

# LA UTILIZACIÓN DE LOS PASATIEMPOS PARA LA MEJORA DE LOS CONTENIDOS TEÓRICOS EN ACTIVIDADES ACUÁTICAS

**Dr. Juan Antonio Moreno**

Universidad de Murcia

**D. Sergio Falgas**

Maestro Especialista en Educación Física

## RESUMEN

Nosotros, monitores<sup>1</sup> y educadores acuáticos, ¿nos preocupamos realmente de realizar un proceso de enseñanza acuática completo transmitiendo conocimientos acuáticos a nuestros alumnos?, o ¿simplemente nos centramos en la práctica acuática propiamente dicha?

No debemos olvidar que en el ámbito de la actividad física, existe una parte en el proceso de enseñanza-aprendizaje muy importante que es la “práctica”, pero, a su vez, existe otra parte no menos importante que es la “teoría”, los conocimientos teóricos. Debido al gran elemento motivador que es el agua, solemos centrarnos en la práctica, en enseñar a nadar, a ser independientes en el medio acuático, pero normalmente no dedicamos parte del tiempo que pasamos con nuestros alumnos a que conozcan el mundo que rodea al medio acuático, a explicarles el “por qué” de las cosas de una forma metódica.

Esta propuesta busca la unión de la parte “práctica” con la “teoría”, para que los alumnos adquieran una verdadera Cultura Acuática. Para esa transmisión de conocimientos utilizaremos un método, no una forma espontánea, que es la utilización de pasatiempos.

**PALABRAS CLAVE:** actividades acuáticas, enseñanza, contenidos teóricos, metodología, pasatiempos.

---

<sup>1</sup> En el siguiente artículo se utilizan nombres genéricos como “alumno”, “educador”, “profesor”, etc., que de no indicarse de forma específica lo contrario, siempre se referirán a varones y mujeres.

## 1. INTRODUCCIÓN

La función principal de todo aquello que colabora para una mejor educación es el arte y la ciencia de presentar las ideas y la información de forma significativa y eficaz para que surjan significados, datos estables y sin ambigüedades, y se retengan como un cuerpo organizado de conocimientos (Ausubel, 1963). Basándonos en esto, el buen educador acuático debería recurrir a todos los recursos disponibles para conseguir una práctica variada y eficaz.

Según Freile y Mercado (2000), uno de los campos de estudio de la actividad docente se encuentra en la mejora cualitativa y cuantitativa de la transmisión de información. En una sesión, una vez definidos unos objetivos didácticos y prefijado cuantitativamente el tiempo disponible para la transmisión de información, sólo cabe obtener una mejora en el aspecto cualitativo del mismo. Las virtudes del lenguaje gráfico deben ser explotadas y canalizadas allí donde el lenguaje verbal no puede profundizar. Debemos buscar el uso del lenguaje gráfico por el profesor hacia los alumnos, y de los alumnos hacia el profesor, un lenguaje caracterizado por rasgos no sexistas, superando códigos de representación utilizados en el pasado.

Por otro lado, Decroly (1983) considera que el juguete educativo es un recurso que mediante su manejo ayuda a elaborar las ideas en las que el gozo de imaginar, de crear, es intenso y se renueva constantemente. Nosotros creemos que un material gráfico, cuidado y diseñado para alcanzar unos objetivos educativos, puede ser un instrumento lúdico y útil a disposición del educador. Con la utilización de este recurso se dan lugar a ideas susceptibles de transformaciones, haciéndole participe de otras situaciones educativas que permitan una transferencia positiva a la realidad, permitiéndole verificar aprendizajes realizados con anterioridad y ayudándole a través de las retroalimentaciones que recibe a tomar conciencia de sus aprendizajes y conductas.

Uno de los principios fundamentales del aprendizaje significativo es partir de los conocimientos previos del educando; en el medio acuático nos encontramos con frecuencia con que esos conocimientos previos son nulos o no se ajustan a la realidad. Debemos arrancar del plano subjetivo de los niños e intentar alcanzar un conocimiento, más objetivo, ganando en riqueza y diversidad. Para ello, podemos canalizar la información que queremos hacer llegar al alumno retocando la realidad didácticamente, resaltando aquellas situaciones o conductas sobre las que nosotros queremos trabajar, presentándolas al niño como secuencias completas con sus resultados, positivos y/o negativos.

