

ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EL PRIMER AÑO DE VIDA DEL BEBÉ

Juan Antonio Moreno

Universidad de Murcia

Luciane De Paula

Unidad de Investigación en Educación Física y Deportes

Correspondencia:

Dr. Juan Antonio Moreno Murcia

Facultad de Educación.

Universidad de Murcia

Campus Universitario de Espinardo

30100 Espinardo, Murcia, España

E-mail: morenomu@um.es

Tel.: 968 36 70 60

Fax.: 968 36 41 46

RESUMEN

El primer estímulo que el bebé recibe lo obtiene a través de acciones que no tienen sentido para él, pero que sin querer van formando un conjunto de estimulaciones que hace que el bebé se desarrolle. Así, el bebé juega con todo y con todos, por tanto, el juego es el primer medio de comunicación entre el bebé y el mundo. Por ello, sería ideal aprovechar este medio de comunicación para estimular el desarrollo del bebé, y si además se desarrollan en el medio acuático, los estímulos aumentarían, convirtiéndolo en un excelente entorno para dicha estimulación. Así pues, el trabajo presenta una propuesta de intervención en el primer año de vida para el desarrollo del bebé en el medio acuático. La intención es ofrecer de forma resumida una serie de actividades, que se desarrollen en un entorno agradable y de placer, que puedan servir de referencia a todos aquellos que trabajan a diario con los bebés en la piscina y, a veces, no encuentran respuestas a las preguntas que les surgen.

PALABRAS CLAVE: estimulación, juegos, psicomotricidad, actividades acuáticas, natación.

1. Introducción

“La estimulación física proveniente del medio acuático al llegar al organismo es recogida por los sentidos (vista, oído,...) reconociéndolos y dándoles significado mediante la memoria o almacén de las experiencias anteriores. También la memoria permite niveles superiores de organización en la identificación de estímulos mediante los conceptos, así como la preparación de estrategias (programas) previos de la respuesta, que preparan los sistemas del organismo, fundamentalmente, las unidades neuromusculares. Todas estas fases de procesamiento que hoy no se entienden actuando secuencialmente sino interactivamente, constituyen la estructura de conocimiento o cognitiva” (Oña, 1994).

Moreno y cols. (2004), manifiestan que, al respecto de la importancia del estímulo acuático para los niños *“su importancia reside en el desarrollo de una práctica educativa que sobrepasa la mera actividad corporal individual y se extiende a la relación entre padres e hijos. El fin último de saber nadar garantiza, simultáneamente, una estimulación del ámbito motor muy beneficiosa para la maduración del niño”*. Según los autores la importancia educativa y de desarrollo corporal de esta actividad (la estimulación que provoca movimientos de intensidades y amplitudes diferentes) la colocan, cada vez con más insistencia, en la lista de las acciones educativas preferentes. Incluso es todavía posible encontrar otras justificaciones como las pertenecientes al ámbito psicológico y psicoterapéutico, con relación a los miedos (el miedo al agua no es un sentimiento aislado, sucede por razones conocidas y normalmente está desencadenado por experiencias negativas o por inducción de ideas equivocadas), al autoconocimiento y al autocontrol que exige de cualquier individuo.

No se puede negar que se deben aprovechar las posibilidades de movimiento que proporciona el medio acuático como un núcleo que favorece y facilita la interacción en todos los aspectos: tónico, verbal, gestual y afectivo. Otro aspecto que no se puede dejar de mencionar es que la actividad acuática promueve el contacto social, que contribuye considerablemente al desarrollo cognitivo.

