
RECURSOS DIDÁCTICOS EN LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Juan Antonio Moreno

Facultad de Educación. Universidad de Murcia

Víctor Tella

Instituto Valenciano de Educación Física. Universitat de València

1. *Introducción.*
2. *Clarificación conceptual de los términos didácticos.*
3. *Estilos de enseñanza en las actividades acuáticas.*
4. *Orientaciones didácticas generales.*
5. *Propuesta de trabajo a través de una metodología creativa para las actividades acuáticas en niños de 6 a 9 años.*
6. *Actuaciones del educador-a ante la ejecución de los alumnos-as en el aprendizaje de una habilidad.*
7. *Algunos métodos de enseñanza.*
8. *Recursos didácticos en las actividades acuáticas de 3 a 9 años.*
9. *Bibliografía.*

*El juego constituye un contexto ideal para que se produzcan muchos de los aprendizajes y es, por tanto, el **recurso didáctico** por excelencia para ésta etapa. A través del juego se activan los mecanismos de percepción y decisión, se desarrollan las capacidades de ejecución, se acceden al aprendizaje de nuevas habilidades motrices, se contrastan conceptos, etc., y se experimentan los efectos del ejercicio y del esfuerzo físico. El conflicto de intereses y las reglas externas propias de los juegos contribuyen, además, a que los niños-as puedan des centrarse del punto de vista propio, admitan dichas reglas, adopten diferentes roles o funciones en situaciones de cooperación y/o competición, establezcan estrategias de equipo y en general, se incorporen a actividades de grupo. Por todo ello el enfoque metodológico de las actividades acuáticas en esta etapa tiene un carácter fundamentalmente lúdico.*

1. INTRODUCCIÓN

A veces cuesta hacer una clara distinción entre los conceptos de didáctica y metodología. Existen diferencias muy notorias entre una cultura pedagógica y la otra. Recordemos simplemente los siguiente:

*" La didáctica es el estudio científico de la organización de las situaciones de aprendizaje vividas por un educando, para alcanzar un objetivo cognoscitivo, afectivo o motor. Por estudio científico entendemos que el procedimiento está organizado de tal suerte que puede ser sometido a la experimentación, y verificado a través de métodos objetivos. Organizar no tiene aquí el sentido restringido que se le da en la administración. Significa que el maestro es el responsable de la **planificación, de la innovación y de la***

creación de situaciones de aprendizajes útiles y necesarias para alcanzar los objetivos deseados. Estos objetivos son aquellos que el maestro ha traducido en objetivos específicos para adaptarlos a sus alumnos-as entre los que se incluyen los que los alumnos-as, una vez han alcanzado un nivel de autonomía funcional para su edad y sus condiciones, se han fijado, con o sin la intervención del maestro". (M. Lávalee, 1973)

Cuando nos planteamos el abordar el tema de los recursos didácticos para las actividades acuáticas, hemos querido en primer lugar realizar una clasificación conceptual de términos didácticos, entendiendo de antemano, que dentro de los estudiosos del tema, lleva en algunos casos a solapamientos y confusiones. Para nosotros un recurso de aprendizaje es el modo particular de abordar un momento determinado de la enseñanza para llevarla a buen término, es decir que la intervención didáctica abordará tanto al método, los estilos, los medios, la evaluación, etc.

Después de realizar una revisión bibliográfica sobre aspectos puntuales de la enseñanza de las actividades acuáticas, hemos querido reflejar de forma específica aquellas sugerencias o recursos que se utilizan para facilitar o desbloquear las situaciones que conlleva el proceso-aprendizaje de las actividades acuáticas.

2. CLARIFICACIÓN CONCEPTUAL DE LOS TÉRMINOS DIDÁCTICOS

Es frecuente que los profesionales de las actividades acuáticas se expresen con frases y términos como los siguientes: "el método que empleo en mis clases es la asignación de tareas", "para enseñar gestos técnicos sencillos aplico el método global", "estoy trabajando con mis alumnos-as con el estilo de enseñanza de descubrimiento guiado", "la estrategia de práctica que más se emplea en natación es la analítica progresiva", "como recurso didáctico utilizo una hoja de tareas", "he observado que la técnica de enseñanza más correcta con niños-as de 3 a 9 años es la resolución de problemas" y "los modelos de enseñanza más usados en las actividades acuáticas son los tradicionales". Se podrían poner más ejemplos de este tipo, pero es suficiente para contemplar la confusión que pueden generar todos estos términos para aquellos que estudian o ponen en práctica los procesos de enseñanza-aprendizaje (los didácticos) en el mundo de las actividades acuáticas.

Los ejemplos anteriores muestran posibles confusiones en cuanto a la correcta aplicación conceptual en contextos específicos de las actividades acuáticas. A continuación vamos a definir y diferenciar los siguientes conceptos, según Miguel A. Delgado (1991): *intervención didáctica, estrategias pedagógicas, estilos de enseñanza, método de enseñanza, procedimiento de enseñanza, técnica de enseñanza, estrategia en la práctica de enseñanza y recurso de enseñanza.*

Intervención didáctica. Es asimilable a lo que se ha venido utilizando en la didáctica tradicional como el apartado de la "metodología" (en su sentido amplio): objetivos, contenidos, actividades del alumno-a y del educador-a, métodos, medios y evaluación.

Estrategia pedagógica. Puede considerarse como un sinónimo de estilo de enseñanza, en el que se aborda el proceso de enseñanza-aprendizaje desde unas determinadas formas de intervenir, desde unas estrategias globales de actuación en la enseñanza, lo que conforma un estilo de enseñanza.

Estilo de enseñanza. Los estilos de enseñanza muestran como se desarrollan la interacción educador-a/alumno-a en el proceso de toma de decisiones para definir el rol de cada uno en ese proceso (*Mosstom, 1978*).

Método. No debe de sorprender que *Gimeno Sacristán, J. (1981)*, nos diga que desde el punto de vista didáctico el concepto de método es uno de los términos más confusos y polivalentes en su significado. En el **cuadro 1** se observa la polisemia terminológica del vocablo método.

Cuadro 1. Polisemia terminológica del vocablo método..

MÉTODO
Estilo de enseñanza (Estrategia pedagógica)
Técnica de enseñanza
Recurso de enseñanza
Estrategia en la práctica

En su acepción más amplia, es el instrumento de búsqueda, guía y creación en el desarrollo en base a unos propósitos u objetivos de enseñanza.

Procedimiento. A este término se le suele asignar cuatro significados: técnica de enseñanza, recurso, secuencia programada y método.

Técnica de enseñanza. Según *Nerici (1969)*, el método se lleva a efecto a través de las técnicas. Por eso, las técnicas son esquemas de intervención en el proceso de enseñanza-aprendizaje, fundamentadas científicamente que deberán seleccionar y ordenar los medios que llevan a la consecución de ciertas metas.

Una buena técnica de enseñanza permitirá que la función docente de transmitir y orientar al alumno-a se logre eficazmente. Esta eficacia dependerá del tipo de habilidad motriz o de actividad física a desarrollar: Si se trata de una habilidad motriz, tipo de autorregulación, es decir, un gesto técnico, la técnica de enseñanza debe aportar el modelo correcto de ejecución a través de la información inicial o de referencia según *Mattig (1970)*, de tipo visual, verbal o mixta. Los posteriores ajustes al modelo se llevarán a cabo por el conocimiento de la ejecución y de los resultados (feedback).

Cuando no hay un modelo prefijado la técnica de enseñanza actuará presentando de forma clara qué es lo que es el caso de los juegos en los que los requerimientos técnicos no sean decisivos. Las correcciones, en este caso, son de tipo general acerca de la organización o incumplimiento de alguna de las normas de l juego.

En el caso de tratarse de resolver un problema de tipo motriz en el que las alternativas de solución no sean únicas, la técnica de enseñanza presentará adecuadamente la situación a explorar o el problema motriz e irá dando información adicional en función de las respuestas de los alumnos-as.

Estrategia en la práctica de enseñanza. Hace referencia a los métodos analíticos, globales y sintéticos. La estrategia en la práctica más eficaz será aquella que consiga que el alumno-a que en función de lo que esté aprendiendo alcance los logros previstos de aprendizaje.

Recurso de aprendizaje. Es el modo particular de abordar un momento determinado de la enseñanza que puede afectar a la forma de comunicar (recurso tecnológico: vídeo), el uso del material (empleo de las aletas, etc), la forma de comunicar (hoja de tareas escrita, uso de la pizarra). En definitiva a partir de estos facilitaremos la comunicación de lo que se pretende enseñar, adaptándola al repertorio y edad de los alumnos-as. Incluso, puede afectar a la forma de organizar la enseñanza, modo peculiar de plantear un determinado paso en una progresión de enseñanza.

Cuadro 2. Resumen de los términos didácticos.

TÉRMINOS DIDÁCTICOS	DESCRIPCIÓN
Intervención didáctica	Es aplicable para señalar todas las acciones que el educador-a realiza en el proceso de enseñanza-aprendizaje
Método y procedimiento	Su utilización será recomendable cuando nos referimos de forma general a la manera o modo de conducir la enseñanza
Estilo de enseñanza y estrategia didáctica	Relacionado con los estilos de enseñanza
Técnica de enseñanza	Es la forma en la que el educador-a transmite lo que quiere enseñar
Estrategia en la práctica	Es la forma en que el educador-a organiza la progresión de la materia a enseñar
Recurso didáctico	Es simplemente el artificio que se utiliza puntualmente en la enseñanza

3. ESTILOS DE ENSEÑANZA EN LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Uno de los caballos de batalla con los que se enfrenta un educador-a ante las actividades acuáticas es el determinar que estilo de enseñanza se adapta mejor al grupo de alumnos-as, a la actividad propuesta, a sí mismo,..., revisando la bibliografía existente nos encontramos con una amplia gama, que un principio dificultan aún más la posible elección del estilo. Por ello presentamos un resumen de estilos que pueden influir de forma positiva sobre aquellos problemas que puedan aparecer en la práctica. En el **cuadro 3** se proponen unos estilos de enseñanza, según *Mosston, Delgado y Bañuelos, citados por Delgado (1991)*.

Tomando como referencia a *M.A. Delgado (1991)* y sumándonos a su propuesta, decimos que los estilos de enseñanza más acorde para la enseñanza de las actividades acuáticas serán aquellos que promuevan un **"aprendizaje significativo"**. La calidad y el progreso de la enseñanza consistirá en el dominio que defiende de una variedad de estilos y en la capacidad de usarlos con eficacia, llegando a aplicar el estilo de enseñanza más adecuado a sus circunstancias y al contexto acuático. De la misma forma el educador-a deberá saber combinarlos adecuadamente según los objetivos y transformarlos, creando unos nuevos que se adecuen a la personalidad del educador-a, las características de los alumnos-as, los contenidos de enseñanza y sobre todo, los objetivos educativos-lúdicos que pretendamos lograr.

Los estilos de enseñanza son pues un proceso abierto a la investigación del educador-a en la piscina y, en modo alguno se considerarán cerrados.

A título orientativo en el **cuadro 4**, adaptado de *Delgado (1991)*, mostramos los objetivos que favorecen diferentes aspectos del desarrollo y evolución del niño-a en estas edades.

Cuadro 3. Estilos de enseñanza.

