilla karateca...*). Se trata de que vayan interiorizando los aspectos del Karate a través de juegos lúdicos conocidos por ellos. Por ejemplo, se propone el “pilla-karateca”. Un alumno hace de “karateca-pillador” y tiene que pillar al resto de sus compañeros. Si toca a uno de ellos, éste tiene que

² En el texto utilizaremos el masculino como neutro que engloba a chicos y chicas por igual.

quedarse parado haciendo la técnica de defensa o bien de puño o bien de patada. El resto de sus compañeros pueden salvarle haciendo la técnica de ataque que corresponda.

Durante estas sesiones, se enseñan además rituales que se convertirán en rutina todos los días, por ejemplo, quitarse las zapatillas al entrar al gimnasio y esperar en silencio para hacer el saludo al iniciar la clase (Rei). Además, en esta parte de la Unidad, así como en la siguiente, se comienza la clase efectuando evaluación de los conocimientos aprendidos. Para ello se utiliza la técnica de aprendizaje cooperativo “Cabezas juntas numeradas”, consistente en que los alumnos se juntan en grupos de 4 personas y a cada uno de sus integrantes se le otorga un número (1, 2, 3, 4). El profesor plantea que juntos compartan todo lo que han aprendido hasta el momento acerca del karate (*por ejemplo: es un deporte de adversario, es un arte marcial como el judo, se saluda al inicio, el saludo se llama Rei, hay técnicas de ataque y de defensa...*). Tras unos minutos de charla compartida, el profesor dice un número (1, 2, 3 o 4) y el alumno de cada grupo con dicho número se levanta y explica lo que él junto con sus compañeros han hablado sobre su aprendizaje hasta el momento de karate.

Segunda parte: conocimiento de la disciplina a través de la kata

Tras el primer acercamiento al combate, se presenta una modalidad diferente dentro de esta disciplina deportiva: la kata.

Durante las siguientes sesiones se enseñará a los alumnos la primera kata de karate “Pinanshodan”. Se elige ésta por ser la más sencilla. Además, es adaptada puesto que se acorta y se introducen todas las técnicas de ataque y defensa de combate aprendidas en la primera parte de la Unidad.

El proceso de aprendizaje se realiza siguiendo las siguientes fases. Una primera en la que el docente enseña a los niños los pasos y una segunda en la que se utilizan el aprendizaje entre iguales. De este modo, tras haber interiorizado los pasos de forma individual, los alumnos se juntan por parejas y tratan de hacerlo a la vez. Posteriormente, un compañero es ejecutor y otro es experto corrector.

El docente siempre incide en los aspectos fundamentales que los niños tienen que tener en cuenta no solo para ejecutar la kata de manera correcta, sino para que sean capaces de identificar los errores cuando se conviertan en expertos correctores. La evaluación por pares cobra especial relevancia en este momento ya que los alumnos adquieren la responsabilidad y el compromiso en el proceso de aprendizaje. Además, durante el proceso el docente pasa por los grupos corrigiendo también.

Después de estar por parejas, una pareja se junta con otra pareja, después, un grupo de 4 se junta con otro de 4, así hasta que toda la clase está implicada y efectúan el mismo proceso de ejecución-corrección. Se emplea así una organización secuencial hacia las actitudes (Pérez-Pueyo, 2010, 2016).

Tercera parte: demostración de lo aprendido

Después del período de práctica llega el momento de demostrar lo que han aprendido. En este caso el docente les propone hacer una prueba práctica final que consiste en hacer la demostración de la kata “PinanShodan” de principio a fin. Se evaluarán los aspectos que todos los días han estado trabajando (linealidad de la cabeza, posición de piernas y de brazos, concentración...). Dichos aspectos aparecen en una escala de valoración gráfica que el docente facilita a los alumnos.

El profesor les explica la escala y posteriormente los alumnos se juntan en “equipos pensantes” para asegurarse de que todos los compañeros han comprendido la escala.

Tras su comprensión y práctica de la kata en función de los ítems, se lleva a cabo la prueba práctica final en la que la mitad de la clase ejecuta y la otra mitad coevalúa la acción de los compañeros. Al finalizar la kata y la coevaluación, los alumnos coevaluadores explican a sus compañeros el porqué de sus resultados en la escala.