Basándose en este aspecto, se sabe que el bebé necesita de estímulos para desarrollarse no solamente en el ámbito motor si no también en el cognitivo. Según Piaget (1970), en la etapa infantil se producen dos estadios de desarrollo, el estadio sensorio-motor (0-2 años) y el estadio pre-operacional (2-7 años). En la primera fase, que sucede entre el nacimiento y los dos años de edad, el niño al relacionarse con el medio a través del movimiento, organiza y estructura su conocimiento de la realidad que le rodea. Es la etapa de la inteligencia sensorio-motora. Por ejemplo, a través de las clases de actividades acuáticas para bebés, aprende a distinguir diversos objetos, espacios o personas. En la segunda fase, aproximadamente entre los dos y los siete años, teniendo como base las representaciones sensorio-motoras consigue anticipar los acontecimientos. Es la etapa de la inteligencia pre-operatoria. Por ejemplo, en las clases de actividades acuáticas el niño percibe el movimiento de los cuatros miembros propulsores, ya en la etapa siguiente, al colocarle un

determinado juguete fuera de su alcance, el niño sabe que si mueve los cuatros miembros podrá alcanzar el referido objeto.

El movimiento del niño en el agua está en un continuo desarrollo, al igual que el desarrollo humano. Aunque se observe un desarrollo constante, éste sucede de una forma secuencial y en él podemos identificar la existencia de una serie de fases, caracterizadas por un conjunto de necesidades y de intereses que garantizan la conciencia y unidad corporal. Sucede siempre en un mismo orden, cada fase se convierte en una preparación indispensable para la siguiente (Wallon, 2000).

Al principio es más determinante la parte biológica, aunque progresivamente se va cediendo espacio a la importancia social. Son la cultura y la lengua las que se convierten en los instrumentos esenciales que fortalecen el pensamiento. La simple maduración del sistema nervioso no garantiza el desarrollo de las habilidades intelectuales más complejas. Para que se desarrolle, se necesita interferir con el “alimento cultural”, esto es, lenguaje y conocimiento (Wallon, 2000). Para el desarrollo motor y cognitivo se hacen necesarios los estímulos externos y eso se puede alcanzar a través de actividades estimulantes como el juego.

Los estudios de Vygotsky (1988), son de suma importancia para comprender cómo se produce el aprendizaje de los conocimientos (saberes) en los niños. Para comprender la importancia de estos estudios, se deben entender previamente algunas de sus ideas a propósito de su teoría del desarrollo cognitivo, siendo la primera de todas aquella que dice que *“el desarrollo cognitivo resulta de la interacción entre los niños y las personas con quienes mantienen contacto”*.

La teoría de Vygotsky está centrada en la ZDP (zona de desarrollo próximo), que él define como el desarrollo real del niño, cuando resuelve cualquier problema sin ayuda de alguien con más experiencia y el nivel potencial de desarrollo, medido a través de la solución de problemas con la orientación de adultos o en colaboración con niños con más experiencia. En este sentido, los estímulos propician una amplia estructura para cambios de las necesidades y en la conciencia, dando un nuevo tipo de actitud en relación a las intenciones voluntarias y la formación de los planos de la vida real y de las motivaciones voluntarias, constituyéndose, así, en el más alto nivel de desarrollo. Así pues, Vygotsky también tiene en cuenta el papel del estímulo en el niño, el juego (estímulo) proporciona un campo mucho más amplio para los cambios de las necesidades y de la conciencia.

Según el autor, no es el carácter espontáneo del estímulo el que convierte una actividad innovadora en desarrollo, pero si el doble estímulo que existe entre ejercitar el plano imaginativo de las capacidades y el plano imaginativo de las situaciones, esto aproxima al niño a las situaciones sociales e incluso lúdicas y en este caso la regla se hace inherente a la situación, principalmente en la construcción de valores. Según Vygotsky (1988), *“Tal como la situación imaginaria debe de tener reglas de comportamiento también todo juego con reglas contiene una situación imaginaria”*.

A partir de estas reflexiones se dan cuenta de la importancia del papel del educador frente la utilización del estímulo a través de juegos o actividades motoras y cognitivas, como instrumento metodológico para la adquisición del saber (conocimientos). Es necesario, por tanto, un planteamiento adecuado en relación al trabajo con los estímulos.

A partir de esta aproximación teórica de la actividad acuática, durante el primer año de vida, a través de los juegos (actividades estimulantes), se puede provocar una mayor estimulación que con las actividades en tierra, pues debido a la falta de estabilidad, el niño está en constante movimiento. Se debe indicar que esta estimulación es fundamental para el desarrollo motor del bebé.