Uno de los recursos que podemos utilizar para conseguir este aprendizaje son los pasatiempos. Estos ofrecen una información visual clara y representativa de acciones, ofreciendo secuencias completas con todo detalle y aportando una gran cantidad y diversidad de contenidos. Además, ofrecemos contenidos en un formato atractivo y motivador, pudiendo ser orientados a un espectro amplio de edades, aunque su uso más frecuente, y el que aquí nos ocupa, es la edad escolar.

Nuestra propuesta pretende incorporar a la metodología del educador acuático un conocimiento de las posibilidades de la imagen gráfica a través de los pasatiempos, para la consecución de los objetivos educativos en el medio acuático.

Con los pasatiempos se consigue que el alumno manipule un material sobre el cual el educador pueda planear debates, introducir comentarios y elaborar dinámicas de grupo en las cuales los niños puedan poner en común sus puntos de vista. Pero de igual forma, este material también puede ser utilizado por el educador a la hora de evaluar los conocimientos de los alumnos.

Por la diversidad de aprendizaje de los alumnos planteamos diferentes pasatiempos con situaciones problemáticas, utilizando la resolución de problemas, el descubrimiento guiado y la dinámica de grupos como estrategias básicas instruccionales. Todo esto, unido a la puesta en común y diálogo, estimula el pensamiento divergente en el grupo, potenciando la crítica curricular y social en relación con la dinámica seguida en clase o con el valor desmesurado de la competitividad en nuestro contexto social.

Este modelo, dentro del enfoque constructivista donde el intercambio de conocimientos y experiencias así como la comunicación y la cooperación con el grupo de iguales son fundamentales para nuestro proceso de socialización del alumnado, se fundamenta en el “método acuático comprensivo” (Moreno, 2001) donde los pasatiempos crean unas demandas o exigencias problemáticas que deben solucionarse de la mejor forma posible. Realizada la acción para solucionar el problema se pasa a reflexionar sobre el resultado para conseguir una buena comprensión del mismo. A través de él, los sujetos ponen a prueba sus habilidades básicas de convivencia y de interacción con el entorno físico, lo cual contribuye a su integración en grupos sociales.

El objetivo que persigue el presente trabajo es demostrar que con la utilización de pasatiempos en los cursos de enseñanza de actividades acuáticas, unido al desarrollo de una práctica fundamentada en el “método acuático comprensivo” se puede aumentar el conocimiento sobre los contenidos teóricos de las mismas y generar una situación agradable en el transcurso del mismo para crear un hábito de práctica continuada.

## **2. MÉTODO**

### **2.1. Muestra**

La investigación se realizó en los cursos de verano de natación de las piscinas municipales de Pilar de la Horadada (Alicante), del 31 de julio al 17 de agosto de 2.000.

La muestra está compuesta por un total de 29 sujetos, 16 alumnos (55,2%) y 13 alumnas (44,8%) distribuidos en dos grupos, 12 pertenecen al grupo control y 17 al grupo experimental.

La distribución del alumnado en ambos grupos es reflejada mediante varias clasificaciones, por un lado se pone de manifiesto la presencia de una mayoría de chicos en el grupo experimental frente al de control, mientras que el género femenino es superior en número en el grupo de control (tabla 1).

**Tabla 1. Distribución según el género por grupo.**

	Grupo control (%)	Grupo experimental (%)
Chicos	25,0	75,0
Chicas	61,5	38,5

Respecto a la edad por grupo (tabla 2), se observa una mayoría de alumnos bastante amplia cuya edad es inferior a los seis años en el grupo experimental, también en los mayores de ocho años existe esta diferencia pero en menor medida, es en el intervalo de 6-8 años donde la diferencia es menor, siendo en este caso superior el grupo de control.

