

CANOTAJE EN LA ESCUELA SECUNDARIA PÚBLICA, NUESTRO PATIO ES EL RÍO.

Experiencias, anécdotas e impacto de un proyecto anual de canotaje.

Mauro Ruani, UNLP, CEF 67, EESN°1 Berisso, ruanimauro@gmail.com

RESUMEN

Este trabajo cuenta el proceso por el que transitamos docentes y alumnos, para que estos últimos hayan logrado progresar tanto que pasaron de subir con mucho miedo a un kayak o una canoa, a animarse a tirarse en kayak de una cascada o surfear una ola en el mar.

En la primera parte contaré brevemente sobre la organización del proyecto, cómo es posible dar todas las clases del año en el río, la organización de grupal y el enfoque que se la ha dado al canotaje en la escuela.

Luego se identificarán los puntos fuertes y débiles que ha tenido el proyecto así como también las estrategias didácticas que han favorecido el aprendizaje de los alumnos y los viajes y salidas que realizamos, que fueron la motivación para mejorar y animarse a afrontar nuevos desafíos.

Por último mencionaré algunas anécdotas muy gratificantes de haber trabajado con el canotaje en la escuela y como nunca podemos estar satisfechos con lo que tenemos, plantearé los nuevos desafíos que nos proponemos para los años siguientes.

Palabras claves: Canotaje, kayak, canoa, proyecto.

INTRODUCCIÓN

Imagínense que un río pasa por el patio de la escuela y un pequeño muelle se convierte en la puerta de entrada a un espejo de agua rodeado de verde, de junco, sauce y ceibo donde nuestros alumnos mientras reman entre garzas,

biguás y tortugas de río, descubren por si solos el disfrute y el respeto por la belleza del entorno natural. Y qué mejor que si mientras conocen todo esto, realizan una actividad física saludable que pueden seguir practicando por el resto de sus vidas. Bienvenidos a las clases de canotaje de la EESN°1 de Berisso.

Este trabajo complementa la ponencia “Canotaje en la escuela secundaria, una planificación anual desarrollada en Berisso” (Ruani, 2015), donde se detallaba una propuesta pedagógica que intentaba abordar la totalidad de los contenidos de Educación Física de 6° año del Diseño Curricular para la Educación Secundaria de la provincia de Buenos Aires (DGCyE, 2011), a través de una práctica corporal poco habitual en las escuelas como lo es el canotaje.

En esta ocasión el objetivo es compartir la experiencia de dos años y medios de implementación de dicha propuesta y contar un poco en qué se transformó esa planificación ideal, cómo fue mutando con el correr de las clases, qué sensaciones y anécdotas generó en los alumnos y profesores que transitamos ese camino, qué estrategias didácticas adoptamos para hacer frente a los días de viento y frío, a los miedos, a la primer caída al agua; y lo más difícil de transmitir con palabras, las caras de los jóvenes cuando por primera vez surfearon en un kayak una ola de mar o se tiraron de una cascada en Necochea.

EL CANOTAJE

El canotaje es una disciplina acuática que se practica sobre kayak y canoas que son propulsadas con palas para desplazarse por los más diversos ámbitos acuáticos incluyendo desde arroyos y lagos tranquilos, hasta rápidos, cascadas y olas de mar.

Existen diferentes modalidades competitivas del canotaje como velocidad en agua plana, slalom, kayak polo y carreras de descensos entre otras; pero también es una disciplina que se practica con fines recreativos y que permite un gran contacto con el medio natural.

¿CÓMO ES POIBLE DAR CANOTAJE DURANTE TODO EL AÑO EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA EN UNA ESCUELA PÚBLICA?

Es lo que siempre me preguntan. En cuanto a lo material, en la escuela contamos con una guardería que compartimos con el CEF 67 equipada con kayak, palas, canoas y chalecos. Esto es producto de más de 25 años de trabajo de generaciones de comprometidos profesores del CEF y de la escuela. En cuanto a lo administrativo, el proyecto institucional está organizado de la siguiente manera: los alumnos de primer ciclo de ésta escuela cursan educación Física con un profesor designado por curso como en la mayoría de las escuelas. El proyecto de segundo ciclo está organizado en varias unidades temáticas anuales donde los alumnos pueden elegir según sus intereses la disciplina que más les guste.