Esto les servirá posteriormente para saber dónde tienen que incidir de cara a la demostración de la kata en el Festival de Navidad todos juntos.

4 Principios metodológicos y evaluativos

La estructura metodológica del presente trabajo comparte similitudes con otras experiencias anteriormente publicadas y que abordan diversidad de contenidos como, esgrima, baile o sensibilización hacia la discapacidad (Hortigüela et al., 2012; Pérez-Pueyo et al., 2012, 2014).

Todas ellas tienen en común la utilización de aspectos que demuestran la utilización del estilo actitudinal y el aprendizaje cooperativo (Fernández-Río et al, 2016). El estilo actitudinal por el uso de actividades corporales intencionadas y el empleo de evaluación formativa y compartida. El aprendizaje cooperativo porque los alumnos se enseñan entre sí y se emplean diversas técnicas.

Por ejemplo, tanto en la evaluación inicial como en la evaluación diaria de aprendizajes adquiridos se utilizan técnicas como “1-2-4” o “Cabezas juntas numeradas” como ha sido señalado con anterioridad. Zariquey en 2018 argumenta que la utilización de estas técnicas presenta múltiples ventajas en aras de que los alumnos adquieran un mayor nivel de aprendizaje. Por un lado, más niños conectan con el contenido y con el aprendizaje ya que si preguntas a todos a la vez, suele ocurrir que contestan los mismos alumnos de siempre. En cambio, con la utilización de la técnica, todos los niños participan. Por otro lado, se genera un nivel de ansiedad menor porque los iguales conversan entre ellos antes de que el profesor les pregunte por sorpresa. Y, además, tienen la oportunidad de solventar las dudas que a lo mejor no son capaces de preguntar al profesor. Del mismo modo, se genera un nivel de pensamiento superior puesto que el niño habla, exterioriza y comunica lo que sabe.

En lo que respecta a la práctica y ensayo del kata, los alumnos lo hacen de forma individual para pasar a parejas, grupos de 4, grupos de 8 e implicación de toda la clase junta. Esto, además de constituir una organización secuencial hacia las actitudes (Pérez-Pueyo, 2010, 2016), se trata de un proceso de enseñanza y aprendizaje cooperativo en el que los alumnos se convierten en ejecutores y en expertos correctores. Se genera un aprendizaje entre iguales en el que los niños no solamente han de demostrar que saben hacer el kata, sino que además son capaces de identificar tanto los aspectos correctos como incorrectos en sus compañeros.

Esto es efectuado sobre la práctica a través de una corrección motriz directa, pero además es también realizado y evaluado mediante la utilización de una escala de valoración gráfica, a través de la cual los alumnos tienen que explicar a sus compañeros el porqué de sus errores atendiendo a cada uno de los ítems marcados. Se detecta la responsabilidad evaluativa del alumnado, fundamental para generar autonomía y autorregulación en las tareas (Hortigüela-Alcalá, et al., 2017).

En este sentido, la explicación previa de la escala de valoración gráfica para el entendimiento por parte de los alumnos se lleva a cabo a través de la técnica de “equipos pensantes”. De este modo, y tras la explicación de la escala por parte del docente, los alumnos se cercioran de que el equipo ha comprendido cada uno de los ítems de la escala. Si aun así tienen dudas, el docente interviene. Suele ser habitual que como docentes expliquemos, preguntemos a los alumnos si lo han entendido y escuchemos un sí generalizado, cuando en realidad algunos de ellos no lo han comprendido. Esta técnica permite que de nuevo fomentemos el aprendizaje entre iguales asegurándonos de que existe un entendimiento total por parte de los alumnos.