ESTILO	DESCRIPCIÓN	EJEMPLO
Enseñanza basada en la tarea	El esquema es el siguiente: explicada y demostrada la tarea, la mayoría de los alumnos-as son bastante independientes para comenzar el movimiento a voluntad, realizarlo cierto nº de veces o durante determinado tiempo y cesados también a voluntad	1º. Nadar 50 m. pies crol con respiración bilateral. 2º. Realizar 50 m. pies crol, 25" descanso, 25 m. pies espalda y al terminar 30 respiraciones. 3º. Realizar pies crol, diferenciando por niveles, los debutantes pies crol con tabla, los iniciados pies crol con tabla y coordinado con la coordinación y los expertos pies crol sin tabla coordinando con la respiración

Enseñanza basada en el Comando	Se basa en el supuesto de que varios estímulos producen la respuesta deseada. Éstos estímulos son propuestos por el educador-a. El rol del alumno-a es el de responder a los estímulos del educador-a. Las correcciones de tipo masivo y general y son retardadas. No existe individualización. Las normas son: atender y obedecer	Realizar 25 m. pies crol silenciosos (sin que los pies rompan la superficie)
Enseñanza recíproca: uso del compañero	Implica confiar a un alumno-a la observación de la ejecución de una tarea determinada, éste deberá proporcionar al compañero información sobre los aciertos y errores de su ejecución	Por parejas corregir el movimiento de brazos crol al compañero-a, atendiendo a la consigna de que el codo debe de ir alto
Constitución de pequeños grupos	Es una variante de la enseñanza recíproca y supone la constitución de un grupo de tres alumnos-as como mínimo. Sus funciones serían de ejecución, observación y toma de datos	Evalúa a tu compañero-a en cuanto tiempo realiza el circuito en la piscina. Uno ejecuta, otro observa la ejecución y el otro anota los datos que le ha dado el observador
Programa individual o de inclusión	Cada alumno-a lleva a cabo un programa detallado en función de su nivel de aprendizaje en ese momento y de forma independiente	Realizar una sesión de aprendizaje de la técnica de crol descrito en la pizarra.
Descubrimiento guiado (producción convergente)	Estilo basado en la "disonancia cognoscitiva", es decir, primero causar la disonancia cognitiva, segundo investigación y por último el descubrimiento	Primero, ¿puedes tirar el aire dentro del agua?, luego pruébalo y por último, descubre que forma es la mejor.
Resolución de problemas: producción divergente	Se espera que el alumno-a busque por sí solo la o las respuestas de acuerdo con su total arbitrio	¿De cuántas formas puedes entrar al agua?
Creatividad	Los objetivos que pretende este estilo son: fomentar el pensamiento divergente, facilitar la libre expresión del individuo, impulsar la creación de nuevos movimientos, posibilitar la innovación tanto de los alumnos-as como del educador-a y dejar libertad al alumno-a	Con dos tabla, un pull-buoy y un neumático para cada grupo de cuatro alumnos-as, desarrollar trabajos de flotación

Mixto (síntesis-análisis-síntesis)	Presentación del conjunto con la demostración del educador-a, más adelante se entra en el análisis de las distintas partes del juego, la técnica deportiva o el ejercicio a realizar. Finalmente una vez dominadas las acciones particularizadas se vuelve a la ejecución completa	Nadar 25 m. crol, después nadar punto muerto crol con el brazo derecho y por último nadar crol completo
---	--	---

Cuadro 4.- Estilos según su fomento.

FOMENTO	ESTILOS DE ENSEÑANZA
Habilidades específicas	Comando o mando directo Modificación del mando directo Asignación de tareas
Individualización	Trabajo por grupos Programas individuales Enseñanza programada
Participación	Enseñanza recíproca Grupos reducidos Microenseñanza
Socialización	Trabajo por equipos o grupos
Cognición	Descubrimiento guiado Resolución de problemas
Creatividad	Creatividad

3.1. INVESTIGACIONES Y OPINIONES DE DIVERSOS AUTORES SOBRE LA ENSEÑANZA DE LA ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Según se publica en "*Sobre el agua*" en 1985, existen unas investigaciones realizadas hasta el momento que describen trabajos realizados por diversos autores, respecto a la enseñanza de la natación:

- **Niemyer (1958)**: dirigió un estudio sobre 366 estudiantes en tres actividades: natación, voleibol y badminton, durante 9-10 semanas. Divididos en 4 grupos, dos de ellos fueron enseñados con el método analítico y los otros dos con el global. Señaló que los resultados revelaron que los estudiantes del grupo que trabajaron con el método global aprendieron a nadar más rápidamente, más metros y a mayor velocidad, que aquellos que trabajaron con el método parcial y, más aún, con mejor estilo... Hay que tener en cuenta que aunque el grupo global nunca realizó prácticas parciales, sí se les dieron explicaciones y demostraciones de elementos parciales.

- **Lewellen (1951)**: completó un estudio acerca de los métodos globales y parciales en natación sobre 104 niños de edad media entre siete y nueve años. Para el método parcial empleó el sistema parcial progresivo de la *Cruz Roja*. El autor señala que desde el principio del

proceso de aprendizaje con el método global se presentó al alumno-a actividad total. Este practicó la unidad en la medida en que intentó alcanzar el esquema global de la brazada. *Lewellen* informó que en relación con el desarrollo del estilo apropiado y de la destreza para lograr la distancia, el método total era superior al de la *Cruz Roja*.

- **Godlasky (1955):** comparó dos grupos universitarios del último año que estaban aprendiendo a nadar. Uno de ellos comenzó con el estilo perro y de allí pasó al crol. El otro comenzó directamente con el crol. En cuanto al aprendizaje no encontró diferencias entre los dos procedimientos.

- **Holt (1971):** comparó el método manos-pies de *Silvia* (global) con el método de la *Cruz Roja* (analítico). El estudio se realizó con 76 alumnos-as universitarios-as capaces de recorrer 25 yardas a crol o espalda elementalmente a los que se les dieron 12 lecciones de 35 minutos cada una. *Holt* descubrió que los alumnos-as enseñados con método *Silvia* podían nadar más tiempo y continuamente que los del método de la *Cruz Roja* a crol y espalda. Asimismo no se retraían ante un posible miedo a mantener la cabeza dentro del agua, paso inicial para dominar la técnica respiratoria de los distintos estilos. También pasaban más rápidamente de los tests combinados de la *Cruz Roja*.

- **Johnson y Smith (1972):** afirman en distintas investigaciones que la mayor parte de las habilidades acuáticas pueden ser enseñadas más rápida y correctamente por el método global-analítico-global que por el analítico-progresivo.

- **Knapp (1964):** afirma que, en educación física y recreación las habilidades conforman todos. El todo no es la suma de las partes. Por ello el alumno-a debe enfrentarse desde el principio al conjunto de la habilidad (excepto en tareas peligrosas que se realizarán con ayudas; por ejemplo al principio del aprendizaje de la natación). La ejecución del todo sólo es fragmentable en partes por la aparición de las dificultades en algún punto del aprendizaje, pero a su vez estas zonas difíciles están en función de cada individuo. Lo que quiere decir que un individuo no vive en movimiento como parte si lo aprende con facilidad.

- **Lawther (1968):** recuerda que es importante tener en cuenta las experiencias previas en aprendizaje del alumno-a y el profesor-a. Algunas veces el alumno-a aprende mejor con el método parcial sólo porque está acostumbrado a aprender con él. Lo mismo puede ocurrir con el profesor-a al utilizar el método que le sea más familiar.

4. ORIENTACIONES DIDÁCTICAS GENERALES

Con carácter orientativo se señalan a continuación algunos criterios didácticos para el diseño y desarrollo de las actividades acuáticas en cuanto a procesos de enseñanza y aprendizaje y para el proceso de evaluación.

4.1. SITUACIONES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE

Para el diseño de actividades de enseñanza y aprendizaje el educador-a procurará atender a los criterios que siguen:

1. Asegurar la relación de actividades de enseñanza y aprendizaje con la vida real del alumnado, partiendo siempre que sea posible, de sus experiencias.
2. Facilitar la construcción de aprendizajes significativos, diseñando actividades de enseñanza y aprendizaje que favorezcan la relación entre lo que se sabe y los nuevos contenidos, que hagan evolucionar las concepciones infantiles sobre determinados temas, que proporcionen la información necesaria en el momento oportuno tanto en lo relativo a los contenidos de aprendizaje como al momento del proceso en que se encuentra el alumno-a.
3. Tener en cuenta las peculiaridades de cada grupo y de cada niño-a concretos adaptando los métodos y recursos a cada uno de ellos, y permanecer atento y utilizar los medios necesarios para, a través de las diferentes actividades y manifestaciones del niño-a, comprobar en que medida va incorporando los aprendizajes realizados a nuevas propuestas de trabajo y a situaciones de la vida cotidiana.
4. Utilizar métodos y recursos variados que potencien la creación y el uso de estrategias propias de búsqueda y organización de los problemas requeridos para resolver un problema.
5. Proporcionar continuamente información sobre el momento del proceso de aprendizaje en que se encuentra, clarificando los objetivos por conseguir, haciéndole tomar conciencia de sus posibilidades y de las dificultades por superar, y propiciando la construcción de estrategias de aprendizaje adecuadas y concretas.
6. Impulsar las relaciones entre iguales proporcionando pautas que permitan la confrontación y modificación de puntos de vista, la coordinación de intereses, la toma de decisiones colectivas, la ayuda mutua, la superación de conflictos mediante el dialogo, etc.
7. Crear un clima de aceptación mutua y cooperación promoviendo la organización de equipos de trabajo, la distribución de tareas y responsabilidades, etc.
8. Tener en cuenta que muchos contenidos de aprendizaje no se adquieren únicamente a través de las actividades desarrolladas en el contexto de la clase, sino que es preciso diseñar actividades en el ámbito de un programa y de la propia instalación acuática para conseguir su plena adquisición y consolidación, lo cual implica, necesariamente, a todos los educadores-as y al centro en su conjunto.

4.1.1. ORIENTACIONES DIDÁCTICAS DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1. Los alumnos-as aportan al proceso de aprendizaje su competencia motora, su capacidad motriz general y su motivación para seguir avanzando, ya que éste condicionará el proceso de enseñanza-aprendizaje que se puede llevar a cabo. Para ello en la eva-

luación inicial no solo hay que valorar la competencia motriz sino también los mecanismos psicológicos que determinan la acción y la autonomía.

2. Es necesario proponer una situación o actividad de aprendizaje que todos los alumnos-as de la clase sean capaces de realizar en mayor o menor grado y estructurar la progresión en la dificultad de los diferentes aspectos implicados en la misma función de los avances que van obteniendo cada uno de ellos.
3. No hay que lograr una respuesta motriz única y válida para todos, sino mejorar la competencia motriz del alumno-a con relación al punto de partida, por lo tanto las características individuales son criterios de referencia.
4. Es necesario que el alumno-a al tiempo que realiza las tareas conozca el porqué y para qué de las mismas, de manera que vaya construyendo de forma significativa los conocimientos sobre su cuerpo y su funcionamiento, y que analice y experimente con sus propias posibilidades motrices.
5. El proceso de enseñanza y aprendizaje debe favorecer situaciones de interacción.
6. La ejecución de las tareas propuestas supondrá un reto y un esfuerzo en relación con la situación inicial de sus capacidades. El educador-a actuará estimulando, sugiriendo, orientando, controlando el riesgo, valorando, proponiendo otras soluciones,...., pero el alumno-a debe ser el protagonista de sus acciones motrices.
7. El educador no solo cuidará la información sino su actitud frente a la actividad, configurando modelos positivos para el alumno-a.
8. En el **cuadro 5** se muestran las aportaciones pedagógicas del juego y del ejercicio.

La intervención pedagógica para lograr los aprendizajes se realiza sobre los elementos del juego:

- **La forma de juego o tipo de juego:** a partir de la propuesta se pueden introducir determinadas respuestas por resolución o por experimentación de diferentes patrones motores o actividades de aplicación de aprendizajes adquiridos que queramos que transfieran a otras situaciones o que automaticen.
 - **Las normas y condiciones de juego:** que nos permiten introducir elementos de progresión, de cambios en la actuación, de solución, de socialización, el número de participantes, el espacio, el tiempo y otras condiciones del juego. O mediante limitación, ir, de respuestas más abiertas a respuestas elaboradas o modificadas.
9. Las intervención pedagógica en las actividades acuáticas debe considerar como recursos didácticos el reto (tendencia a superarse a si mismo o a superar alguna dificultad) y la curiosidad (exploración y descubrimiento de sus posibilidades motrices).