2. Propuesta práctica

Para llevar a cabo propuestas de este tipo, el horario será según la edad de los bebés, y el perfil de los padres que tenemos como participantes: trabajadores, amas de casa, etc. La duración del curso sería de 6 meses. Las sesiones serán de 10-20 minutos para bebés de 16-20 semanas de vida y se irá aumentando progresivamente hasta llegar a los 40-45 minutos a los 6 años. Es aconsejable que el programa se comience en la bañera de casa, realizando las actividades, propias de su edad, 4 veces a la semana para pasar de forma progresiva a la piscina, comenzando con 1 ó 2 sesiones a la semana. La hora de realización de la sesión dependerá de los recursos tanto materiales como humanos, aunque sería ideal que en los primeros meses el baño se realice antes de la última toma alimenticia de la tarde-noche. Entre 0-1 año, las mejores horas de realización son entre las 11 y las 13 horas y entre las 16 y las 19 horas.

En los primeros meses (16-20 semanas), en la bañera de casa la temperatura deberá estar próxima a los 36°. El paso a la piscina debería realizarse de forma progresiva pasando a 30-34° para terminar entre 28°-32° al final del ciclo.

Todo tipo de juguetes flotantes que ayuden al niño en su desarrollo, como pueden ser juguetes para salpicar, verter agua de un sitio a otro, procurando que sean apropiados a su edad (pelotas pequeñas, aros de plástico, regaderas, barquitos de plástico, botes, etc.).

2.1. Actividades a desarrollar

Masaje. Proponemos la utilización del masaje, antes y después de las actividades acuáticas, bien sea en la bañera o en la piscina. Sugerimos el masaje denominado Shantala, es el nombre dado en occidente a la técnica de masaje para bebés usada desde hace miles de años en la India. La propuesta desarrollada se puede encontrar en el artículo denominado "Estimulación Acuática para Bebés" de Moreno y Borges (2005).

Familiarización en la Bañera. Bebés de 0 a 3 meses, en la bañera debe tener bastante agua para evitar el enfriamiento de la piel del bebé. Juguetes y música contribuirán a que se sienta más seguro. Es aconsejable mojar la cabeza gradualmente, además conviene también estimularlo moviendo sus manos y brazos, que sin querer salpiquen el agua en su rostro y modificando las posiciones dentro de la bañera, en decúbito dorsal, sentado y ventral. El objetivo que se persigue con estas actividades es el de la familiarización con el agua y la iniciación en las primeras actividades acuáticas. Presentamos algunas observaciones a tener en cuenta:

- Iniciar con una actividad e ir acrecentando una a la semana, mientras que el masaje puede hacerse todos los días al final del baño.
- Las actividades acuáticas inicialmente deberán repetirse con una frecuencia entre 2 hasta 4 veces en la semana.
- Durante todas las actividades los padres deben hablar con los bebés y también cantar canciones.
- Al final de las actividades los padres pueden ofrecer algún alimento líquido.
- Se puede utilizar la música de fondo para las actividades con músicas suaves.

Como ejemplo de actividades para este periodo presentamos las siguientes actividades:

1. Sentar el bebé en el agua para que empiece a jugar con el agua, hablar con el bebé, explicando que eso es el agua, etc. Importante que el agua este por la cintura del bebé.



2. Con el bebé tumbado en la bañera deslizar su cuerpo hacia delante y hacia atrás. Importante apoyar el bebe por la cabeza y por las piernas.



3. Poner el bebé en diversas posiciones en el agua para que el vivencie las posiciones en el agua, realizar giros y deslizamientos.



4. Poner el bebé en decúbito ventral, echar agua por la cabeza del bebé y por el cuerpo.



5. Con el bebé en decúbito ventral echar agua por la cara del bebé (de atrás hacia delante) para que el automaticase el reflejo de cerrar la glotis y se acostumbre a esta nueva situación.