**Tabla 2. Distribución según la edad por grupo.**

	- 6 años (%)	6-8 años (%)	+ 8 años (%)
Grupo control	22,2	58,3	37,5
Grupo experimental	77,8	41,7	62,5

En cuanto al nivel de práctica acuática (tabla 3) el grupo experimental posee porcentajes superiores en todas sus posibilidades, existiendo mayores diferencias en el apartado de “experto” donde es el doble respecto al grupo de control, reseñamos aquí el hecho de no encontrar alumnos que no supiesen nadar.

**Tabla 3. Distribución según el nivel de práctica acuática por grupo.**

	No sabe nadar (%)	Principiante (%)	Avanzado (%)	Experto (%)
Grupo control	-	40,0	45,5	33,3
Grupo experimental	-	60,0	54,5	66,7

Encontramos porcentajes muy parejos en la experiencia previa al curso (tabla 4), teniendo ambos grupos su primeros contactos con el medio acuático en cursos de verano anteriores.

**Tabla 4. Distribución según la experiencia previa al curso por grupo.**

	Cursos de verano (%)	Playa, río, etc. (%)	Nunca (%)
Grupo control	66,7	25,0	8,3
Grupo experimental	76,5	17,6	5,9

El 86,2% de los participantes en los dos grupos no ha tenido ninguna experiencia desagradable en el agua antes de este curso, mientras que el 13,8% restante si que la han tenido (tragar agua y/o pasar frío). Por grupos, el 25% de los alumnos pertenecientes al grupo control han tenido experiencias desagradables previas al curso mientras que sólo el 5,9% de los participantes del grupo experimental se encontraban en la misma situación.

Entre los principales motivos de asistencia a la piscina (tabla 5), destaca por encima de todos las ganas de los niños por participar en clases donde el medio es el acuático con un porcentaje del 50 %, le sigue la intención de aprender a nadar. Esto

nos permite observar que existe una preferencia del alumno en realizar la práctica acuática con un 71,4%, mientras que el realizar la práctica acuática por dependencia de alguien supone un 28,6% del total.

**Tabla 5. Motivos de asistencia a la piscina.**

Motivos de asistencia	(%)
Porque me gusta	50
Para aprender a nadar	21,4
Por indicación de mis padres	14,3
Porque van mis amigos	11,9
Por indicación médica	2,4

## 2.2. Instrumento

Para dar respuesta a las preguntas planteadas en este trabajo, hemos utilizado el Cuestionario V.A.A. (Valoración de las Actividades Acuáticas) creado de forma específica para esta investigación. A través de él se solicitaban a los participantes los siguientes datos: género, curso, nivel de práctica, experiencia acuática anterior al curso, motivos de asistencia, disfrute de la práctica, etc.

Para la transmisión de contenidos teóricos en actividades acuáticas utilizamos un total de 22 pasatiempos. Éstos se distribuían en la proporción de uno por día, incluso algunos días se entregaban dos pasatiempos. Al final presentamos dos pasatiempos (números 6 y 10) como ejemplo de los mismos.

Los pasatiempos están estructurados por dificultad, tanto en los contenidos como en el modo de resolución del mismo, ambas variables van unidas. La entrega de pasatiempos se realizaba de menor a mayor dificultad, es decir los más sencillos de resolver y que transmitían unos contenidos más comunes o conocidos, eran entregados los primeros, para ir poco a poco incrementando la dificultad.

El curso tuvo una duración de quince días, por lo que en siete de los mismos, se entregaron dos pasatiempos juntos, y en ocho días, uno sólo. Cuando se entregaban dos pasatiempos en un mismo día, se unían aquellos con un mismo contenido pero con una resolución distinta, de manera que aunque las formas eran distintas, permanecía el mismo fondo. Los pasatiempos que se repartían solos, transmitían una información o contenido más desconocido o dificultoso para el alumno.

A los alumnos se les entregaba el pasatiempo a realizar al finalizar la sesión acuática, una vez secos y vestidos, con el fin de evitar el mojado o la humedad en el papel y el extravío durante la práctica acuática.

Estos pasatiempos eran realizados en casa por los alumnos y al día siguiente antes de comenzar la clase se comentaban los resultados de los mismos. Se les pidió a los padres de los alumnos que no interviniesen ayudando a sus hijos en la explicación del contenido o en su forma de resolución, con el fin de impedir las interferencias o el condicionamiento de los padres hacia el conocimiento del niño.