Estas tendencias de la conducta del alumno-a son instrumentos que el educador-a puede utilizar a la hora de diseñar actividades de enseñanza.

Cuadro 5. Aportaciones pedagógicas del juego y del ejercicio.

EL JUEGO	EL EJERCICIO
Es un hecho motor contextualizado en la práctica habitual del alumno-a. Su aplicabilidad directa la hace más significativa para el alumno-a	Es un hecho motor aislado o en condiciones descontextualizadas de aplicación, las condiciones de aprendizaje no son las mismas que las de aplicación. Motiva por sí mismo a la actividad con independencia de los estímulos externos al propio juego
Hay que proponer y estimular a la actividad desde fuera	Es el propio alumno-a quien trata de aportar soluciones a los planteamientos
El alumno-a se adapta a un modelo externo y trata de reproducirlo, lo que supone una respuesta más elaborada	Posibilita una mayor interacción entre alumnos-as
Permite una mayor cantidad de interacciones alumno-a/educador-a, mejor corrección y más información. La cantidad de información y corrección que puede recibir es limitada	Es más fácil conseguir y comprobar un aprendizaje, pero le cuesta luego más transferirlo a otras situaciones
No se persigue la corrección del movimiento	El conocimiento de los resultados no se hace de forma analítica sino que es global y está implícito en el propio juego (saben si han ganado o no, o si lo hacen bien o mal). El conocimiento de los resultados es externo y por lo tanto le permite una comprobación respecto a parámetros como son los modelos, patrones o el juicio del educador

10. El tratamiento del error en las actividades acuáticas no tiene que tener la consecuencia automática de la corrección sino que aporta muchos y valiosos datos para que el educador-a utilice éste como recurso didáctico y como elemento de análisis.
11. Especial tratamiento tiene la utilización de los materiales, que aún siendo muy específicos en estas actividades no necesariamente en las actividades acuáticas las tareas propuestas no deberían estar necesariamente supeditada a ellos. Lo importante es mejorar cualitativamente la competencia motriz y para ello deber prevalecer materiales más polivalentes (pelotas, aros,...), de uso habitual en los alumnos-as (globos, cubos,...), juguetes, materiales diversos (neumáticos, planchas, flotadores,...) y sacar de ellos todas sus posibilidades de aplicación.

Las necesidades de material están condicionadas por el tipo de organización de clase. Si se plantea una actividad única para todos se precisa un mayor número de materiales o el tiempo de espera aumenta, si por el contrario se diversifica las tareas

dentro de la organización de clase se necesitará menor número de elementos de un tipo de material, pero mayor diversidad de materiales a utilizar.

12. En estas edades es preferible cuando planteamos actividades que suponen un esfuerzo relativo realizar un mayor número de estas por unidad de clase y de menor duración que pocas actividades de mucha duración.
13. Establecer normas generales sobre el uso de la instalación y de los materiales para evitar accidentes, de esta forma los alumnos-as conocerán los posibles factores de riesgo y las medidas que se deben adoptar para evitarlos.
14. No hay que confundir el juego con situaciones de enseñanza y aprendizaje con algún elemento motivacional, como puede ser la aparición de situaciones competitivas. Sino que al juego lo identificarán tanto la actividad a realizar como las normas del juego y las estrategias de resolución. De esta forma los alumnos-as reconocerán el juego y se identificarán con su papel dentro de él.

4.2. EVALUACIÓN

La evaluación es un instrumento que sirve al educador-a para ajustar su actuación en el proceso de enseñanza y aprendizaje, orientándolo, reforzando los contenidos insuficientemente adquiridos por los alumnos-as y realizando la adaptación curricular necesaria.

Como criterios de evaluación en esta etapa se señalan los siguientes:

1. La evaluación constituye un proceso continuo, que forma parte del propio proceso de enseñanza y aprendizaje.
2. El equipo de educadores-as deberá establecer, de acuerdo con el programa de la piscina, los criterios de evaluación para los diferentes niveles.
3. El profesor debe permanecer atento y utilizar los medios necesarios para, a través de las diferentes actividades y manifestaciones del niño-a, comprobar en qué medida va incorporando los aprendizajes realizados a nuevas propuestas de trabajo.
4. Es preciso favorecer la participación del propio alumno-a en este momento del proceso de aprendizaje, valorando conjuntamente con el educador-a los progresos y las dificultades encontradas.
5. La evaluación de los procesos de enseñanza y aprendizaje se realiza a través del seguimiento de las actividades diseñadas en las unidades didácticas.
6. La evaluación se apoya en la recogida de información. Algunos de los instrumentos señalados a continuación pueden ser muy útiles para realizarla: la observación sistemática (fichas de seguimiento, registro de datos, lista de control, carpeta-registro per-

sonal del alumno-a, etc.), el análisis de los trabajos de los alumnos-as (cuadernos de trabajo, etc.), las pruebas (prácticas tanto individuales como colectivas) y la entrevista.

7. Será preciso que el educador-a elabore informes de evaluación de los alumnos-as al final de cada curso, que servirán de orientación a los educadores-as del curso siguiente, de modo que se respete la continuidad de un curso a otro en los procesos de enseñanza-aprendizaje.

8. Al finalizar esta etapa se realizará un informe individual detallado sobre el grado de desarrollo alcanzado por el alumno-a en relación a las capacidades expresadas en los objetivos generales de esta etapa.

4.2.1. ORIENTACIONES DIDÁCTICAS PARA LA EVALUACIÓN DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

El mundo de las actividades acuáticas es un área que exige un conocimiento vivenciado de sus contenidos. El objeto de conocimiento es parte del propio alumno-a, que de esta manera se convierte en protagonista no solo de la acción didáctica sino también del contenido en la medida que trabaja y toma conciencia lo corporal y motriz respecto de sí mismo. Esta característica define el tipo de planteamiento didáctico, donde todo conocimiento parte de la experiencia y la acción.

Así se configurará una peculiar motivación intrínseca por estos contenidos, incorporando, potenciando y orientando estas actividades para que el alumno-a de cauce a su motricidad y por lo tanto evitando que en la organización didáctica de la clase se hagan planteamientos que supongan restricciones a la propia movilidad (filas, utilización rígida de material, tablas, exposiciones y demostraciones prolongadas, etc.).

Deberemos asegurarnos que el juego sea una forma de aprendizaje natural en el alumno-a, un modo peculiar de enfrentarse a las diferentes situaciones y que no le suponga un conflicto sino una diversión.

En consecuencia estas características de contenidos vivenciados, motivación intrínseca, necesidad de movimiento, y el juego definirán las orientaciones didácticas de carácter general para estas actividades.

La evaluación está implícita en el propio proceso de aprendizaje, es decir, no es la situación terminal de este proceso, sino que debe contemplarse al inicio, durante y al final de éste para facilitar el desarrollo de sus capacidades.

1. Los medios que dispone el educador-a para obtener información de este proceso son además de la observación cotidiana las situaciones de evaluación y los instrumentos objetivos. Sistemas de observación y de registro, son instrumentos muy valiosos para registrar lo que sucede en clase, el progreso día a día, pero estos registros han de ser sistemáticos y continuos y no deben recoger solo elementos cuantitativos o sumativos de la actividad del alumno-a (marcas, tiempos o número de re-

peticiones) sino que además deben recoger como trabaja, su atención, interés, relación con sus compañeros, actitudes y formas de trabajo.

2. La evaluación, como parte del proceso formativo ha de cumplir una serie de funciones:

- 2.1. **Función de identificación:** el alumno-a reconoce sus capacidades y habilidades y su estado de desarrollo con respecto a sí mismo o a los otros.
- 2.2. **Función de diagnóstico:** sirve al alumno-a para analizar posibles dificultades o posibles capacidades potenciales.
- 2.3. **Función pronóstico u orientativa:** el alumno-a a partir de la evaluación obtiene pistas a la hora de elegir sus actividades y le permite saber como corregir, compensar o mejorar.
- 2.4. **Función de motivación:** para ello no sirve con solo informar, la evaluación debe fomentar en el alumno-a el seguir progresando, motivarle incidiendo más en los logros obtenidos y teniendo un tratamiento positivo con las deficiencias constatadas.

3. La propuesta de actividades acuáticas debe tener en cuenta la secuencias de aprendizaje más adecuadas, de manera que la adquisición de estas no suponga saltos ni cualitativos, ni cuantitativos, sino que se adquieran progresivamente. Esta secuencia debe tener en cuenta los siguientes principios:

- Ir de lo global a lo específico.
- Ir de las habilidades más básicas y polivalentes, hacia habilidades y destrezas más específicas y concretas.
- Ir de movimientos que supongan un control y coordinación neuromuscular más simple hacia movimientos que exijan coordinaciones más complejas.
- Los procesos de adquisición de habilidades perceptivos motoras (esquema corporal, estructuración del espacio y del tiempo y equilibrio) pueden pasar por diferentes fases: exploración de las habilidades perceptivas propias, discriminación y toma de conciencia, utilización y experimentación en situaciones diversas, interiorización y representación mental y organización de la acción en función de las percepciones.
- Los procesos de adquisición de habilidades motoras pasan también por diferentes fases de adquisición: exploración de las posibilidades motrices propias y de los otros para la actividad motriz que se propone, toma de conciencia de sus propios límites, trabajo de mejora y descubrimiento o aprendizaje de nuevas formas y posibilidades de movimiento, retorno a la toma de conciencia de sus límites para autocomprobar su mejora.
- Las exploración de las habilidades expresivas pueden realizarse a partir de diferentes planteamientos, y no tienen una secuencia específica.

4. Los juegos acuáticos deben de cubrir una serie de contenidos que mejoren y aumenten las posibilidades de juego del alumno-a:

- Juegos de destreza y adaptación.
- Juegos de cooperación y cooperación/oposición.
- Juegos de iniciación a habilidades deportivas.

5. Las actividades de enseñanza y aprendizaje en esta área han de basarse en la creación de hábitos higiénicos y de salud, como son:

- El cambio de ropa.
- El aseo personal.
- Hábitos posturales.
- Hábitos alimenticios.
- El calentamiento.
- Relajación al comenzar y al acabar el ejercicio.
- Relacionar las funciones básicas del cuerpo en el agua (la fuerza de los músculos, la respiración, la coordinación,...).

5. PROPUESTA DE TRABAJO A TRAVÉS DE UNA METODOLOGÍA CREATIVA PARA LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS EN NIÑOS-AS DE 6 A 9 AÑOS

Si tenemos en cuenta las palabras de *García Hoz (1981)*, "no se puede realizar una obra creadora sin un previo aprendizaje", estimaremos, que es necesario dar unas bases mínimas a nuestros alumnos-as para poder ejercitarse en la creación.

De esta forma, nuestra propuesta será la siguiente para fomentar la actitud de participación e investigación del educador-a en las actividades acuáticas:

- 1º. El educador-a debe haber investigado previamente el material no solo a nivel de posibilidades motrices y psicomotrices, sino también en la consecución de los objetivos que propone en su programa. Para ello proponemos desde la creación de juegos deportivos, juegos modificados, hasta el descubrimiento de nuevos ejercicios con los distintos materiales que quieran utilizar.
- 2º. Entrega a los alumnos-as del material a investigar. El objetivo de esta fase será la observación de la "toma de contacto" del alumno con el nuevo material. Aconsejamos en esta segunda fase recabar información a los alumnos-as sobre "sus sensaciones", ¿para que sirve?, etc...
- 3º. Presentación a los alumnos-as de las propuestas de trabajo como un ejemplo de lo que se puede conseguir. En esta fase recomendamos la interacción educador-a/alumno-a para ir sugiriendo posibles correcciones y adaptándolas y a la vez adaptando estas propuestas a las nuevas necesidades.

4º. En esta fase el alumno-a ya tiene los conocimientos y la práctica suficiente sobre las posibilidades y el manejo del nuevo material. Es a partir de este momento cuando podemos sugerir la idea de una conjunción de creaciones personales. Sería interesante que las propuestas fueran a nivel de pequeños grupos, constatando la diversidad de producciones, respuestas, soluciones a los problemas que ellos mismos plantean.