6. Con el bebé en el agua hablar con él, cantarle, jugar con los sonidos de objetos, etc.



7. Durante el baño tocar el cuerpo del bebé, hacer movimientos de pataleo, mover los brazos, jugar con las partes del cuerpo del bebé en el agua.



8. Con el bebé en decúbito ventral permitir que el bebé toque el agua con la cara realizando una pequeña inmersión.



9. El bebé en decúbito ventral mojar la espalda hasta las piernas del bebé y permitir que el patalee en el agua.



10. Apoyando la cabeza del bebé en la mano de los padres permitir que el bebé disfrute del agua y vivencie la flotación dorsal.



11. Jugar con el bebé deslizando sus piernas por el agua como si caminase por ella.



Familiarización en la piscina. Bebés de 3 a 6 meses, en la piscina, de los 4 a los 8 meses el niño empieza a sentir el miedo externo. Lloro cuando desea sentir el calor de su madre o saciar el hambre o cuando no quiere estar solo en la cuna. Este es el mejor periodo para iniciar al bebé en la práctica acuática, pues su inmunidad ya está más desarrollada y el ciclo de vacuna prácticamente está casi completado. El objetivo de esta fase es la familiarización con el agua y la iniciación en las actividades acuáticas en la piscina. Los principales aspectos a tener en cuenta son los siguientes:

- Los bebés deberán ser acompañadas siempre por sus padres o una persona de sus relaciones sociales.
- Las diferentes formas de sujetar al bebé en agua:
 - Si el bebé es muy pequeño, los padres lo abrazarán de la forma más habitual, dándole al mismo tiempo sensación de movimiento.
 - Sujetar al bebé por las axilas, sin apretar, mirándolo a la cara y haciendo sentir que eso está haciendo es agradable para los dos.
 - Sujetar el bebé por las axilas poniendo los brazos en forma de columpio, uno enfrente del otro.
 - Sujetar el bebé por las axilas llevándolo con el cuerpo, a la altura de las espaldas, dentro del agua, uno delante del otro.
 - Sujetar al bebé por las axilas y desplazarlo mirando hacia delante. Los padres o acompañante se colocarán detrás.
- Formas de entradas en el agua (buscar siempre la entrada voluntaria del bebé al agua):
 - Sentados al borde de la piscina, la madre con el bebé en los brazos, irán mojándose conjuntamente, poco a poco, desde los pies hasta el pecho.
 - Sentados en el borde de la piscina, la madre con el bebé en piernas, ofreciéndole a la vista el resto de la piscina.
 - Sentados en el borde de la piscina, la madre con el bebé en las piernas y ofreciéndole la piscina, irá enseñándole los juguetes que están dentro del agua.
 - Sentado en el tapiz ir mojando el bebé poco a poco, con una regadera, muñecos u otro juguete que permita mojar el bebé.
 - Sentar el bebé en una bañera con agua y varios juguetes dentro, y que se vaya mojando poco a poco.
 - Caminando por la parte poco profunda de la piscina, pasear con el bebé sujetado por su acompañante, el cual debe ir provocando pequeñas turbulencias en el agua para que el bebé, poco a poco, tenga distintos contactos con el agua.

Como ejemplo de algunas actividades a desarrollar en esta fase presentamos las siguientes:

1. Con el agua hasta el hombro deslizar caminando por la piscina para que el bebé conozca el sitio donde va a jugar.

Objetivo: Familiarización con el agua y el ambiente.



2. Sentado en la playa de la piscina mojar el bebé antes de entrar en el agua y dejar que juegue con lo que tiene alrededor.

Objetivo: Familiarización con el agua



3. Contacto de gotas de agua por encima de la cabeza, al principio que no les vaya (de atrás hacia delante) a la cara y posteriormente sí.

Objetivo: Familiarización con el agua y estimulación del reflejo de cerrar la glotis.



4. Incentivar al bebé para que juegue con el agua, con las manos.

Objetivo: Adquisición de seguridad.