Esto favorece el desarrollo de la materia ya que el alumno asiste por su propia decisión. Entre las unidades temáticas podemos encontrar vóley, gimnasia, hándbol, vida en la naturaleza, canotaje, básquet, futbol y hockey.

EI ENFOQUE QUE SE LE DIÓ AL CANOTAJE

Teniendo en cuenta las diferentes variantes del canotaje, se apuntó principalmente a su variante recreativa, ya sea utilizando juegos para que los alumnos se apropien de los contenidos, o entendiendo a la navegación en grupo y en contacto con la naturaleza como una actividad de disfrute en sí misma. También durante una unidad didáctica los alumnos conocieron y practicarán actividad similares a las prácticas deportivo competitivas del canotaje, reflexionando sobre sus diferencias y las capacidades y habilidades necesarias para desempeñarse en cada una de ellas.

El canotaje es una práctica que permite una relación muy cercana con los elementos naturales, para su experimentación, reconocimiento, valoración y disfrute; por lo tanto en éste proyecto tuvieron una presencia muy fuerte los contenidos del eje corporeidad y motricidad en relación con el ambiente y se

orientarán las actividades hacia una educación ecológica y ambiental (DGCyE, 2008:6).

ORGANIZACIÓN DE LA CLASE

Las clases son de 2 horas una vez por semana. Debido a que es necesario preparar las embarcaciones y luego guardarlas, nos vimos a obligados a juntar los dos módulos semanales en una clase más larga.

Los grupos son de hasta 20 alumnos y nos manejamos con un profesor encargado de la clase y un profesor / guardavidas encargado de la seguridad.

UNIDADES DIDÁCTICAS DEL PROYECTO ORIGINAL

El proyecto estaba organizado de la siguiente manera:

- 1 – Unidad Didáctica: Iniciación al Canotaje.
- 2 – Unidad Didáctica: Navegación en Equipo.
- 3 – Proyecto: Características Ambientales de Nuestro Delta.
- 4 – Unidad Didáctica: El Canotaje Como Deporte.
- 5 – Unidad Didáctica: Prácticas en Pileta.
- 6 – Unidad Didáctica: Juegos con Kayak.
- 7 – Proyecto: Travesía.
- 8 – Proyecto de Intervención Comunitaria.
- 9 – Proyecto Campamento en la Playa.
- 10 – Proyecto Personal de Actividades Motrices.

PUNTOS FUERTES EN LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROYECTO:

- Asistencia: Siempre se mantuvieron los cupos llenos de las clases y el presentismo fue muy alto.
- Todos los alumnos que pasaron por las clases salieron remando en canoa doble y casi todos en kayak.
- Alumnos que no les gustaba Educación Física disfrutaban de las clases, incluso uno me contó que es la primera vez que saca un 10 en la materia.

- El vínculo docente alumno fue excelente. El hecho de salir a remar un buen rato y la tranquilidad del contexto nos brindó el espacio necesario para tener largas charlas con alumnos, donde se sintieron cómodos para conversar sobre su futuro, sus problemas y sus alegrías.
- Ningún alumno se quedaba sin practicar, por el formato de la clase era imposible que alguien se quede sentado a un costado, una vez que nos subíamos a las embarcaciones no quedaba otra que remar. En caso de ser necesario, podían pasar a la canoa del docente o recibir un remolque.
- El vínculo con el medio ambiente fue inmejorable, todas las clases nos cruzamos con aves de diferentes tipos, tortugas, peces y pudimos apreciar los diferentes colores de las estaciones en el río.
- El respeto por el medio se dio de forma natural por parte de los alumnos, nunca en dos años y medio hizo falta decir que no tiren residuos al agua.
- La Unidad Didáctica: Prácticas en Pileta Climatizada fue de un gran aporte para todo el grupo ya que la comodidad de una pileta climatizada permitió a los alumnos perder el miedo a darse vuelta y aprender como resolver la situación en caso de que ocurra.
- Lo que el primer año era un campamento en la playa de Berisso, el segundo se transformó en un viaje a Necochea. Pudimos viajar con los alumnos para remar en el mar y saltar unas cascadas en kayak. Ahí tuvieron que poner en práctica todo lo aprendido durante el año.
- Varios alumnos que pasaron por canotaje en la escuela hoy siguen practicando la disciplina fuera de la institución y la incorporaron a su vida cotidiana.