Propuesta de trabajo, según *Ángel G. Ferriol en 1993*:

1. Creación de nuevas situaciones.
2. Utilización de otros materiales didáctico-deportivos.
3. Forma de complejizar la tarea.
4. Ejercitaciones con material añadido.

Ejemplo propuesto a nivel de las Actividades acuáticas según *Tella y Moreno (1994)*:

1. Nadar con manos atadas.
2. Utilizar gafas y tubo.
Utilizar aletas.
3. Bucear.
Realizar circuitos predeterminados.
Seguir el desplazamiento libre de un compañero.
4. Desplazar móviles (tablas, pelotas, globos,...) con los pies.
Ídem con la boca.

5.1. CONSEJOS DIDÁCTICOS EN LOS MÉTODOS DE BUSQUEDA O DESCUBRIMIENTO Resolución de problemas y descubrimiento guiado

G. Defosse en 1992 sugiere las siguientes pautas o consejos para la actuación del educador-a sobre aquellos alumnos-as que aprenden mediante los métodos de búsqueda:

1. No manipular a los alumnos-as.
2. Alentar a los alumnos-as.
3. Hacerles saber siempre sus avances en forma positiva.
4. Transformarles ciertos errores en éxitos.
5. Proponer contactos tranquilizadores.
6. Saber guardar la calma cuando el alumno-a se suelta del borde.
7. Enseñar a valorarse a si mismo de sus posibilidades.

La actitud y posición "**geográfica**" que debe ocupar el educador-a en la instalación acuática es la de tener a los alumnos-as en el campo visual: *en el agua detrás de los alumnos-as, sin que te vean y sobre el borde, de rodillas o debajo del agua, sin que te vean.*

6. ACTUACIONES DEL EDUCADOR-A ANTE LA EJECUCIÓN DE LOS ALUMNOS-AS EN EL APRENDIZAJE DE UNA HABILIDAD

En el **cuadro 6** se muestra las formas de como el educador-a reacciona ante la ejecución de sus alumnos-as ante una actividad propuesta.

Cuadro 6. Reacciones del educador-a ante la ejecución de los alumnos-as.

ACCIÓN	DESCRIPCIÓN
Describir el ejercicio o la actividad	Descripción recordatoria Descripción aprobadora Descripción desaprobadora Descripción lacónica
Prescribir un cambio	El educador suministra información para provocar un cambio
Interrogar sobre la realización de la tarea motriz	El alumno-a debe tomar conciencia de su propia ejecución puede percibir que errores a cometido al realizarla
Reaccionar de manera afectiva	Eleva la motivación a los alumnos-as para superar las dificultades para superar la actividad propuesta Se puede reaccionar: en forma mensaje verbal, en forma de mensaje verbal completado con una ayuda kinestésica y en forma de prescripción.

Para fortalecer estas actuaciones deberemos tener en cuenta:

1. Emplear formas de organización que permitan realizar frecuentes repeticiones de la conducta motriz, de tal suerte que el alumno-a pueda volver a empezar su actividad muy poco después de haber recibido el feedback.
2. No cambiar de actividad inmediatamente después de haber ofrecido una serie de retroacciones.
3. Continuar observando al alumno-a al que se acaba de proporcionar la realimentación para comprobar si ha entendido la información que ha entendido.

Según Piarón (1983), en el **cuadro 7** hemos adaptado las categorías de feedback a las situaciones que se producen durante el desarrollo de las actividades acuáticas, observado que el carácter del feedback que se ofrece a los alumnos-as en las actividades acuáticas expresan de modo global su satisfacción o su insatisfacción de lo ejecutado.

Estas intervenciones corren el riesgo de no ser percibidas de una evaluación real de ejecución, para que nuestra intervención tenga un carácter más interpretativo en el alumno-a, proponemos seguir al profesor *Sánchez Bañuelos (1986)* en su propuesta de interacción profesor-a/alumno-a durante el proceso de enseñanza/aprendizaje. Según la cual no deberías olvidar la percepción del ejercicio del propio alumno-a (feedback propio). De esta forma el alumno-a deberá de generar sus propias sensaciones para que le informen sobre las características y el resultado de lo ejecutado.

Cuadro 7. Diferentes feedbacks a las situaciones observadas.

CATEGORÍAS	SITUACIONES OBSERVADAS
Feedback aprobativo simple	El educador aprueba la realización del alumno-a de modo exteriorotipado: "así", "muy bien", "vale",...
Feedback aprobativo específico	Además de su aprobación el educador-a proporciona una información relativa a la información, precisando eventualmente, la razón de su evaluación: "esta vez llevas el codo bien alto",...
Feedback reprobativo simple	El educador-a desaprueba la realización del alumno-a de una manera exteriorotipada: "no está bien", "mal",...
Feedback reprobativo específico	El educador-a indica que considera la realización como insatisfactoria, precisando la manera de modificarla: "en el nado de espalda, no saques las rodillas del agua",...
Feedback específico neutro	El educador-a proporciona una información sobre la realización del alumno-a, sobre las correcciones a aplicar en el movimiento, sin proporcionar evaluación positiva o negativa de éste: "en braza, dirige tus pies hacia fuera",...

7. ALGUNOS MÉTODOS DE ENSEÑANZA

7.1. MÉTODO DE LA "CRUZ ROJA"

El método de la *Cruz Roja* se terminó de sistematizar en 1968, a partir de entonces es standard en varios países. Las características del método son:

1. **Tipo de enseñanza:** analítico-progresivo.
2. **Progresión fundamental:** inmersión/respiración-flotación/respiración-propulsión.
3. **Objetivo:** predominancia del utilitario, estando orientado fundamentalmente al aprendizaje de la natación para formar nadadores-as de lavarse y de salvar a los demás.

Se desarrollan el estilo crol y espalda, y se puede realizar la progresión sin ningún tipo de material. Se utilizan vasos de poca profundidad, siendo la relación alumno-a/profesor-a bastante numerosa. La edad recomendada es a partir de los 4-5 años, pudiéndose usar incluso con adultos.

7.2. MÉTODO "INFAQUATICS"

Es una evolución del de la *Cruz Roja*, desarrollado por *L. Murray*. Este método está pensado para aquellos padres que dan clases individuales a sus hijos-as, aunque éstos no

dominen la natación, y dirigido a niños de 1 a 5 años. El aprendizaje debe ser en forma jugada y en forma placentera para el niño. Las características de este método son:

- 1. Tipo de enseñanza:** analítico-progresivo.
- 2. Progresión fundamental:** inmersión/respiración-flotación/deslizamiento-propulsión.
- 3. Objetivo:** fundamentalmente utilitario.

Se recomienda el uso de vasos de poca profundidad. No es necesario el uso de material especial. Se desarrolla primeramente el crol. Pero antes es necesario iniciar la zambullida de pie con ayuda y el deslizamiento.

7.3. MÉTODO "CATTEAU Y GAROFF"

Se desarrolla en Francia, con influencias de la escuela de psicomotricidad de dicho país.

Características del dicho método:

- 1. Tipo de enseñanza:** analítico-progresivo, con intercalamiento de ejercicios globales con atención dirigida a alguna parte del gesto.
- 2. Progresión fundamental:** equilibrio-flotación-respiración-propulsión.
- 3. Objetivos:** utilitario y educativo, con progresión de los diversos estilos y sobre todo de la propulsión. También es competitivo.

Se progresa primeramente en el crol y la espalda simultáneamente para luego introducir la braza y se enseña en vasos de poca profundidad, siendo material utilizado flotadores en la respiración fundamentalmente y, flotadores y tablas en la propulsión. La edad inicial recomendada es de 6-7 años.

7.4. MÉTODO "YMCA"

Desarrollado a partir del método de la *Cruz Roja*. Son programas de iniciación a la natación muy cortos (una semana), que se continúan en programas que duran 2 ó 3 años para los alumnos asociados. Así, se pretende que el programa desarrolle actividades de: salvamento y socorrismo, waterpolo, saltos, submarinismo,...

Características del método:

- 1. Tipo de enseñanza:** analítico-progresivo, con introducción de ejercicios globales.
- 2. Progresión fundamental:** respiración/flotación-propulsión.
- 3. Objetivos:** utilitario al inicio, para luego desarrollar el competitivo y, simultáneamente a ambos, el recreativo.

Está pensado para edades comprendidas entre los 6-12 años pero puede extenderse a jóvenes y adultos. Se debe de llevar a cabo en vasos de poca profundidad y con la única ayuda de las tablas. Se utilizan los más avanzados del grupo para la iniciación de los principiantes. Se progresa en estilos en el siguiente orden: crol, espalda, braza, de lado, mariposa, introduciendo en todos los niveles los saltos.

7.5. MÉTODO "MANOS-PIES"

Desarrollado por *Silvia* como reacción a los métodos analíticos tradicionales. Las manos y los pies se corresponden neurológicamente con amplias áreas sensitivas y motoras del cuerpo humano, por lo que la autora de este método considera que deben ser los puntos más importantes en el comienzo del aprendizaje de las habilidades acuáticas.

Características del método:

1. **Tipo de enseñanza:** global.
2. **Progresión fundamental:** propulsión-respiración/flotación.
3. **Objetivo:** utilitario-educativo.

En este sistema los movimientos propulsivos de crol y espalda se introducen en las lecciones iniciales, realizando desplazamientos largos ya que el alumno no gasta energías para mantenerse al flote. Se utiliza con niños-as de cualquier edad y requieren edad y requieren una gran cantidad de material (flotadores, manguitos, tablas,...).

7.6. MÉTODO DE "CORLETT"

Propuesto por *Corlett* (1980) en Inglaterra.

Características del método:

1. **Tipo de enseñanza:** utilizada simultáneamente global y analítica.
2. **Progresión fundamental:** respiración-flotación-propulsión, aunque se intercalan ejercicios de cada habilidad.
3. **Objetivo:** utilitario, recreativo y competitivo.

Está orientado a niños-as de menos de cinco años, aunque se puede aplicar a cualquier edad. Propugna clases con madre e hijo-a, ayudando el educador-a las actividades desde fuera de la piscina. Habla también de la introversión como un factor que puede frenar la enseñanza de la natación. Se progresa en crol y espalda simultáneamente pudiendo, si el niño-a tiene la tendencia, a hacerlo en braza.

7.7. MÉTODO DE DEFOSSE

Este método propugna, después de 10 años de experiencia, el aprendizaje de la natación a través de situaciones de carácter global y que en ningún momento aborda separada-

mente los tres principios fundamentales de la natación, como son: flotación, propulsión y respiración.

- 1. Tipo de enseñanza:** global.
- 2. Progresión fundamental:** global con polarización de la atención.
- 3. Objetivo:** utilitario y educativo.

Los tres pasos fundamentales del método son: búsqueda de la libertad de movimientos, respiración-inmersión-flotación y el nado natural. Es un método en el cual el tiempo de aprendizaje no está limitado, utilizando para ello el aprendizaje mediante el ensayo-error y la transición de error fijos a apoyos inestables. Los materiales utilizados en su aprendizaje son: las perchas, las paredes de la piscina, las corcheras, es decir, los elementos materiales básicos y mínimos en una piscina.

7.8. MÉTODO DE LA ESCUELA DE NATACIÓN "LA ALMUDENA"

Desarrollado por *Fernando Navarro* desde el año 1977 hasta 1980. Se le da importancia al elemento propulsivo sobre todos los demás. La escuela estaba orientada para conseguir alumnos preparados para la natación y waterpolo.

Características del método:

- 1. Tipo de enseñanza:** método analítico progresivo con uso del global.
- 2. Progresión fundamental:** simultáneamente respiración/flotación/propulsión.
- 3. Objetivos:** utilitario-deportivo-recreativo.

Los niños comienzan el aprendizaje a los 4-5 años y la consecución de los objetivos llevada varios años. Se utiliza un vaso mixto. La iniciación se realiza en la parte no profunda de la piscina, con apneas y elementos de flotación, a excepción de las tablas.