5. Incentivar a coger un juguete.

Objetivo: incentivar los primeros pataleos.



6. Coger el bebé por la cintura y jugar con el caballito.

Objetivo: Equilibrio y desequilibrio.



7. Apoyado en un tapiz flotante hacer que el bebé juegue al barco paseando por la piscina, los padres van contando una historia.

Objetivo: Reequilibración.



8. Jugar al avión, en decúbito ventral, sujetar el bebé por las axilas, realizando un paseo, sin hundir la cabeza, imitando un sonido de avión.

Objetivo: Flotación ventral, incentivo del lenguaje, la comunicación y seguridad.



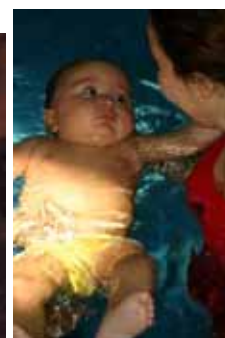
9. Estimular el bebé para que quiera entrar en el agua.

Objetivo: Seguridad, autonomía y estímulo a las primeras inmersiones.



10. Jugar con las flotaciones, apoyar el bebé por los glúteos y realizar una flotación dorsal. Apoyar la mano entre la cabeza y la espalda del bebé, para pasearlo en dirección a la cabeza, hablando con el bebé o cantando.

Objetivo: Flotación dorsal, principalmente la vinculación emocional y estimulación de la audición.



11. Deslizar el bebé en el agua para delante, hacia atrás y para los lados.

Objetivo: Fortalecimiento muscular y adaptación al medio acuático.



12. Amamantar en el agua.

Objetivo: Fortalecimiento del vínculo emocional y consecuentemente fortalecimiento de los lazos emocionales.



Actividades acuáticas. Para bebés de 6 a 9 meses. El objetivo es la iniciación en las actividades acuáticas en la piscina. Entre las observaciones destacamos las siguientes:

- Los bebés deberán ser acompañadas siempre por sus padres o una persona de sus relaciones sociales.
- Los bebés entre 6 a 7 meses le reconfortará mucho estar arriba. La manera de sujetarlo dentro del agua será:
 - Apoyar la cabeza del bebé sobre el hombro, la cabeza del padre debe estar muy cerca de la del bebé. El brazo del padre pasa sobre el pecho para darle seguridad.
 - Apoyar la cabeza del bebé sobre el hombro del acompañante, apoyando el bebé con una mano en la espalda.
 - Sujetar el bebé por la cintura, sea con la cara para el acompañante o mirando a la piscina.
 - Sujetar el bebé por las axilas llevándolo con el cuerpo a la altura de las espaldas, dentro del agua, uno delante del otro.
 - Sujetar al bebé por las axilas y desplazarlo mirando hacia delante. Los padres o acompañante se colocarán detrás.
- Formas de entradas en el agua:
 - Sentados al borde de la piscina, la madre con el bebé en los brazos, Irán mojándose conjuntamente, poco a poco, desde los pies hasta el pecho.
 - Sentados en el borde de la piscina, la madre con el bebé en piernas, ofreciéndole a la vista el resto de la piscina.
 - Sentados en el borde de la piscina, la madre con el bebé en las piernas y ofreciéndole la piscina, irá enseñándole los juguetes que están dentro del agua.
 - Sentado en el tapiz ir mojando el bebé poco a poco, con una regadera, muñecos u otro juguete que permita mojar el bebé.
 - Sentar el bebé en un baril con agua y varios juguetes dentro, e ir mojando el bebé poco a poco.
 - Caminando por la parte poco profunda de la piscina, pasear con el bebe sujetado por su acompañante, el cual debe ir mojando el bebé poco a poco enguanto habla con el.

Como ejemplo de algunas actividades a desarrollar en esta fase presentamos las siguientes:

1. Sujetando al bebé por la cintura estimularle, en un flotador en forma de estrella para que recoja los juguetes.



Objetivo: Estimulación de los reflejos natatorios.