La puesta en común se realizaba en la clase siguiente, antes de la práctica

acuática, para ello nos sentábamos en círculo en un entorno tranquilo y natural, intentando conseguir un ambiente de confianza y seguridad. Comenzábamos de manera que cada alumno comentaba el modo que había utilizado para realizar el pasatiempo y la solución o resultado obtenido. Tras una puesta en común sobre la resolución del pasatiempo, se comentaba el contenido del mismo, los propios alumnos realizaban su particular "seminario" desde su propio conocimiento, acerca de la información acuática que difundía el pasatiempo. Cuando un contenido era desconocido por todos, la estrategia metodológica utilizada era la del descubrimiento guiado, se les suministraba a los alumnos alguna idea o información accesoria para que ellos llegasen por sí mismos a la idea o contenido final esperado.

Toda la información, comentarios, pensamientos, etc., que producían en los alumnos los pasatiempos eran recogidos en un diario, para ello se utilizó una grabadora de bolsillo para poder almacenar todos y cada uno de los comentarios realizados, de esta manera hasta lo más insignificante o no percibido era grabado, y posteriormente eran pasados a una agenda para guardarlos por escrito. Esta grabación posteriormente se volvía a escuchar y se rescataban las principales ideas de los alumnos y las reflexiones del educador respecto a diversos aspectos como: conocimientos previos, participación, interés, modificaciones en las preguntas a los alumnos, curiosidades, comentarios, implicación, comprensión de los contenidos, etc.

La importancia del uso del diario es muy grande a la hora de poder reflexionar a posteriori de muchos aspectos trabajados durante el curso, de esta manera se puede hacer un seguimiento constante y minucioso, tanto de todos los aspectos antes mencionados como de la evolución grupal y personal de los alumnos.

Es básico escribir las impresiones al poco de haber concluido la sesión para evitar la pérdida de ideas aunque se utilice, como en este caso, una grabadora, ya que la información visual o kinestésica que es reciente y tanta información nos proporciona, no puede ser grabada con este mecanismo.

El grupo del curso era muy heterogéneo por lo que los objetivos acuáticos eran muy diversos, desde conseguir una independencia en el medio acuático, hasta alcanzar grados elevados de desarrollo motor acuático. Sin embargo, un objetivo común era conseguir una satisfacción personal por la práctica acuática en todos y cada uno de ellos.

La práctica acuática del grupo experimental estaba fundamentada en el "método acuático comprensivo" de Moreno (2001), por lo que se evitaban aquellos ejercicios repetitivos y muy analíticos que buscan la consecución de un patrón concreto de movimiento acuático, por el contrario a los alumnos se les planteaban dificultades dentro del medio acuático y ellos realizaban acciones para poder resolverlas, estas acciones eran posteriormente analizadas y comentadas por ellos mismos, donde decidían si eran las más adecuadas o no. Las dificultades se planteaban en ejercicios eminentemente lúdicos, donde el juego posee un papel fundamental, y son los alumnos los que buscan las soluciones más adecuadas y adquieren con ellas una importante riqueza motriz acuática.

Durante la práctica acuática se hacían referencias a los contenidos teóricos

tratados con los pasatiempos, con el fin de conseguir una verdadera transferencia a la realidad, de todo aquello que era comentado teóricamente. Por ejemplo, una vez comentada la importancia del aseo e higiene personal teóricamente a través de un pasatiempo, se recordaba en la propia ducha las razones de ducharse antes y después de la práctica acuática.

### 3. RESULTADOS

Tras la experiencia del curso intensivo de 20 días, encontramos que en el grupo control existe un 8,3% que siguen teniendo miedo al agua, mientras que en el grupo experimental no se encuentra ningún participante con miedo al agua.

En cuanto al disfrute de las prácticas (tabla 6), los datos son similares, siendo ligeramente superior el porcentaje de los niños que disfrutaban siempre en el medio acuático. Es significativo observar que ningún alumno se aburre con las prácticas acuáticas de forma habitual, tanto en el grupo control como en el grupo experimental.