7.9. MÉTODO DE PATRIK SCHMITT

- 1. Tipo de enseñanza:** método analítico progresivo con uso del global.
- 2. Progresión fundamental:** flotación/inmersión, equilibrio, respiración y propulsión.
- 3. Objetivo:** utilitario-deportivo-recreativo.

7.10. MÉTODO DE LA "ESCUELA MUNICIPAL DE NATACIÓN DE MADRID"

Desarrollado por el *Instituto Municipal de Deportes de Madrid*.

Características del método:

- 1. Tipo de enseñanza:** global-analítica-global y analítica-progresiva con intercalo de ejercicios globales.
- 2. Progresión fundamental:** progresa simultáneamente en respiración-

flotación-propulsión, aunque la propulsión sea la más trabajada en los primeros momentos de flotación.

3. Objetivos: utilitario y competitivo. A largo plazo también educativo.

El programa puede desarrollarse en vasos profundos y no profundos, y con ayuda de todo tipo de material auxiliar. Las edades van de 4-6 años hasta 14 años. Se progresa fundamentalmente en crol y espalda, pero si algún alumno tiende a la braza, se le desarrollará en la braza, cambiando incluso los tests específicos.

7.11. MÉTODO SEGÚN FERNANDO NAVARRO SOBRE LA ETAPA DE APRENDIZAJE

La etapa de aprendizaje abarca desde que el alumno parte de cero, hasta que resuelve satisfactoriamente las tres progresiones clásicas (Familiarización-Respiración-Propulsión).

Existen diversas opiniones sobre cuál debe ser el final de esta etapa. Para *Guilbert*, consiste en nadar 50 metros en una o dos pruebas; para *Menaud y Zins* a los 8 años el alumno debe nadar 50 m. libres con salida, a los 10 años 100 m. libres con salida y a los 12 años 200 m. libres con salida. Sin embargo, el problema no estriba, necesariamente, en la elección de una determinada prueba para justificar la culminación de esta etapa. Su finalidad es clara: el niño-a debe saber nadar.

Navarro dice que para poder decir que un niño-a sabe nadar, debe de haber alcanzado cuatro puntos:

- Cuando existe una completa familiarización con el agua.
- Cuando sabe respirar correctamente.
- Cuando realiza una distancia mínima de recorrido.
- Cuando sabe zambullirse.
- Pedagógicamente es necesario:
 - *Vencer el temor al agua:* cuando el alumno sepa flotar correctamente, deslizarse, tanto en posición ventral como dorsal, zambullirse sin temor al agua y respirar perfectamente.
 - *Buscar la coordinación de movimientos:* cuando el alumno coordine movimientos de los miembros superiores e inferiores, junto con la respiración y, más adelante, con el estilo completo.

7.12. MÉTODO DE AGNÉS MANTILÉRI

Mantiléri (1980) en "*Los niños y el agua*" propone la siguiente metodología:

- Pretenden que el niño sea feliz, autónomo, que este agusto en el agua.
- Que la experiencia del mundo acuático se realice sin tropiezo.
- Que éste descubrimiento, entre otros, sea motivo de expansión.
- Crear un ambiente de juego y de alegría.

- El profesor-a actúa como único animador-a.
- Existe un refuerzo de vigilancia, en el bordillo, por parte de los acompañantes, su ayuda individual, momentánea y ocasional, en el agua.
- La gran profundidad para el niño-a desde el principio.
- Material educativo: juguetes, soportes individuales, líneas de agua y varas limitando espacios a la medida de los alumnos-as.

El niño-a de escuela no viene a la piscina para aprender a nadar, pero a través de una situación atractiva donde la alegría debe caracterizar la cercanía del agua, puede afrontar libremente este elemento nuevo; en su esfuerzo muestra plenamente de lo que es capaz según su ritmo, y su sonrisa desde el primer momento, su interés en el juego son los signos de su éxito y el del enseñante.

Las etapas que propone son:

1. Juegos de manipulación del agua.
2. Desplazamientos en equilibrio vertical, en profundidad.
3. Inmersión total y respiración acuática.
4. Propulsión en posición horizontal.

7.13. MÉTODO DE JORDI CABANES

Para el programa de natación escolar establece unos contenidos teóricos a seguir:

- 3-4 años: familiarización.
- 4-6 años: descubrimiento de la flotabilidad.
- 5-6 años: primeros desplazamientos.
- A continuación una mejora de las habilidades acuáticas elementales.
- Diversidad de destrezas acuáticas y perfeccionamiento técnico.

Los criterios metodológicos que tiene en consideración son los siguientes:

- Crear un ambiente motivador.
- Proponer situaciones de enseñanza que inciten al exploramiento y al descubrimiento. No imponer nada.
- Potenciar aquellas situaciones que privilegien la propia iniciativa.
- Variedad en la actividad.

7.14. MÉTODO DE PEREZ

Pérez (1990), establece la siguiente metodología:

1. Flotación.
2. Respiración.
3. Propulsión.
4. Desplazamientos básicos.

5. Afirmación de Respiración-Flotación-Deslizamiento.
6. Saltos básicos.
7. Giros.
8. Equilibrios.
9. Lanzamientos, impactos, recepciones.
10. Arrastre.
11. Ritmo.

Dice que el trabajo en natación educativa es un proyecto a largo plazo que ha estado en letargo y tiene que despertar ya, proyecto que puede aportar nadadores; pero éstos deberán entrenar fuera de este programa, pues su objetivo no sólo debe ser ése sino también el aportar individuos que en general sean más capaces, con hábitos sanos, con interés por la actividad física, no sólo en un período corto de su vida sino a lo largo de ésta. El trabajo en natación educativa abre un amplísimo abanico de posibilidades didácticas, que enriquecerán al alumno y pueden hacer más atractivo el medio acuático para los profesores.

7.15. MÉTODO DE GASPAR DE MOLINA

Gaspar de Molina (1985), para la consecución de unos objetivos específicos, emplea la siguiente progresión pedagógica, en la que se enseña los correspondientes contenidos:

1. Respiración.
2. Flotación dinámica.
3. Desplazamientos elementales.
4. Flotación dinámica-estática vertical
5. Saltos básicos.
6. Giros.

7.16. MÉTODO DE J. L. VAQUERO

Vaquero (1985), establece una metodología en base a la flotación, respiración y propulsión. La progresión en el estudio de cada uno de estos variará según las referencias del profesor, la naturaleza del alumno-a y sobre todo el material de que se dispone, de ahí la importancia de este (piscina vaso profundo o no profundo, que hará que la escuela se divida en subniveles y que la progresión sea diferente).

Recomienda la siguiente metodología:

1. Propulsión.
2. Respiración.
3. Flotación.

Utiliza un método de enseñanza global-analítico-global si el profesor es experto, y un método analítico progresivo si es novel.

8. RECURSOS DIDÁCTICOS EN LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE 3 A 9 AÑOS

8.1. EL MATERIAL

8.1.1. LAS ALETAS, LAS GAFAS Y EL TUBO

“Facilitando las aletas, las gafas y los tubos, el niño puede empezar sin miedo, a la conquista de un mejor mundo acuático”

En una experiencia desarrollada en la Bretaña Francesa los niños-as se han beneficiado del uso de estos elementos tradicionales en actividades acuáticas en el mar, pero que han sido olvidados para su utilización en programas de aprendizaje. Dicho material se compartió con el uso de material mas tradicional en la enseñanza como son las planchas o corchos y los cinturones.

A partir de la observación y del análisis de sus comportamientos se han podido evidenciar las diferentes ventajas en el uso de este curioso material.

LAS GAFAS

Estas sirven de sostén y son colocadas muy rápidamente por los niños-as en contraposición con el uso de cinturones:

- Acceder a la parte profunda.
- Desplazarse eficazmente y sin fatiga sobre toda la superficie de baño.
- Respirar sin dificultad, ya que la cabeza emerge fácilmente del agua.
- Ponerse sobre la espalda.
- Mantener las manos libres para transportar cualquier objeto.

LAS GAFAS (cristal plastificado)

Los problemas de la inmersión son fácilmente resueltos con el uso de gafas para bucear:

- Ver claramente el fondo de la piscina.
- Evitar el contacto directo de los ojos con el agua.

EL TUBO DE RESPIRACIÓN

El uso de este material se convierte en un verdadero apasionamiento al principio del aprendizaje. De la observación los niños-as nos han enseñado que estos sirven para:

- Cerrar la boca.
- Jugar a los héroes, ocultándose y respirando como si fuera una caña.

- Hacer burbujas.

Por contra el uso de la técnica de la **“ballena”** (expulsar el agua en la superficie) requiere cierta habilidad, siendo muchos los que abandonan el uso del tubo y se centran solo en la utilización de las gafas y las aletas, confiando mas en su capacidad para la apnea.

Aunque no es el caso de este trabajo (3 a 9 años), su uso en adultos favorece:

- La relajación ventral sin contracción a nivel de cervicales.
- La oxigenación, al ser una respiración activa.
- La irrigación del cerebro por la posición de la cabeza.

Sin ser una panacea el uso de este material, es un buen recurso para la adquisición rápida de las capacidades necesarias (flotación, respiración y propulsión) para el desarrollo de las actividades acuáticas en estas edades.

8.1.1.1. CONSIDERACIONES DIDÁCTICAS PARA EL BUCEO

Proponer esta actividad sobre niños-as de 6 a 9 años presenta un doble interés según *Gauthier (1988)* sobre el plano pedagógico: de una parte es una actividad deportiva que va ha permitir a los niños-as modificar o adaptar sus conductas acuáticas hacia el hombre delfín y por otra es una actividad que en su futuro puede constituir un medio privilegiado para descubrir el ilimitado medio natural, el medio submarino. Por motivante e interesante que esta actividad parezca, hay que contemplar las contraindicaciones ligadas a su naturaleza, las cuales se muestran en el **cuadro 8**.

El imperativo pedagógico para el buceo subacuático es el de la seguridad, en cuanto al entorno, a la adaptación del material y al lugar donde se va ha desarrollar el buceo.

El material será necesario adaptarlo al peso, la talla y a las capacidades fisiológicas de los jóvenes nadadores. El volumen interno del tubo debe corresponder a la capacidad vital del niño-a para de esta forma, evitar que el agua ahogue al niño-a por falta de fuerza en la espiración.

El entorno en los jóvenes de 6 a 8 años la estructura familiar puede ser reemplazada por un monitor-a con el fin de suplir el doble rol educativo y técnico.

Para el lugar de buceo, se iniciará el trabajo de base en la piscina y para el descubrimiento del medio natural se buscará las profundidades o cuevas acordes a la poca profundidad característica de estas edades.

La iniciación seguirá los siguientes pasos: buceo libre en apnea, buceo libre con gafas, aletas y tubo, buceo con gafas, aletas, tubo y traje isotérmico y por último buceo con botellas.

Cuadro 8. Contraindicaciones del buceo subacuático.

FÍSICAS	MÉDICAS	AFECTIVAS
<p>La profundidad máxima por edad debe de estar controlada. Según <i>Pouliquen (1982)</i>: 3-4 años.....1 m. 4-5 años.....3 m. 6-8 años.....5 m. 8-9 años.....7 m. Según el <i>C.I.S.N.</i>: 6-8 años.....3 m. 8-9 años.....5 m.</p> <p>La duración estará limitada por los primeros síntomas de frío: labios amoratados, escalofríos.</p>	<p>Según el <i>Dr. Duvalet</i> el buceo subacuático entre grupos de niños-as de 6-9 años no contempla ningún carácter peligroso para aquellos que tengan una correcta aptitud física</p>	<p>Tienen relación con el carácter de aventura, ya sea a través de experiencias con los padres o en con sus educadores-as deben de hacerle contemplar este nuevo medio sin angustias, sin aprensiones y con conocimiento de los riesgos que conlleva.</p>

8.1.2. LA BAÑERA DE VIVIER

Algunos recursos didácticos deben permitir facilitar la observación de lo que ocurre debajo de la superficie del agua. Por ello, se puede tomar como ejemplo la bañera propuesta por *J. Vivier (1991)*.

