

## JUEGOS ACUÁTICOS PARA LA INICIACION DEPORTIVA

Opción: Propuesta Innovación/Mejora



TUTOR ACADÉMICO: JUAN ANTONIO MORENO MURCIA



CENTROS TFG:

- Gimnasio Novel Olimpia (Novelda)
- Piscina Municipal de Monóvar (Monóvar)



ALUMNO: MANUEL PEREZ LIMORTI



## INDICE PAGINADO

---

<b>1. Contextualización.....</b>	<b>3</b>
<b>1.1 Ubicación del Centro y análisis del contexto socio-cultural.....</b>	<b>3</b>
<b>1.2 Finalidades del centro y actividades que desarrolla.....</b>	<b>3</b>
<b>1.3 Instalaciones y recursos materiales disponibles.....</b>	<b>4</b>
<b>1.4 Características de los deportistas/usuarios del centro.....</b>	<b>5</b>
<b>1.5 Otros datos de interés.....</b>	<b>5</b>
<b>2. Revisión Bibliográfica.....</b>	<b>6</b>
<b>3. Intervención.....</b>	<b>9</b>
<b>4. Conclusiones.....</b>	<b>14</b>
<b>5. Bibliografía.....</b>	<b>16</b>
<b>6. Anexos.....</b>	<b>17</b>

## 1. CONTEXTUALIZACIÓN

### 1.1 Ubicación del centro y análisis del contexto socio-cultural.



La propuesta de intervención, innovación/mejora se llevó a cabo en dos piscinas climatizadas en las cuales ocupó mi labor profesional como monitor y entrenador de natación desde hace varios años. Una de ellas está situada en la localidad de Novelda, (foto de la izquierda), que cuenta con una población de 30000 habitantes, y pertenece a un gimnasio privado, el Gimnasio Novel Olimpia, el cual está situado en un barrio humilde y obrero de la localidad, como es el barrio de la Cruz.

Y la otra piscina (foto abajo a la derecha) donde desempeñe esta intervención está ubicada en la población de Monóvar, una localidad con alrededor de 13000 habitantes, siendo esta piscina municipal aunque la gestiona una empresa privada. Ubicada en el complejo deportivo de la población, junto a los pabellones y campos de fútbol.

### 1.2 Finalidades del centro y actividades que desarrolla.

Ambos centros, que al margen de la piscina climatizada cuentan con actividades de sala, tienen unos objetivos primordiales, que en ambos casos son comunes, como es el hecho de dar un servicio de salud y wellness principalmente a los habitantes de su municipio. Siendo instalaciones referentes cada uno de ellos en su localidad pues son las únicas piscinas climatizadas que existen en cada municipio en la actualidad.



En cuanto a las actividades de sala que ofertan, ambas instalaciones coinciden en las principales actividades dirigidas que alberga cualquier centro deportivo que pretende captar un gran número de clientes con diferentes objetivos, como son Spinning, Aeróbic, Zumba, Pilates, GAP, entre otras.

Y por lo que respecta a las actividades individuales, los clientes de ambos centros pueden hacer uso de su sala de musculación donde reciben asesoramiento y planificaciones para mejorar sus objetivos a nivel de fuerza y de condición aeróbica.

Pero si nos referimos a las actividades que ofrece su zona más destacada y la que tiene más trascendencia en este trabajo, como es la piscina, entonces nos encontraremos que en ambos centros deportivos cuentan con cursos para embarazadas, cursos de bebés, cursos de iniciación y perfeccionamiento para niños y adultos, aquagym, cursos de natación adaptada, además de poder practicar en ambas instalaciones el nado libre.

### 1.3 Instalaciones y recursos materiales disponibles en la actualidad.

Si nos referimos al Gimnasio Novel Olimpia, cuando abrió sus puertas allá por noviembre del año 1999, resultó ser uno de los primeros centros deportivos de la comarca del medio Vinalopó (incluye Elda, Petrer, Novelda, Monóvar, Aspe) en apostar por algo más que un gimnasio de actividades colectivas, pues el hecho de incluir una piscina climatizada entre sus servicios le diferenció del resto y sin saberlo en aquel momento, le convirtió en ser uno de los primeros centros que hasta hoy siguen la tendencia de un concepto de moda como es el wellness y salud, donde estos centros se han abierto a todo el público, incrementando así sus clientes potenciales al contar entre sus servicios con el de la zona de piscina, algo que en la actualidad es requisito indispensable si se quiere apostar por un servicio de calidad y salud.



Por ello, el Gimnasio Novel Olimpia decidió apostar por una zona de agua, siendo las dimensiones de su piscina de 25x8m, y con una característica que la hace atractiva para mucha gente, como es el hecho de no ser profunda, pues en un extremo mide 1.40 mientras que en el otro lado mide 1m. Siendo este hecho a mi parecer lo que la convierte en una piscina idónea para la enseñanza de los cursos de natación principalmente para niños, al permitir a los monitores hacer pie y poder facilitarles su trabajo.

Otras características a destacar de la instalación del Gimnasio Novel Olimpia serían por un lado aquellas relacionadas con el relax y bienestar que proporcionan tanto los hidromasajes, sauna y terma, y aquellas relacionadas con las zonas donde se desarrollan otras actividades, como es el caso de su amplio tatami, lugar que da cabida a otras actividades interesantes como el karate o el Muay Thai ,tanto infantil como para adultos, y la amplia zona de su sala de musculación, con máquinas de todo tipo para trabajar todos los músculos.