COSAS QUE NO SALIERON SEGÚN LO PLANEADO

- El Clima: en dos ocasiones nos complicó salidas que costó mucho organizar. El hecho de manejarnos a la intemperie hace que siempre dependamos hasta último momento del pronóstico y bajo ningún punto de vista podemos poner en riesgo la seguridad de los alumnos.
- Campamento en Isla Paulino. La idea era ir remando y pasar la noche en la base de campamento, pero un pronóstico de viento hizo que directamente Prefectura Naval no autorizara la salida

- Rotación de alumnos: en algunos casos había recambio de alumnos y había que retomar los contenidos de iniciación, lo que hacía que no en esas clases no se pueda avanzar tanto con los alumnos que ya venían de antes.
- Por cuestiones de tiempos en el año, el proyecto de intervención comunitaria donde los alumnos enseñarían a remar a niños más chicos nunca lo pudimos llevar a cabo.
- En 2017 la situación económica de varios alumnos hizo que no podamos repetir el viaje al mar.

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS

Tomando las estrategias de enseñanza planteadas por la DGCyE (2008:19) ejemplificaré algunas actividades donde las utilizamos de la siguiente manera:

Presentación de una situación a explorar: subir a los alumnos nuevos a una canoa muy estable, y luego de explicarle las cuestiones básicas de seguridad, que intenten navegar en una zona segura y exploren formas de desplazarse en diferentes sentidos.

Presentación de un problema a resolver: En pileta climatizada, en parejas, los alumnos deberán reingresar al kayak luego de haber volcado.

Presentación de una situación para reflexionar: Por ejemplo luego de un día de navegación con viento hacer una reflexión grupal sobre como incidió el viento en la navegación, la dirección del mismo y las precauciones a tener en cuenta.

Presentación de una situación de enseñanza recíproca: Cuando se incorpora un compañero nuevo al grupo se lo pone en pareja con un alumno con más experiencia y éste deberá enseñarle a embarcar y desembarcar en canoa, y los que tienen más experiencia en kayak deberá enseñarle al segundo.

Presentación de un modelo: Cuando vemos técnica de paleo y de timones, se muestra la técnica correcta y se corrige ya que una técnica inadecuada puede provocar lesiones.

ALGUNAS ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA PROPIAS DE LA CLASE DE CANOTAJE

También entendemos como lo hace Harf (2003) “por estrategia de enseñanza a todos los modos que emplea el docente [...] deberíamos comenzar por preguntarnos y cuestionar cuáles son las estrategias que ya efectivamente estamos empleando”. Luego de revisar nuestras estrategias, podríamos decir que utilizamos las siguientes:

- Siempre estar con el chaleco salvavidas puesto, incluso mientras trasladan las embarcaciones.
- Comenzar con embarcaciones más estables para brindar a los alumnos sensación de seguridad y que a medida que toman confianza ir pasándolos otras de menor estabilidad.
- Utilizar los días más calurosos para que prueben embarcaciones nuevas y los días más fríos ser más conservador en la selección de embarcaciones.
- Enseñar las maniobras de rescate en una pileta climatizada para que cuando suceda en situación real ya las conozcan y las resuelvan sin miedo.
- En kayak y canoa dobles armar parejas juntando los más experimentados y los nuevos para equilibrar la velocidad de navegación.
- Darle kayak más difícil de maniobrar a los alumnos experimentados.
- Enseñar a los alumnos señales de comunicación visual para poder dar una indicación a la distancia o pese al ruido.
- Informar a los alumnos sobre las zonas de precaución en el río.

VIAJES Y SALIDAS

Las salidas cumplieron un rol fundamental en el proyecto ya que motivaban a los alumnos a prepararse para ellas, ya sea encontrando la embarcación adecuada, mejorando la técnica o la resistencia.

Como en todas las actividades al aire libre, el clima cumple un papel fundamental para poder llevar adelante las salidas; a veces nos ayudó y otras

no tanto. A continuación detallaré los viajes y salidas que hicimos e intentamos hacer:

Travesía al Club Regatas La Plata con cambio de planes.

En 2015 con el fin de que los alumnos conozcan desde cerca lo que es el canotaje competitivo de velocidad en el marco de la Unidad Didáctica “El Canotaje Como Deporte”, planeamos una travesía de 14 kms. al Club Regatas La Plata, donde nos recibirían los atletas del club para contarnos sobre las características del deporte y los entrenamientos que realizan. Pero un fuerte viento Sudeste ponía en riesgo una remada tan larga y decidimos junto al guardavidas que sería más prudente hacer una remada por arroyos internos que nos resguardasen del viento.