En el **cuadro 9** se muestra que este artefacto, fruto de la imaginación, ofrece diferentes posibilidades tanto para el alumno-a como para el educador-a.

Cuadro 9. Posibilidades de la bañera de Vivier.

EL ALUMNO-A	EL EDUCADOR-A
Flotar en la superficie de la bañera como primera aproximación y reconocimiento de las profundidades	Abordar la inmersión bajo el aspecto visual
Relajarse en seco en situaciones de inmersión	Filmar o fotografiar las evoluciones subacuáticas sin aparatos especiales y sin protección
Observar las evoluciones de sus compañeros-as bajo el fondo.	Observar la buena ejecución de las consignas de aprendizaje (espiración, ojos abiertos,...)

8.1.3. EL MATERIAL COMO RECURSO DIDÁCTICO

Respecto al material, en un primer momento no nos centraremos en el material exclusivo del ámbito piscina, sino el programa de trabajo tiene que contar con un material familiar al niño-a en otros ámbitos donde normalmente se relaciona (casa, escuela,...). Así en los pro-

gramas incluiremos material no tradicional que nos facilitará el proceso familiarización y acomodación del niño-a al medio, cosa que favorecerá posteriores aprendizajes.

Incluso en trabajos donde el niño-a no halla tenido una relación anterior con la piscina, el hecho de utilizar material como globos, corchos, flotadores de playa, pelotas, etc., actuará como reclamo para entrar en el vaso de agua.

En relación al material de ayuda total con respecto a la enseñanza, deberemos evitar su uso en piscinas poco profundas, ya que planteará problemas posturales y de movimiento. Por ejemplo, la burbujita, obligará a desplazamientos en posición vertical, no contribuyendo a la adquisición del esquema corporal en el niño-a.

En piscinas profundas este tipo de material nos servirá para dar seguridad al niño-a y completar el proceso de familiarización, aunque no se utilizará en la totalidad de la sesión habituando al niño-a a una falsa autonomía.

Ramón *Palleja* en 1992, dice que el porcentaje de tiempo en la utilización de material didáctico difiere según la tarea propuesta y el nivel del alumno-a. El **cuadro 10** pretende relacionar los objetivos tradicionales de las actividades acuáticas y sus materiales más apropiados.

Dentro de la enseñanza acuática con material reciclado *Moreno y Gonzalez (1993)* contemplan como mínimo 2 objetivos esenciales, por un lado el objetivo **educativo** y por otro el objetivo **recreativo**. Ambos se complementan y es difícil entender el uno sin el otro, ya que la enseñanza de las actividades acuáticas va dirigida principalmente a niños-as, para los cuales el juego es una necesidad primaria, como muy bien nos dice *Jean Le Boulch* en uno de sus libros: "*Dejar jugar a los niños es una tarea esencial del educador*". El educador-a que sea capaz de educar jugando estará formando el binomio *educativo-recreativo* haciendo que desaparezca el límite entre ambos planteamientos.

Una forma fácil de llegar a la educación del alumno-a es mediante el juego, es preciso pues, ver en la actividad lúdica del niño-a la actividad creadora necesaria para la expresión de la personalidad y para la evolución de la imagen del cuerpo. Toma también un valor catártico, en la medida en que este soporte permite al niño-a liberarse de algunas de sus tensiones.

Se debe de evitar el animar los juegos de los niños-as, que consistiría en ejercer una presión sobre él, y con el juego de la identificación transformar el juego inventivo en juego imitativo. Por ello proponemos los **juegos modificados** como una forma de actividad que conciencia al niño-a de ella, le da confianza en él y por la cual el niño-a va a conocer mejor sus posibilidades y sus límites. Los juegos que actualmente se desarrollan en los centros de actividades acuáticas, en su gran mayoría, son deportes planteados de una forma exacta a los cuales realizan los adultos en las competiciones, estos son impuestos dando lugar a que el niño-a deba de aprender de una forma automatizada. No dando lugar a la libre decisión de acción. Los **juegos modificados** desembocan en dar una autonomía y una socialización al niño-a, condición más realista que da una buena relación con el desarrollo del niño-a.

Cuadro 10. Relación de las actividades acuáticas y sus materiales más apropiados

(Palleja, 1992).

CONTENIDOS	MATERIAL DIDÁCTICO
Familiarización	Perchas, espejos, gafas anticloro, pelotas, regaderas, mangueras, juguetes, tapices, gafas de buceo, circuito de superficie, elementos de color, anillas
Respiración	Pelotas de ping-pong, tubos, globos, flotadores hinchables, anillas
Flotación	Tapices circulares, picas, tapices rectangulares, circuitos de inmersión, manguitos, escaleras
Deslizamientos	Puntos de apoyo fijos y móviles, tapices, toboganes, cuerdas, elásticos
Propulsiones básicas	Tablas, pull-buoys, manoplas, guantes, aletas, tapices, anillas, elásticos
Saltos y caídas	Arneses, pelotas, aros, cuerdas, toboganes, neumáticos, colchonetas, balones grandes, poyetes, minitramp, trampolines, sillas, mesas
Giros	Manguitos, balones, corcheras, tapices, cámaras neumáticas
Equilibrio estático	Plataformas, sillas, mesas metálicas
Inmersiones	Pizarras acuáticas, bolígrafos acuáticos, espejos, perchas-barras, bastones, anillas, aros, circuito de inmersión, tubos, globos llenos de agua, monedas, piedras, plomos
Coordinación de estilos	Videos, dibujos, fotografías, posters
Lanzamientos y recepciones	Balones, dianas, red de voleibol, canastas de basquet, miniporterías de waterpolo, raquetas de plástico, palas, disco volador, tablas
Waterpolo	Balones de diferentes tamaños y pesos, miniporterías, gorros
Salvamento acuático	Muñecos de arrastre, muñeca de reanimación, aletas y anillas, tirantes de salvamento, balón de lanzamiento, salvavidas
Saltos de trampolín	Minitramp, banquetas, trampolín, cuerdas
Sincronizada	Altavoces subacuáticos, pinzas-nariz, palas
Natación con aletas	Aletas, monoaletas, gafas de buceo, tubo respirador, botellas

El modelo de juego modificado con material reciclado que concebimos, es un proyecto que debe de llevarse a la práctica a partir de ciertos principios generales, aplicables según los casos, y con la idea de que el profesor-a es un profesional que aporta nuevos conocimientos que van enriqueciendo la alternativa.

Los principios pedagógicos generales sobre los que nos basamos, y que conformarán las condiciones facilitadoras para la comprensión del juego con material reciclado y que podrá-

an verse modificados durante la práctica, son los enumerados por *Devís y Peiró (1992)*. Entre estos principios tenemos: *la modificación del material, la modificación del área de juego, principios tácticos de las principales formas de juegos deportivos, principios para la progresión de los juegos modificados, principios para la mejora de los juegos modificados, principios para el desarrollo de estrategias de comprensión y principios relacionados con la evaluación de los alumnos.*

Una de las características que debe reunir el material a "**reciclar**" es que no se deteriore con el agua y además que el agua no se estropee con el uso de éste, como ocurre con el hierro y no ocurre con el plástico. También hay que tener en cuenta que tenga un mantenimiento mínimo y que no sea peligroso para la enseñanza con niños-as, evitando salientes y aristas en ángulo, haciendo los cantos redondeados, etc.

A pesar de la gran importancia del material, debe saberse que siempre el material estará en función del planteamiento acuático, y del individuo, de manera que las actividades propuestas necesitarán un material, y no en base a un material disponible realizar unas actividades, cosa muy frecuente en algunos centros.

8.1.4. LA AMBIENTACIÓN

En la actualidad las instalaciones acuáticas, en líneas generales, adolecen de elementos que ambienten el desarrollo de los diferentes programas que en ella se llevan a cabo. Por ello sería aconsejable el buscar soluciones para que determinados programas tuvieran su entorno o ambientación que facilitara o elevara el grado de motivación a la práctica.

Aconsejamos una serie de elementos que pueden formar parte de la estructura ambiental cambiante de los programas:

- Murales.
- Dibujos realizados por los propios alumnos-as.
- Materiales hinchables, de carácter infantil, tanto grandes como pequeños.
- Plantas artificiales.
- Toboganes.
- Pizarras.
- Posters.
- Música.
- Pinturas de maquillaje.
- Etc.

8.2. LA EVALUACIÓN

8.2.1. CRITERIOS OBJETIVOS PARA UNA CORRECTA EVALUACIÓN

La evaluación debe de ofrecer una información clara del progreso realizado en cuatro marcos diferentes, según se muestra en el **cuadro 11**.

Cuadro 11. Información según el entorno.

ENTORNO	INFORMACIÓN NECESARIA
El niño-a	El niño-a debe tener una imagen de sus posibilidades en ese momento y que pueda guardarla mediante una prueba escrita o un dibujo
El profesor-a	Debe de constatar la progresión de su clase para tomar conciencia de la futura progresión
El coordinador técnico	Debe recoger información de todos los grupos para evaluar la organización y el contenido de las sesiones en función de los resultados estadísticos establecidos por la mayoría de éstos
Los padres	La evaluación les debe de conducir poco a poco a percibir la habilidad concreta que realizan sus niños-as en la piscina

8.3. LA INICIACIÓN

8.3.1. ORIENTACIONES DIDÁCTICAS ANTE EL DESCUBRIMIENTO DEL AGUA

El despertar de la sensibilidad se sitúa a tres niveles: a nivel sensorial, afectivo y social.

Según *Mantileri (1984)*, el niño-a responde de cuatro formas diferentes:

1. El niño-a está tranquilo y feliz en el agua.

- Ante estos niños-as las condiciones de los juegos y actividades serán adaptadas a sus posibilidades, siendo suficientemente motivadoras y respetando su espontaneidad y poder imaginativo.

2. El niño da pruebas de audacia en el agua.

- Ante estos niños-as que no tienen ninguna conciencia de las dificultades de los riesgos que conlleva este nuevo medio, se doblará la vigilancia respecto a ellos dándole la posibilidad de llevar libremente sus experiencias. Por otra parte, habrá que encontrar los medios para sosegarle: la entrada en el agua se realizará tranquilamente y el uso de posibles juguetes disipará la sorpresa del contacto del agua sobre su piel.

3. El niño pasivo e indolente.

- Aquellos niños-as con comportamiento menos creativo, aunque no teman al agua deberemos incitarlos a tomar iniciativas, a localizar y reaccionar respecto a una situación material rica (juguetes familiares flotantes y sumergidos, tapices,...), para que con ellos descubra el pedaleo, el equilibrio dorsal, etc. Es necesario vigilar las situaciones pasivas posteriores a la realización de pequeños saltos.

4. El niño que manifiesta ciertas reticencias.

- Aquellos niños-as que denotan dificultades de adaptación al medio tanto sensitivas como emotivas. Es necesario mostrar mucha tranquilidad y ternura para con ellos, pero también firmeza, intentando que el juego sea lo más cautivador posible.
- Cuando el niño-a rechaza al educador solo la intervención maternal y dinámica de éste, podrá desatar sus conflictos, incentivando el juego. Por otro lado habrá que evitar la precipitación y la excitación (hay que tomarse el tiempo necesario para hacer nacer la sonrisa y el deseo de juego).
- En la edad de la admiración es importante actuar siempre de manera que no se provoque ningún llanto en la piscina,..., sino la alegría. Cuando el niño-a se encuentra con problemas ante una situación nueva habrá que: ser muy paciente (que nuestros esquemas de pensamiento no sustituya a los suyos), descubrir sus verdaderas necesidades, sus deseos, comprender lo que ellos sienten, favorecer los juegos de agua sobre el bordillo, imaginar un marco atractivo que estimule al niño-a, proponer actividades a su medida.

El niño-a debe sentirse libre de jugar o no: es el dinamismo del grupo el que le anima.