**Tabla 6. Distribución porcentual del disfrute de la práctica por grupo.**

	Grupo control %	Grupo experimental %
Siempre	91,7	88,2
Algunas veces	8,3	11,8
Nunca	-	-

Respecto a la intención de continuar con la práctica acuática en estaciones menos favorables y en piscinas climatizadas (tabla 7), el grupo experimental posee unos porcentajes mayores de intención de continuidad.

**Tabla 7. Distribución porcentual de la idea de continuar asistiendo a programas de actividades acuáticas en la etapa invernal por grupo.**

	Grupo control %	Grupo experimental %
No	16,7	5,9
Si	83,3	94,1

Entre las actividades más aceptadas respecto a gustos (tabla 8) destaca sobre las demás aquellas que se realizan de forma jugada, le siguen nadar los diferentes estilos y bucear con altos porcentajes.

**Tabla 8. Distribución porcentual de las actividades que más les gustan de aquello que realizan en la piscina.**

Gusta	(%)
Jugar	40,5
Nadar estilos	27,0
Bucear	21,6
Jugar con material	5,4
Juegos de respiración	5,4

Respecto a lo que más le desagrada (tabla 9), destaca por encima de todo lo demás y con los mayores porcentajes, la realización de actividades analíticas relacionadas con la natación (estilos), nadar de un lado a otro de la calle, realizar virajes y entradas al agua. Se menciona por unos pocos niños el jugar en solitario e ir a la parte profunda de la piscina.

**Tabla 9. Distribución porcentual de las actividades que menos les gustan de aquello que realizan en la piscina.**

Menos les gusta	(%)
Nadar estilos, virajes, saltos	87,8
Jugar en solitario	7,2
Ir a la parte profunda	5,0

#### **4. REFLEXIONES FINALES**

Tras la experiencia, consideramos que los pasatiempos están enfocados para niños del segundo ciclo de primaria en adelante. Son los niños entre ocho y diez años los que más han aprovechado estos pasatiempos. Al ir aumentando progresivamente la dificultad han encontrado dificultades en los últimos pasatiempos, mientras que los primeros les resultaban sencillos. Los niños de último ciclo (10-12 años) no han encontrado dificultades, salvo alguno muy puntual, y al principio no les resultaban nada motivantes debido a su sencillez. Los niños del primer ciclo, es decir, los de seis y siete años, tienen bastantes dificultades en algunos pasatiempos ya que algunos de ellos no saben leer aún, y necesitan que se los lean y expliquen. Estos niños han sido ayudados bastante por los padres. Los niños de educación infantil se han limitado a pintarlos, pero aún así querían sus pasatiempos todos los días.

La aceptación de los pasatiempos ha sido excelente, tanto por parte de los niños como la de sus padres.

Por un lado, los niños estaban deseando enseñarnos, nada más llegar a la piscina, como habían hecho los pasatiempos y ver los del día siguiente. Una de las pruebas de esta buena aceptación ha sido el hecho de que en la segunda quincena del verano, donde hemos realizado la investigación de los pasatiempos, se mantenían a diez niños de la primera quincena, y en ésta, en el periodo de tiempo en que comentamos los pasatiempos, les realizamos todo tipo de juegos en el césped para calentar, y en esta segunda quincena ninguno de ellos preguntó o sugirió que en vez de los pasatiempos se realizaran los juegos de antes.

Un gran acierto ha sido el realizarlos en blanco y negro ya que aparte de resolverlos les encanta pintarlos, con cuantos más colores mejor, sin excepciones.

Los padres por su parte han estado bastante encima, comprobando que los recogían, que no se doblaban ni mojaban, preguntando por su correcta realización, archivándolos en pequeñas carpetas, etc. Les gustaba la idea de tener a sus hijos en casa un rato realizando algo divertido y a la vez educativo, pero nos consta que han ayudado y corregido bastante, aún estando avisados de que no lo hiciesen. Son ellos los que han inculcado a sus hijos el concepto de deberes con estos pasatiempos, por mucho que hemos intentado evitarlo, evitando que se asociase a

escuela, obligación, etc. por temor a que entonces los niños los rechazasen, pero esto finalmente no ocurrió.