Así que con los alumnos en la escuela y las autorizaciones firmadas para navegar todo un día completo, aprovechamos para recorrer hasta el final el Arroyo Caracol y el Filgueira, pasando por lugares donde no había más que un metro de ancho y solo se puede llegar con nuestras embarcaciones. Tuvimos que esquivar troncos, agacharnos para pasar por debajo de los árboles y lo mejor de todo fue que lo hicimos muy tranquilos ya que no nos corría el horario normal de la clase. Ese día pese al cambio de planes los alumnos pudieron disfrutar el río de una manera que no lo habían hecho nunca y al horario del almuerzo realizamos una charla sobre el peligro de la navegación con condiciones climáticas desfavorables.

Práctica de Kayak en Pileta Climatizada

El objetivo de esta clase fue que los alumnos vivencien y aprendan a resolver con tranquilidad la situación de caerse al agua en un ámbito controlado, para que cuando les pase en el río, lo puedan resolver de forma natural sabiendo los pasos que hay que seguir. Ésta clase fue de vital importancia como paso previo al viaje a Necochea donde los alumnos remarón en el mar y saltaron pequeñas cascadas y aplicaron en reiteradas ocasiones lo trabajado en la pileta.

Los temas que desarrollamos fueron: abandono seguro de las embarcaciones, el uso de cubrecockpit, los apoyos (técnica que evita que caigamos al agua), el

golpe de cadera, y los rescates cumpliendo el rol de rescatados y de rescatadores.

Aprovechando que estábamos en la pileta con varios kayaks de aguas blancas, pudimos realizar juegos similares al kayak polo y lo articulamos con la unidad didáctica "El Canotaje Como Deporte". Los chicos se divirtieron muchísimo ya que nunca habían utilizado los kayaks para practicar un juego con pelota.

El resultado de la clase fue excelente y se vio reflejado en las clases posteriores donde alumnos que no se animaban a subir a un kayak por miedo a darse vuelta y quedar atrapados pudieron superarse y empezaron a remar en los kayak más estables. Los más experimentados ganaron mucha autonomía y confianza, tal es así que los días de más calor se animaron a tirarse y rescatarse entre ellos en el río.

Por último, en Necochea cuando los chicos se daban vuelta en una ola o en el río, lo pudieron tomar con tranquilidad y no como una situación traumática.

Travesía y campamento frustrados a la Isla Paulino

En 2016 con una gran motivación de los chicos y de los profes, emprendimos la organización de esta travesía con los tres grupos de canotaje que tiene la escuela. Se trataba de ir remando hasta la base de campamento del Cef en Berisso, ubicada en la Isla Paulino, para hacer noche ahí y regresar al otro día, pero otra vez los fuertes vientos no permitieron la navegación y Prefectura Naval nos ordenó no navegar durante los dos días. Los chicos se quedaron con las ganas y algunos hasta se fueron enojados por haber suspendido la travesía, pero cuando estamos en el río el clima es el que manda.

Fue imposible reprogramar la salida ya que en poco tiempo se venía el viaje a Necochea.

Viaje a Necochea: Kayak Surf y Cascadas

Necochea tiene mar, río con agua plana, rápidos, cascadas de hasta 5 metros y una pista de slalom. Sin duda es uno de los pocos lugares de Argentina que permite la práctica de casi todas las modalidades del kayakismo. Si lo que queremos como profesores de Educación Física es que nuestros alumnos

incorporen las practicas corporales a su vida cotidiana, qué mejor que mostrarle lo más lindo de cada disciplina.

Desde que comencé en la escuela a dar canotaje que tenía ganas de realizar este viaje, yo ya lo había realizado llevando grupos de adultos por fuera de la escuela, pero dentro del sistema educativo y con menores es algo más complejo; el primer año no era el adecuado, primero había que conocer la escuela, la comunidad y también que ellos me conozcan a mí y mi forma de ver y trabajar con el canotaje y la educación física. En 2016 tuve un grupo de alumnos por segundo año consecutivo con el que ya nos conocíamos así que desde comienzo de año encaramos este desafío.