Indicaciones para niños-as de 3 a 4 años:

- El educador-a debe crear un clima muy sugerente.
- Proponer siempre situaciones de carácter lúdico.
- Facilitar el conocimiento de su cuerpo.
- Enseñarle a tomar confianza en sí mismo.
- Motivarle e investigar en el nuevo medio.
- Es necesario tener paciencia.
- Observar las adaptaciones y reacciones del niño-a.

8.3.1.1. CRITERIOS QUE ORIENTAN AL EDUCADOR-A EN EL DESARROLLO DE SU LABOR

Según *Jordi Cabanes (1992)*, una orientación para los educadores-as pueden ser:

- Establecimiento de relaciones afectivas y de mutua confianza con los alumnos-as.
- Conocimiento individualizado de los niños-as, especialmente del bagaje previo de las experiencias tenidas en el agua.

- Papel activo del educador de actividades acuáticas como animador y estimulador del grupo y de cada niño-a en particular.
- Tener cuidado con ajustar el lenguaje en función del nivel de comprensión de los niños-as, especialmente cuando este se refiere a los conceptos y a las percepciones.
- Procurar que cada uno de los niños-as, según su ritmo, desarrolle la madurez suficiente para asumir la responsabilidad del trabajo en un contexto lúdico.
- Valorar el trabajo que hace cada niño-a y no nada más la calidad del mismo, sino el sentido que cada uno de ellos le da.
- Procurar contribuir a un buen desarrollo global del niño-a.

8.3.1.2. CRITERIOS METODOLÓGICOS DE SITUACIÓN DE ENSEÑANZA

Según *Jordi Cabanes (1992)*, son los siguientes:

- Crear un ambiente motivador en el que el niño-a se pueda ubicar fácilmente en el espacio mediante las referencias necesarias y garantizar al mismo tiempo la seguridad: utilizar abundante material auxiliar de flotación, pero rehuyendo siempre de su dependencia.
- Proponer situaciones de enseñanza que inciten a la exploración y al descubrimiento. No imponer.
- Privilegiar aquellas situaciones que favorezcan la percepción de uno mismo y del entorno. El desarrollo de las percepciones ha de basarse fundamentalmente en vivencias, fruto de acciones realizadas de forma espontánea: durante éste período, el énfasis de toda la tarea se enfocará en desarrollar la capacidad de la percepción de uno mismo respecto a un entorno dinámico.

8.3.2. RECURSOS FRENTE A LOS CASOS DIFÍCILES

C. Bertrand en 1989 propone las siguientes actuaciones frente a posibles problemas en la práctica acuática:

Multiplicación de juegos: el niño-a debe de experimentar sus primeras sensaciones a través del juego y del placer en el agua poco profunda.

Contacto de las partes sensibles con el agua: el educador-a actuará imitando y demostrando las mismas sensaciones que perciba el alumno-a, para que de esta forma el alumno-a se identifique con su educador-a como un compañero.

La apnea: el trabajo de inspiración en la apnea y la prolongación del tiempo de apnea es necesario para que el alumno-a analice sus sensaciones de forma relajada dentro del agua.

El equilibrio en apnea: los pasos a seguir serán: equilibrio sobre las dos manos del educador-a, equilibrio sobre una mano y sobre una tabla.

Según *Chorring, J. y otros (1989)* proponen para aquellos niños-as cuya coordinación motriz es aún insuficiente, situaciones que les permitan el descubrimiento de soluciones respiratorias y motrices cada vez más adaptadas. Citamos algunos ejemplos de situaciones propuestas:

Investigación de zonas más profundas con ayuda:

- Descenso por la percha (o palo).
- Descenso por la escalera.

Investigación de zonas muy profundas sin ayuda:

- Búsqueda de objetos colocados en la profundidad.
- Paso por el interior de aros. Las inmersiones pueden acompañarse de espiración activa, pidiendo a los niños-as que "hagan burbujas". Los retornos al borde de la piscina pueden hacerse en posición ventral o dorsal, con acción de los brazos, de las piernas, o de ambos.

Introducir primeramente la cabeza dentro del agua (en las zambullidas):

- Correr sobre el tapiz grande, pasar por debajo de una barra puesta sobre el agua.
- Para ayudar al niño-a a zambullir en primer lugar la cabeza es necesario mostrarle un aro, a través del cual se le pide que pase. Esto evita explicaciones verbales casi siempre inútiles en esta edad. Paulatinamente, el aro puede reemplazarse por el dibujo del mismo sobre la superficie del agua que materializa para el niño-a el obstáculo a superar.

8.3.3. RECURSOS DIDÁCTICOS PARA MEJORAR EL DESLIZAMIENTO

El deslizamiento lo podemos considerar como un elemento de aprendizaje esencial para el dominio en el medio acuático. Éste permite combinar la inmersión con el control respiratorio, con el equilibrio horizontal y la propulsión, que son los principios fundamentales de la técnica. Desde este prisma en el **cuadro 12** ofrecemos una serie de consejos y relaciones con el fin de optimizarlos.

8.4. EL ESPACIO Y EL TIEMPO

8.4.1. EL ESPACIO

La utilización del espacio, a veces único y otras veces compartido, puede limitar la consecución de algunos objetivos que los educadores-as se proponen. Para ello es necesario tener claro algunos principios en la organización, que llevarán a buen fin la optimización de nuestros recursos, en este caso: el espacio.

Cuadro 12. Optimización de los deslizamientos.

EL DESLIZAMIENTO DORSAL	EL DESLIZAMIENTO VENTRAL
PARA MEJORAR LA FLOTACIÓN Y LA RESPIRACIÓN	
La espalda hundida Orejas sumergidas Ojos mirando al techo Las manos a lo largo de los mulos y las palmas orientadas hacia el fondo	Meter la cabeza sobre los hombros antes de realizar el impulso Soplar en el agua durante la duración del deslizamiento
PARA MEJORAR LA POSICIÓN	
Deslizamientos laterales a ambos lados desde deslizamientos ventrales Deslizamientos con variaciones en la posición de brazos	Trabajar en primer lugar con una tabla Pasar de agrupaciones agrupadas a extendidas Tomar conciencia de la posición de las manos sobre el agua
ERRORES A CORREGIR	
Evitar las posiciones de contracción muscular excesiva, sobre todo de la cabeza, de una posición de extensión/flexión muy acentuada Ojos cerrados Respiración bloqueada	
VARIABLES	
Con tabla en la nuca Con tabla en los muslos Con tabla por detrás de la cabeza	Deslizamiento ventral con tabla Deslizamiento inverso Deslizamiento ventral profundo
PROPULSIÓN DE PIERNAS	
BATIDOS ALTERNATIVOS	
Mismas características que las del deslizamiento ventral, teniendo como ventaja que la posición dorsal favorece la percepción del movimiento	Los pies orientados al interior El batido se efectúa sobre el agua y sin brusquedades La eficacia pasa por la amplitud óptima y asociarla al mantenimiento del ritmo El batido simultáneo en deslizamiento ventral, dorsal y lateral
ERRORES A CORREGIR	
Piernas muy contraídas Demasiada flexión a nivel de las rodillas Provocar mucha espuma	

Aconsejamos cambiar periódicamente la disposición (cada 4-5 sesiones como máximo) a fin de:

- Mantener los nuevos objetivos de la sesión.
- Evitar la repetición y los peligros del "dejar hacer".
- Empobrecer el campo de experimentación del alumno-a.
- Conseguir variedad en la repetición.
- Responder a la necesidad de todos.

También se aconseja prever, durante el desarrollo de una sesión, un cambio de lugar de trabajo. Una buena organización se establece en función del número de grupo de trabajo, del número de alumnos-as y de la configuración de la piscina. Ello permite mejorar la calidad de la enseñanza y las condiciones de seguridad.

8.4.2. EL TIEMPO

Según *Jordi Cabanes (1992)*, la estructura de una sesión ha de tener en cuenta la siguiente estructura, aunque sin llegar a planteamientos cerrados:

- 5/10 minutos, situación en el espacio de trabajo y explicación del trabajo de la sesión.
- 10/15 minutos, trabajo de la actividad principal de la sesión.
- 20 minutos, experimentar/reafirmar el trabajo principal de la sesión. Máxima actividad.
- 5/10 minutos, relajación/vuelta a la calma. Recogida de material. Normas de higiene.

8.5. EL JUEGO

El juego factor determinante de desarrollo en el niño-a, representa uno de los principales medios de aprendizaje hasta un nivel avanzado de la escolaridad. Para facilitar su uso pedagógico, en el medio acuático podemos contemplar un modelo de enseñanza basado sobre la noción de abierto-cerrado de los contenidos y de las formas de los juegos.

Los juegos en el agua presentan un cierto número de factores específicos (profundidad, frío, miedo,...) que no constituyen sin embargo un freno para su práctica en la mayoría de los casos. Estos juegos pueden facilitar la realización de variados objetivos pedagógicos centrados, en primer lugar sobre la mejora de su confianza en el agua, ¿pero el juego, le puede enseñar?. En efecto, se puede pensar que las condiciones estructurales son presentadas (baño adaptado a la profundidad, aparejos, materiales, compañeros de juego,...) le desarrollan las capacidades psicomotrices solicitadas y van a conseguirse espontáneamente con el tiempo. Siempre confrontando a las exigencias de efectividad y de rentabilidad, la enseñanza no puede a menudo "dejar actuar libremente" y puede inducir a dirigir más que lo necesario la actividad lúdica de los niños-as.

Hemos tomado como modelo la clasificación de juegos de *Jorgen Christensen* (abierto y cerrado) para poder aportar un recurso eficaz para la enseñanza, especialmente en lo que concierne a los juegos en el agua.

El modelo de juegos abiertos y cerrados

El juego debe ser definido en función de tres criterios: el punto de partida (explicación y contenido del juego, material a utilizar,...), el desarrollo (los procedimientos, las actitudes pedagógicas adaptadas durante el juego, número de alumnos-as, duración del juego) y el resultado (es el producto obtenido por los alumnos-as fruto del juego).

Cada uno de los elementos anteriores puede estar definido por el educador-a al principio del juego o por el contrario puede dejarlo de forma abierta. De esta forma existen numerosas posibilidades o combinaciones de los diferentes elementos que se pueden agrupar en cuatro categorías principales, ya sea en función del contenido de la enseñanza o en la forma que se desarrolle. Los cuatro principales tipos de juego están ilustrados a través del **cuadro 13**.

Cuadro 13. Principales tipos de juego (Jorgen Christensen, 1987).

	FORMAS	CONTENIDOS
1	Forma cerrada	Contenido cerrado
2	Forma abierta	Contenido cerrado
3	Forma cerrada	Contenido abierto
4	Forma abierta	Contenido abierto

La utilización de cada uno de estos tipos de juegos dependerá en última instancia de la concepción del rol que quiera desempeñar el educador-a. En el **cuadro 14** quedan reflejadas las características de cada uno de ellos y algunos ejemplos.

8.6. LA CONSTRUCCIÓN DE EJERCICIOS

Muchas veces caemos en el error a lo largo de nuestras clases en la reiteración de los ejercicios, sin darnos cuenta de que esta monotonía puede desmotivar al alumno-a hacia el aprendizaje de las actividades acuáticas. Para ello proponemos la construcción de unas tablas en las que deberemos de relacionar los ejercicios que son constantes en nuestra enseñanza, con las posibles variables que pueden modificarlos. Es el propio profesor-a el que debe de construir sus propias combinaciones, para que de una forma gráfica pueda adaptar de forma variable los ejercicios que aplicará a en el desarrollo de sus sesiones.

A modo de ejemplo en el **cuadro 15** y **16** presentamos dos formas para construir los ejercicios.

Cuadro 14. Características de los juegos. Adaptado de Jorgen Christensen, 1987.