2. Utilizando dos flotadores tubulares, colocados debajo de las axilas del acompañante y debajo de las axilas del bebé, imaginar que están en un barco y pasear por la piscina.



Objetivo: Desplazamiento con material se denominan a todos aquellos que la sujeción no la hacen directamente los padres. Es una forma de que el bebé empiece a notarse seguro con otra sujeción que no sea de los padres o profesor. La sujeción, siempre controlada por los padres, debe empezar a dar al bebé seguridad en sí mismo.



3. Jugar al ascensor utilizando un cubo, se debe mojar la cabeza del bebé, dejando el agua escurrir por la cara del bebé, se hace la primera vez, se hace la segunda vez y en la tercera hacemos la inmersión del bebé, al mismo tiempo en que estamos echando agua (se debe utilizar de forma prudencial).



Objetivo: iniciar de modo natural las primeras inmersiones, trabaja la automatización de el cerramiento de la glotis.

4. Dejar que el bebé juegue encima del tapiz con sus juguetes preferidos.



Objetivo: Fortalecimiento de la musculatura del cuello y el tronco y estimulación de la visión.

5. Jugar al submarino, el bebé se agarrará del cuello del acompañante, que al mismo tiempo sujetará las manos del bebé para darle tranquilidad, y hará una pequeña inmersión con deslizamiento.



Objetivo: promover la seguridad del bebé en relación a las inmersiones.



6. Sujetar el bebé por la cintura con flotadores tubulares en forma de estrella y estimular con juguete para que quiera recogerlos solo.

Objetivo: Estimulación de los reflejos natatorios e incentivo al desplazamiento.



7. Sujetar el bebé con el flotador tubular y el acompañante con una mano por delante y otra por detrás y promover pequeños saltitos.

Objetivo: proporcionar estímulos para los pataleos a través del desequilibrio.



8. Pasear en barco, poner el bebé sobre el pecho del acompañante y desplazarse con él.

Objetivo: promover la seguridad en el bebé.



9. El bebé sentado en la mano de la madre, incentivado por el acompañante, dejar que el bebé se dirija hacia él.

Objetivo: promover la seguridad en el bebé y estimular la inmersión



10. Jugar con el tapiz, hacer que el bebé vivencie diversas posiciones encima del tapiz.

Objetivo: Fortalecimiento muscular y vivenciar el equilibrio relacionado con el desequilibrio.



Actividades Acuáticas. Para bebés de 9 a 12 meses. El objetivo es la iniciación en las actividades acuáticas en la piscina y automatización de las acciones motrices acuáticas. Las principales observaciones son:

- Los bebés deberán ser acompañadas siempre por sus padres o una persona de sus relaciones sociales.
- La manera de sujetarlo será:

- Sujetarlo siempre con mantenimiento de posturas equilibradas sobre las manos del acompañante y variando los apoyos de diferentes partes del cuerpo, pies, barriga, etc.

- Formas de entradas en el agua:

- Sentar el bebé al borde de la piscina, incentivar al bebe para que ele quería entrar en el agua.
- En una posición de gateo incentivar el bebe meterse en el agua.
- Sentados en el borde de la piscina, la madre con el bebé en las piernas y ofreciéndole la piscina, irá enseñándole los juguetes que están dentro del agua.
- Sentado en el tapiz ir mojando el bebé poco a poco, con una regadera, muñecos o otro juguete que permita mojar el bebé.
- Ponga el bebé sentado en el bordillo da piscina, firmando sus espaldas y la cabeza con los dedos, tira lo para dentro del agua, manteniendo su cuerpo estirado. El bebé deberá entrar en el agua suavemente, no debe mojar la cara en las primeras veces. Tarde algún tiempo con el bebé dentro del agua: permita que el disfrute de la agradable sensación del agua caliente en todo el cuerpo.

Algunas actividades podrían ser las siguientes:

1. El juego de la canasta, bebé sujetado con un flotador tubular y sujetado por el acompañante, incentivar al bebé a coger las pelotas y hacer canasta en un recipiente.

Objetivo: estímulo al desplazamiento, fortalecimiento muscular y coordinación.