Primero hubo que charlarlo con directivos e inspectores, luego con los alumnos para ver si tenían ganas de ir y finalmente con los padres explicándoles todos los detalles y o por qué de este viaje.

Nos alojamos en el Hostel del Camping Miguel Lillo con salida directa al mar, lo que nos permitía realizar la actividad de kayak surf sin movilizarnos.

Las actividades se realizaron en su totalidad con chaleco salvavidas y casco, y fueron las siguientes:

Descenso del Rio Quequén: elegimos hacer un descenso desde la pista de slalom hasta 6 kms rio abajo con cascadas de hasta un metro. Para dar seguridad a los alumnos, nos agrupábamos antes de cada salto y un docente se quedaba con el grupo para ir mandándolos de a uno y distanciados, otro indicaba el lugar más apropiado para bajar, y los demás esperaban luego del salto para asistir en caso de que haya algún vuelco. Los alumnos se divirtieron mucho, todos participaron de la bajada y se sintieron contenidos en todo momento. A algunos les tocó caer al agua y otros pudieron pasar todos los saltos secos. Fue un gran desafío para los chicos y al finalizar el viaje muchos nos dijeron que fue la mejor actividad.

Los Kayaks utilizados fueron kayaks cerrados de 4 metros que nos facilitó la escuela de canotaje de Lobería, similares a los que usamos en la escuela.

Kayak Surf: Para realizar esta actividad nos manejamos con grupos de 5 alumnos supervisados por el guardavidas y 2 profesores especialistas en canotaje y en la iniciación del kayak surf, el resto del grupo practicaba juegos de playa en la arena con los otros docentes del equipo. Cuando los alumnos se cansaban hacíamos una rotación. Esta actividad la realizamos casi todos los días. El lugar elegido para el surf era la primer rompiente, con una profundidad de no más de 1 metro aproximadamente, que es la zona ideal para aprender y los docentes nos poníamos marcando una línea que los alumnos con los kayak no debían pasar.

Los alumnos pudieron evolucionar con el correr de los días y practicaron en kayaks cerrados y en kayak dobles abiertos.

Sin duda fue para mí como docente uno de los mejores viajes que organicé en mi vida. Es muy difícil hacer este tipo de salidas y no hubiese sido posible sin los siguientes factores: motivación de los chicos, confianza de los padres, apoyo de la escuela e inspectoras, acompañamiento de docentes especializados y guardavidas y a buena onda de todo el grupo.

Lamentablemente en 2017 si bien lo intentamos, no pudimos volver a realizar el viaje por cuestiones económicas.

ANÉCDOTAS Y RECUERDOS

- Sebastián, que en 2016 conoció el canotaje gracias al proyecto de la escuela, a los pocos meses comenzar se anotó en el Cef y en Patios Abiertos para realizar la misma actividad 3 veces a la semana. Este año viendo su entusiasmo, lo invité a realizar un curso de roll y no faltó ni una clase, además está participando los sábados en la actividad de kayak polo en la UNLP.
- Malena, que continúa sus estudios en otra escuela, se anotó en canotaje del CEF para no dejar la actividad que comenzó en la escuela.
- Brisa, le tenía miedo al agua, su primer clase fue la de la pileta climatizada y le costó mucho meterse a la pileta incluso en la parte baja. Con las clases lo fue superando muy de a poco y siempre la fuimos cuidando dándole las embarcaciones más estables para que no exista

casi posibilidad de que caiga. En Necochea, la noche anterior a saltar las cascadas, hablamos junto al guardavidas con ella explicándole que existía la posibilidad de que caiga al agua y que si ella seguía con miedo quizás sería mejor no realizar esa actividad. Nos respondió que ella vino al viaje a aprender y que se sentía segura para saltar las cascadas. Pese a su poca experiencia en kayak y sus miedos, fue de las pocas que bajó el río completo sin darse vuelta. Al finalizar la actividad su alegría era enorme.