Tras la experiencia consideramos que los pasatiempos deberían entregarse a grupos homogéneos en cuanto a edad, ya que comprobamos como los pequeños, es decir, los niños de seis años, en ocasiones, se sentían un poco intimidados por los mayores para hablar, y cuando se les preguntaba directamente no se expresaban de una forma tan suelta y sin complejos como lo harían de la otra forma.

Una alternativa para su realización, sería el que no se los llevaran a casa. El momento ideal sería en una clase aparte en la que hiciesen grupos de trabajo reducidos para realizarlos y comentarlos entre ellos, para después exponerlos al resto o bien comentarlos entre todos. Estos pasatiempos son una llave para llegar a ellos.

Así pues, abrimos las puertas a que los técnicos especialistas en la materia se adentren en el diseño de pasatiempos tocando otros temas más profundamente como el concepto de competición en todas sus formas, los empleados, los efectos beneficiosos y perjudiciales que puede producir la práctica acuática, conceptos de higiene, acondicionamiento físico referido al medio acuático y también trabajar algo respecto a la seguridad en la piscina.

## 5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

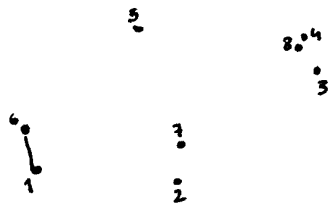
- Ausubel, D. P. (1963), El aprendizaje significativo y la dimensión memorística significativa. *The psychology of meaningful verbal learning*, Grune and Stratton, 15-24.
- Carrascosa, J.; Lleó, E. y Piquer I. (1988). *Programas para enseñar y desarrollar "habilidades perceptivo-visuales"*. Valencia: Promolibro.
- Decroly, O. (1983). *El juego educativo*. Madrid: Morata.
- Freile, I. y Mercado, J. (2000). *Representación gráfica del movimiento: desarrollo interdisciplinar en las áreas de educación física y plástica*. Tandem. Didáctica de la E.F.,1, 101-106
- López, A. y Moreno, J. A. (en prensa). Aprendizaje de hechos, conceptos y principios en Educación Física. Una propuesta metodológica. *Revista Digital Lecturas: Educación Física y Deportes*. [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)
- Moreno, J. A. (2001). *Juegos acuáticos educativos. Hacia una competencia motriz acuática (6-12 años)*. Barcelona: Inde.
- Moreno, J. A.; Estrade, M.; Rosa, A.; Sánchez, L.; Vicente, G. y Zomeño, T. (2000). Juegos acuáticos educativos. *NSW*, 3, 10-22.
- Zomeño, T. y Moreno, J. A. (2001). ¿Es posible aprender jugando en el medio acuático en Educación Física? Un ejemplo práctico con las equilibraciones. *Revista digital Lecturas: Educación Física y Deportes*, 31. [www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)

# Sigue los puntos

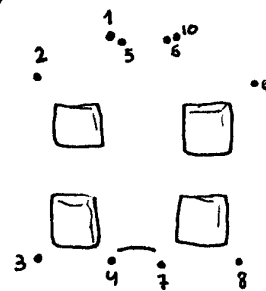


¿Cuales son los materiales que se hayan escondidos? Averígualo uniendo los puntos ¿Has jugado alguna vez con ellos? ¿Hay alguno repetido? Si los hay coloréallos de un mismo color

a)



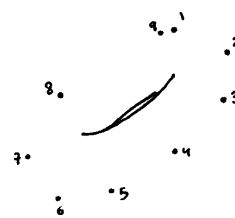
b)



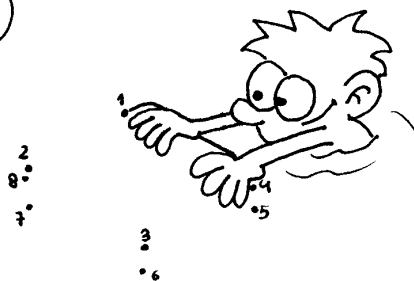
c)



d)



e)



f)



# Las Parejas

10

Los niños de la parte inferior están jugando en el agua con materiales que han cogido del vestuario. ¿Sabrías colorear aquellos que han cogido del vestuario?.