2. Tumbado en un tapiz flotante, estimular las extremidades del cuerpo, flexionando y estirando, bebé sobre su abdomen, acércaselos a la boca, sobre la cabeza.

Objetivo: percepción de cuerpo y flexión y extensión del cuerpo.



3. Sujetar el bebé con un flotador tubular, mientras el acompañante lo sujeta a través de él y los desplaza por la piscina.

Objetivo: Estimulación de las acciones motrices.



4. El bordillo, incentivar al bebé para que aprenda a subir o cogerse al bordillo, colocando juguetes que le guste. Facilitar el apoyo de la mano, rodilla, etc., como soporte.

Objetivo: Autonomía, seguridad y habilidad motora.



5. El túnel, imitando un tren pasamos todos por el túnel. El túnel puede ser hecho con flotadores tubulares o colchonetas.

Objetivo: promover la seguridad y los vínculos emocionales.



6. Juego del gatito, el bebé en posición de gateo encima del tapiz o colchoneta, estimularlo a que gatee.

Objetivo: Estimular el gateo y fortalecimiento de la columna vertebral.



7. Jugar al avión, sujetar el bebé en el brazo y realizar un giro (rotación), imitando un avión, al final del movimiento, dependiendo del nivel del niño, puede haber una inmersión.

Objetivo: promover la automatización del cerramiento de la glotis.



8. Socializar el bebé, poniendolo en contacto con otro bebé para que se toquen y se miren.

Objetivo: fortalecer vínculos emocionales y sociales.



9. Jugamos al caballito, sentar el bebé en el muslo del acompañante e imitar un caballito, haciendo pequeños saltitos.

Objetivo: Equilibrio y el placer en relación al juego.



10. Vamos de paseo, el bebé sujetado por un palote, permitir que pasee por la piscina solo, teniendo su acompañante de su lado incentivando. Sujétalo por una mano, por ejemplo.

Objetivo: Autonomía y seguridad.



11. Juego del cariño, sujetar el bebé como en forma de abrazo, dándole cariño, besos y diciéndole lo bien que lo ha realizado.

Objetivo: Fortalecimiento de los lazos emocionáis y incentivando la seguridad.



3. Reflexión final

Las propuestas de estimulación acuática en estas edades deben ir siempre encaminadas a buscar actividades que surjan de forma autónoma en el bebé, evitando la automatización y respetando las etapas de desarrollo del mismo. No obstante, en los primeros meses de vida, por la falta de autonomía en el bebé, se hace necesario la mayor intervención del adulto.

Las actividades que aquí se presentan, son solo un apéndice de las posibilidades que el medio acuático puede ofrecer para dicha estimulación. Desde aquí, animamos a buscar una adaptación y variabilidad de las mismas, pues en ella estará el éxito de la propuesta.

4. Referencias

Moreno, J. A., Pena, L. y Del Castillo, M. (2004). *Manual de actividades acuáticas en la infancia*. Barcelona: Paidós.

Moreno, J. A. y De Paula, L. (2005). Actividades acuáticas para el primera año de vida del bebé. En J. A. Moreno (Ed.), *II Congreso Internacional de Actividades Acuáticas* (pp. 171-188). Murcia: Instituto U.P. de Ciencias del Deporte.

Moreno, J. A. (2001). *Juegos acuáticos educativos*. Barcelona: Inde.

Moreno, J. A. (2002). Método acuático comprensivo. En *Actas del 7º Congreso de Actividades Acuáticas y Gestión Deportiva* (pp. 13-27). Barcelona: SEAE.

Moreno, J. A. (2003). Función social de los padres en la evaluación de los programas acuáticos educativos. *NSW*, 2, 13-20.

Moreno, J. A. y Gutiérrez, M. (1998). *Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas*. Barcelona: Inde.

Piaget, J. (1970). *Science of education and the Psychology of the child*. N.Y.: Viking.

Wallon, H. (2000). *Uma concepção dialética do desenvolvimento infantil*. Petrópolis: Vozes.