TIPOS DE JUEGO	DESCRIPCIÓN	EJEMPLOS DE JUEGOS
Forma cerrada Contenido cerrado	Este tipo de juego se utilizaría cuando el educador-a quiere controlar todos los aspectos del desarrollo, es decir, las actitudes, los procedimientos, los objetivos pedagógicos,...	Juegos con prisionero Juegos de cerco Juegos de relevos Juegos con balón
Forma abierta Contenido cerrado	El contenido cerrado corresponde a la propuesta del profesor-a de juegos con o sin material y la forma estará fijada por el mismo grupo y éste determinará las siguientes variantes: el tipo de trabajo (individual o colectivo), el tamaño del grupo, la duración de la actividad, la estabilidad de los grupos (fijos o variables), el feedback dado o no a los niños, y la posibilidad de intervenir para introducir cambios. En la práctica se podría aplicar confeccionando dos listas de juegos enumeradas, con o sin material, en las que el alumno-a al azar mediante unos dados seleccionará el juego a desarrollar.	Juegos con material Juegos sin material
Forma abierta Contenido abierto	Consiste en establecer una serie de circuitos en los que determinamos el uso del material, el número de participantes, es decir, la forma de trabajo está fijada, los alumnos-as se reparten en varios grupos y el tiempo de duración está también fijado. Este circuito lo debe revisar el educador-a mediante el feedback.	Juegos en forma de circuitos
Forma cerrada Contenido abierto	En función del carácter abierto de esta propuesta de juego, el educador-a solo deberá considerar o proponer aspectos en cuanto a la duración del juego e indicar las reglas de seguridad.	Juegos libres

Cuadro 15. Modelo propuesto por la ENE, para la elaboración de propulsiones básicas.

POSICIÓN DEL CUERPO	FUENTE PROPULSIVA	COORDINACIÓN DE LOS SEGMENTOS	RESPIRACIÓN
Ventral Lateral Dorsal	Piernas Brazos Piernas + Brazos	Movimientos alternativos Movimientos simultáneos	Libre Coordinada (Elemental)

Cuadro 16. Modelo propuesto por Nataf (1989) y adaptado por Moreno y Tella (1994), para la elaboración de ejercicios relacionados con las propulsiones específicas.

	POSICIÓN	DIRECCIÓN	SEGMENTOS	TIEMPO	ESPACIO	DISTANCIA	RITMO	PROFUNDO	REPETICIÓN	MATERIAL
CROL	Horizontal	Delante	Brazos	Cronómetro	Circular	12.5	Rápido	Superficie	Series	Pull-buoy
	Vertical	Atrás	Antebrazo	de pared	Cuadrado	25	Lento	2 m.	Repeticiones	Palas
BRAZA	Oblicuo	Izquierda	Piernas	Cronómetro	Rectangular	50	Progresivo	4 m.		Aletas
	Lateral	Derecha	Cabeza	de pulsera	Cerrado	...	Regresivo	...		Lastres
ESPALDA		Cambios de dirección	Manos	Entrenador	Abierto		Cambios de ritmo			Mallas
MARIPOSA			Pies				Música			Elásticos
			Tronco				Compañero			Tablas
SALTOS	Carpada	Delante	Pies	Sin control	Cerrado	Altura	Rápido	0,30 m.	Series	Aros
	Extendida	Atrás	Cabeza	Con control	Abierto	Longitud	Lento	1 m.	Repeticiones	Cuerdas
	Ventral	Lateral	Manos	Tiempo de despegue			Explosivo	2 m.		
	Dorsal		...	Tiempo de vuelo				3 m.		

8.7. LAS HABILIDADES EXPRESIVAS DEL EDUCADOR-A

Las expresividad es una característica del ser humano cuyo efecto se refleja fundamentalmente en la comunicación con sus semejantes. Se pueden considerar cuatro factores básicos que van a comprender el hecho expresivo (*Antolín, 1993*): perceptividad, sensibilidad, expresividad y creatividad.

Los conceptos que debería trabajar el educador-a para una mejor comunicación son los siguientes:

- 1. El cuerpo:** como ente perceptivo/perceptible, como ente sensible a los problemas, a la realidad, como núcleo de identidad, como medio de expresión, de comunicación, de relación y como centro de sensaciones cinestésicas. Generador de energía, imaginación y fantasía.
- 2. La voz y el sonido:** trabajar los parámetros básicos como son la duración, altura, intensidad, timbre, el silencio.
- 3. La puesta en acción:** el tema, la situación, los medios (estímulos), las formas de trabajo, el espacio, el tiempo, el decorado y la estructura grupal.
- 4. La dinámica de grupo:** la relación espontánea, los sentimientos básicos, la relación normal, la relación emocional, modificaciones y cambios de conducta, el caos.

8.8. EL MIEDO, LA RESPIRACIÓN, EL EQUILIBRIO Y LA ACTUACIÓN DEL EDUCADOR-A EN NIÑOS DE 3 A 9 AÑOS

Según *Vasconcelos (1981)*, se pueden abordar los intereses y algunas particularidades como el miedo, la respiración, el equilibrio y la actuación del educador-a, así como algunas observaciones que sirvan para diferenciar los planteamientos didácticos en estos dos grupos de edad.

Miedo. Generalmente se produce en los niños-as ante la aparición de grandes espacios, entre los 3 y 5 años. Como consecuencia, se debe iniciar la enseñanza preferentemente en espacios reducidos o piscinas pequeñas. En niños de 6 a 9 años aparece el miedo a la profundidad en detrimento del miedo a los grandes espacios.

La respiración. Existe en los niños de 3 a 5 años una tendencia a elevar la cabeza al introducir al niño-a en el agua, y una cierta inhibición en introducir la cara. A partir de los 6 años una vez superada esta etapa, deja de existir el problema de la respiración.

El equilibrio estático. En la edad de 3 a 5 años se evita perder la posición vertical, sobre todo en lo que se refiere a los apoyos sólidos (suelo de la piscina). Pueden sentarse o tumbarse pero siempre con apoyos. A partir de los 6 años el cambio a una posición horizontal se acerca mejor mediante ejercicios dinámicos que estáticos.

El equilibrio dinámico. Las primeras edades dan lugar a una participación de los niños-as en una actividad que se solicite equilibrio dinámico, siempre que se respete su posición vertical (bípeda). Más tarde acepta los ejercicios de deslizamiento ventral, dorsal, etc. Solo cuando tiene la certeza de poder regresar a la posición vertical, el niño-a se aventura en su deslizamiento preferido.

Actuación del educador-a. Las palabras del educador-a al principio son casi inútiles. Lo más importante es crear una situación de confianza y seguridad. El profesor-a debe guiar la enseñanza de manera que los niños-as se vayan adaptando progresivamente al agua en la cara, los ojos, etc. Así mismo, se deberán explorar aquellas situaciones que exijan una respuesta de movimiento partiendo de posición vertical, sentados o tumbados, procurando que las soluciones partan del propio alumno-a a modo de resolución de problemas. A partir de los 6 años el profesor-a observará que el niño-a se sumerge en el agua totalmente, debe explorar la situación de inmersión completa a través de saltos e inmersiones en apnea. El lenguaje debe ser claro y objetivo.

9. BIBLIOGRAFÍA

- Antolín, L. (1993). *Habilidades expresivas*. Valencia: IVEF.
- Bertrand, C. (1989). Le "cas difficile" un faux problème. *Reveu E.P.S.*, 42,14-15.
- Counsilman, J. (1990). *La natación*. Hispano Europea, 6ª Edición. Barcelona.
- Défossé, G. (1992). Regarde, maitresse, je nage. *Reveu E.P.S.*, 56, 7-9.
- De Lanuza, F. y Torres, A. (1989). *1060 ejercicios y juegos de natación*. Paidotribo. Barcelona.
- Delgado, G. (1985). Actividad fisio-motriz de 8 a 11 años. En *Congreso técnico de natción*. Vigo, 5-65.
- Devís, J. y Peiró, C. (1992). *Nuevas Perspectivas Curriculares en Educación Física: La Salud y Los Juegos Modificados*. Inde. Barcelona

- Eichelbrenner, D. y Helion, P. (1990). Couler por mieux nager. *Reveu E.P.S.*, 47, 30-33.
- García, V. (1981). *Educación personalizada*. Madrid: Ediciones Rialp.
- Gauthier, J.J. (1988). La plongee pour enfants. *Reveu E.P.S.*, 212, 67-69.
- Jimeno, J. (1981). *Teoría de la enseñanza y desarrollo del currículo*. Anaya
- Gómez, J.J. (1992). El material en las actividades acuáticas (1ª parte). *En Comunicaciones técnicas*, 5, 33-59.
- Gómez, J.J. (1992). El material en las actividades acuáticas (2ª parte). *En Comunicaciones técnicas*, 6, 5-32.
- Guerrero, R. (1991). *Guía de las actividades acuáticas*. Paidotribo. Barcelona.
- Jóven, A. (1990). Realidad y expectativas de la natación educativa. Una aproximación práctica. *Apunts*, 21, 11-16..
- Lavalee, M. (1973). *Paradigmes d'éducation et de l'enseignement*. Montréal: G.R.E.C.
- Le BolchH, J. (1983). *El desarrollo psicomotor desde el nacimiento a los 6 años*. Doñate. Madrid.
- Lüders, K. (1990). Jeux dans l'ea u. *Revue E.P.S.* 221, 23-25. Paris
- Maglisco, E. (1990). *Nadar más rápido*. Hispano Europea, 2ª Edición. Barcelona.
- Mantileri A. (1984). *Los niños y el agua. Actividades lúdicas en piscina*. Madrid: Narcea.
- Mattig, U. (1972). *Posición y función del profesor de educación física en el sistema profesor-alumno*. Madrid: Novedades del INEF.
- M.E.C. (1989). *Diseño curricular base: Educación Primaria*. Madrid: M.E.C.
- Mestre, J.; Año, V.; Campos, J.; Ferriol, A. y Pascual, C. (1982). *La educación física escolar*. Valladolid: Miñon.
- Mosstom, M. (1978). *La enseñanza de la educación física. Del comando al descubrimiento*. Buenos Aires: Paidós.
- Nataf, V. (1989). Construire ses exercices. *Reveu E.P.S.*, 50, 218. Paris
- Nerici, I.G. (1973). *Hacia una didáctica general dinámica*. Buenos Aires: Capelusz. 10ª Edición.
- Palleja, R. (1992). Finalidad utilitaria de las actividades acuáticas. En la IV mesa técnica de natació. *Curs d'activitats acuàtiques especialitzades*. Vila-real: Servei municipal d'esports.
- Palleja, R. y Cabanas, J. (1991). Modelos higiénicos educativos. *En II congreso de actividades acuáticas*. SEAE. Barcelona.
- Pieron, M. (1988). *Didáctica de las actividades físicas y deportivas*. Madrid: Gymnos.
- Pila, A. (1981). *Educación físico-deportiva*. Madrid: Pila Teleña.
- Rosell, J. (1992). *Programa de natación escolar*. En *Curs D'activitats aquàtiques especialitzades*. Villareal, 39-53.
- Sánchez, F. (1986). *Didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid: Gymnos.
- Sánchez, F. (1989). *Base para una didáctica de la educación física y el deporte*. Gymnos. Madrid.
- Vaquero, J.L. (1985). Planificación de una escuela de natación. *En Congreso técnico de natación*. Vigo, 69-81.
- Vassconcelos, A.J. (1978). *O ensino de natação*. Lisboa: ISEF.
- Vivier, J. (1989). Natation: initiative a la piscine de bain de Bretagne. *Revue E.P.S.*, 220, 21.
- Vivier, J.; Dindault, C. ; Collart, J.; Hervé, P. (1988). Le test Arc-En-Ciel. *Reveu E.P.S.*, 40, 15-17.

Recursos Didácticos en las Actividades Acuáticas

- Vivier, J. (1991). L'astuce du professeur flotte. *Reveu E.P.S.*, 51, 23. París.
- Vonhausen, G. (1975). Aspectos pedagógicos y psicológicos de la natación para principiantes. En *Praxis der Leibesübungen*, 06. Madrid: Traducido INEF.