5 Conclusiones

La presentación de este contenido generó una reticencia inicial por el desconocimiento de los alumnos hacia este deporte. Asimismo, y como se constató en la evaluación inicial realizada, los alumnos tenían una concepción errónea de su consistencia. Si bien se observó que el desarrollo de la Unidad hizo que los alumnos comprendieran la esencia del deporte y que mostraran un respeto absoluto hacia las reglas y hacia el adversario. Esta evidencia coincide con los resultados encontrados en investigaciones como la de Hortigüela et al. (2017) en la que se demostró que los deportes de combate generan menos agresividad directa e indirecta que los deportes colectivos

Por otro lado, se observó una implicación alta del alumnado durante el proceso de enseñanza aprendizaje, fundamentalmente por mostrar sus conocimientos al sentirse expertos cuando corregían a sus

compañeros. De igual modo, se generó una elevada motivación y satisfacción por el logro final compartido. Esto demuestra una vez más que el empleo del trabajo cooperativo en Educación Física genera actitudes positivas del alumnado y conlleva un mayor nivel de aprendizaje (Bores-García et al., 2020; Hortigüela-Alcalá, et al., 2019).

Se anima a los docentes de Educación Física a poner en práctica la estructura metodológica que aquí se propone, que puede ser aplicada al karate, como así se ha explicado, o a cualquier contenido físico-deportivo.

6 Referencias

- Bores-García, D., Hortigüela-Alcalá, D., Fernandez-Rio, J., González-Calvo, G., & Barba-Martín, R. (2020): Research on Cooperative Learning in Physical Education. Systematic Review of the Last Five Years. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. <https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1719276>
- Fernández-Río, J., Calderón, A., Hortigüela-Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A., & Aznar, M. (2016). Modelos pedagógicos en Educación Física: consideraciones teórico prácticas para docentes. *Revista Española de Educación Física y deportes*, 413, 55-75. <https://doi.org/10.55166/reefd.v0i413.425>
- Hortigüela-Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A., & Fernández Río, J. (2017). Relación entre el estilo actitudinal y la responsabilidad evaluativa del alumnado de Educación Física. *Cultura, Ciencia, Deporte*, 12(35), 89-99.
- Hortigüela-Alcalá, D., Hernando, A., Pérez-Pueyo, A., & Fernández-Río (2019). Cooperative Learning and Students' Motivation. Social Interactions and Attitudes: Perspectives from Two Different Educational Stages. *Sustainability*, 11, 7005. (On line).
- Hortigüela-Alcalá, D., Pérez-Pueyo, A. y Hernando, A. (2012). Creamos para todos. Una unidad didáctica de sensibilización hacia la discapacidad. VIII Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas. Villanueva de la Serena, Badajoz.
- Hortigüela-Alcalá, D., Gutiérrez-García, C., & Hernando, A. (2017). Combat versus team sports: the effects of gender in a climate of peer-motivation, and levels of fun and violence in physical education students. IDO Movement for Culture. *Journal of Martial Arts Anthropology*, 17(3), 11-20. <https://doi.org/10.14589/ido.17.3.2>
- Pérez-Pueyo, A. (2010). *El estilo actitudinal: una propuesta metodológica basada en actitudes*. CEP.
- Pérez-Pueyo, A. (2016). El Estilo Actitudinal en Educación Física: Evolución en los últimos 20 años. *Retos*, 29, 207-215. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i29.38720>
- Pérez-Pueyo, A., Hernando, A., & Hortigüela-Alcalá, D. (2012). Los 3 mosqueteros: una unidad didáctica de sable-espuma en el marco del estilo actitudinal. VIII Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas. Villanueva de la Serena, Badajoz.
- Pérez-Pueyo, A., Hernando, A., & Hortigüela-Alcalá, D. (2014). Baile country: la utilización del baile como herramienta de motivación y aprendizaje. IX Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas. Vélez, Málaga.
- Velázquez, C. (2007). El aprendizaje cooperativo en Educación Física. Qué, para qué, por qué y cómo. La Peonza. *Revista de Educación Física para la Paz*, (2), 3-13.
- Zariquiey, F. (2018). *La implantación del aprendizaje cooperativo. Guía para diseñar y gestionar una red de aprendizaje cooperativo*. Recuperado de <https://www.colectivocinetica.es/media/01-colectivo-cin%20A9tica-gu%20ADa-para-dise%20B1ar-red-de-aprendizaje-cooperativo1.pdf>