- Durante una de las comidas, estábamos charlando con los profes y se nos acercó Nahuel y nos dijo: “Profe, gracias. Al principio me parecía que no valía la pena gastar la plata en un viaje de la escuela, pero ahora que estoy acá me parece muy barato lo que pagamos ya que las actividades están buenísimas, conocí un lugar al que nunca hubiese ido, las comidas que preparan es muy buena, nos tratan re bien y pegué onda con unos chicos de otro grupo con el que habíamos tenido problemas siempre”
- Valentín, de 19 años, en diciembre del año pasado viajó al río Atuel en San Rafael para hacer sus primeros descensos de un río de montaña y este año volvió a ir al mar, al Quequén y participó del Campeonato Argentino de Kayak Polo
- Agustina tenía miedo de subir a un kayak por miedo a no entrar, pese a que le buscamos diferentes kayak para que se sienta cómoda siempre quiso andar en canoa porque se sentía más segura. Una clase antes de ir a Necochea pidió probar un kayak ya que no quería perderse la bajada del Quequén. Probó, entró y en el Quequén la pasó muy bien arriba de una embarcación a la que siempre le tuvo miedo.
- En algunas ocasiones los perros andan dando vuelta por la escuela y los chicos juegan con ellos, cuando nos vamos a remar no quieren quedarse solos y se tiran al agua con lo cual junto al guardavidas tenemos que ocuparnos de rescatar al perro y luego dar la clase.
- Además de la escuela, doy clase de kayak polo en la pileta de la universidad. El sábado pasado 5 alumnos que pasaron por canotaje de la escuela estaban entrenando junto al equipo de kayak polo de La Plata, tres de ellos se habían ido pedaleando desde Berisso.

- Durante el transcurso de éste año en una clase preparamos todo el equipo, nos cambiamos para remar y cuando llevamos las embarcaciones al río, nos dimos cuenta de que el agua había desaparecido producto de una gran bajante, así que cambio de planes y a trabajar con los nudos.

EL PROYECTO DE CANOTAJE SALE DE LA ESCUELA

- En 2015 Canal Encuentro vino a filmar un capítulo del programa Universos de Aprendizaje donde mostró nuestro trabajo en la escuela.
- En 2016 la Revista Kayak Argentina nos pidió que escribamos una nota contando lo que hacemos y como logramos dar canotaje dentro de la escuela.
- En 2015 nos invitaron desde la cátedra Educación Física 3 del profesorado en Educación Física de la UNLP para contarle a los estudiantes sobre esta práctica poco habitual dentro del sistema educativo.

PRÓXIMOS DESAFÍOS

- Conseguir más material propio, ya que gran parte del que usamos pertenece al CEF N°67
- Poder volver a realizar un viaje a un entorno diferente, posiblemente el Río Atuel en San Rafael, que es un hermoso rio de montaña escuela.
- Encontrar la forma de que el viaje sea accesible para todos los alumnos.

A MODO DE CIERRE

Si bien considero que el proyecto de canotaje en la escuela ha tenido buenos resultados, el objetivo de éste trabajo no es el de convencer a mis colegas de que tienen que salir corriendo a comprar kayak y canoas para dar sus clases; la finalidad es mostrar que se si planificamos y fundamentamos nuestras prácticas docentes se puede trabajar en la escuela con actividades poco habituales o diferentes a lo que estamos acostumbrados a ver.

Creo que si logramos que nuestras clases no solo sean novedosas, sino que a su vez sean contextualizadas y puedan aprovechar los beneficios del entorno que nos rodea, éstas van a tener un mayor impacto en los alumnos. Si los profesores de educación física logramos mirar alrededor de la escuela, las cosas que hacen los chicos, qué podrían llegar a hacer que no conozcan y que actividades nos sugiere el medio natural, podremos desarrollar grandes proyectos educativos. Quizás sea el canotaje, tal vez escalada, ciclismo, malabarismo, o alguna otra más; está en cada profe encontrar cuál o cuáles son las prácticas corporales que les van a gustar a sus alumnos; y una vez que las encuentren a fundamentarlas y a defenderlas.

BIBLIOGRAFÍA

DGCyE (2008). *La planificación, una hipótesis para la enseñanza de la Educación Física*. La Plata: DGCyE

DGCyE (2008). *Los aprendizajes motores en el medio natural*. La Plata: DGCyE

DGCyE (2011). *Diseño Curricular de 6° año de ES Educación Física*. La Plata: DGCyE

Harf, R. (2003). La estrategia de enseñanza es también un contenido. *Revista novedades educativas*. Buenos Aires. 05-03

Ruani, M.A. (2015). Canotaje en la escuela secundaria, una planificación anual desarrollada en Berisso. *11° Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias*. Ensenada, Argentina. En Memoria Académica. Recuperado de: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.7278/ev.7278.pdf