En cuanto a la instalación de la Piscina municipal de Monóvar, cuenta con su zona destacada como es la piscina de 25x16,5m, con una importante profundidad al contar en un extremo cerca de 2m (pues ahí están situados los poyetes de salida), mientras que en el otro extremo menos profundo alberga una altura de 1.40m aproximadamente. Y al ser esta piscina de reciente construcción, año 2008, cuenta con dos zonas más de agua, una piscina pequeña (foto de la derecha) con unas temperaturas más cálidas que la piscina de 25m, que alberga principalmente cursos de bebés y clases de aquagym, pero también da servicio a gente con movilidad reducida, y una zona de spa que incluye todo tipo de hidromasajes, desde camas de agua hasta las más habituales como las cascadas y chorros.



Y al margen de sus zonas de agua, este gimnasio destaca también por tener una zona destinada al bienestar como es su sauna y terma, así como otra zona centrada en mejorar la condición física como es la amplia zona de musculación, con sus habituales máquinas cardiovasculares y para tonificar los músculos.

#### **1.4 Características de los deportistas/usuarios que asisten al centro.**

Ambos centros han sabido adaptarse a las nuevas corrientes de salud que demanda la sociedad, por lo cual, estos centros deportivos que antiguamente estaban solicitados principalmente por deportistas, ahora albergan a todo tipo de población, desde bebés que acuden con sus padres para tener sus primeras experiencias acuáticas, hasta ancianos que acuden para darse un baño o recibir los chorros del hidromasaje y así mejorar su bienestar.



Y es por ello que en los dos centros nos podemos encontrar clientes de perfiles similares, como son mujeres embarazadas, bebés, niños que acuden ya sea atraídos por sus cursos de natación o por convenios realizados con los colegios de sus poblaciones para realizar una clase semanal de natación en el horario de sus clases de Educación Física, y adolescentes y adultos que acuden tanto a la zona de la piscina como a la zona de actividades y musculación.

Entre los adolescentes y adultos que asisten a las actividades acuáticas, encontramos dos grandes perfiles, el perfil que acude por recomendación médica al presentar dolencias musculares principalmente de tipo paravertebral, y el perfil de clientes que simplemente busca aprender y pasar un rato divertido y de esparcimiento, ya sea a través de los cursos de natación como de los cursos de aquagym.

También es relevante destacar el número de asociaciones que en ambas poblaciones acuden a la piscina para mejorar su estado de salud, siendo el caso de asociaciones de fibromialgia, asociaciones contra el cáncer, o asociaciones de discapacitados.

Pero también encontramos en ambas instalaciones otras asociaciones que buscan un objetivo más de rendimiento o mejora de la condición física, como son los clubes de triatlón y clubes de natación, que incluyen entre sus socios tanto a niños como adultos.

#### **1.5 Otros datos de interés.**

Alrededor de las piscinas siempre gira el fantasma del cartel de cierre de la instalación, pues la gran mayoría no son sostenibles al ser en gran parte de los casos deficitarias, y si no cuentan con subvenciones muchas de ellas acaban en número rojos lo que les obliga a cerrar.

Afortunadamente, en el horizonte más cercano no se vislumbra que ambas instalaciones estén condenadas hacia ese futuro, pero echando la mirada unos años atrás, los dos centros deportivos estuvieron en horas bajas, lo que hubiera podido dictar su sentencia definitiva.

En el caso del Gimnasio Novel Olimpia, tuvo que competir en la misma localidad con una piscina de reciente creación, el Centro Salud Agua Deportivo Novelda, en parte municipal aunque lo gestionaba una empresa privada, lo cual se antojaba inviable que en una localidad de 30000 habitantes hubieran dos piscinas climatizadas. Y ello conllevó que durante los algo más de dos años en los que compartieron protagonismo (desde la inauguración de esta última

el 2-2-2008 hasta el 28-8-2010), tuvieron que mantener una pugna por ver quién conseguía captar a mayor número de clientes, repartiéndose ambos usuarios entre las dos instalaciones, y por tanto resultando que las cuentas no eran favorables para ninguno de los dos centros, por lo que el pulso iniciado el 2-2-2008 se decantó favorablemente por el Gimnasio Novel Olimpia, ya que el Centro Salud Agua Deportivo Novelda se vio condenado a tener que echar el cierre el 28-8-2010, y ello permitió que el Gimnasio Novel Olimpia pudiera remontar el vuelo tras la asfixia económica de aquellos dos años.

Y si nos referimos a la Piscina Municipal de Monóvar, todavía fue más kafkiana la situación por la que tuvo que pasar, pues su inauguración el 25 de septiembre de 2008 sirvió solamente para colocar una placa y para que las personalidades tuvieran su instantánea a modo de foto, pues al día siguiente cerraba sus puertas por problemas entre la empresa y el ayuntamiento, para entonces abrirse dos años más tarde. Dejando a toda la gente atónita, al ser una situación desalentadora para toda la población que tuvo que soportar dos años más de peregrinaje hacia localidades colindantes para hacer uso de la piscina, mientras veía como su Piscina Municipal a pesar de estar terminada y de disponer de unos servicios inmejorables seguía estando cerrada por la incapacidad de ponerse de acuerdo todas las partes interesadas en el proceso.



Pero afortunadamente a los dos años se abrió la instalación, aunque con otra empresa adjudicataria, y hasta el momento dispone de un buen número de clientes que augura un futuro esperanzador, pues a los habituales de la localidad, se suman otros venidos de poblaciones cercanas, unos por no disponer de piscina climatizada como es el caso de los habitantes de Pinoso, y otros clientes que a pesar de contar con piscina en su población no les supone ningún esfuerzo desplazarse, al ser atraídos por los buenos servicios que allí pueden encontrar, tanto por el servicio de hidromasaje, sauna, terma, como por utilizar la zona estrella de su instalación, la piscina de 8 calles (nada frecuente en piscinas de 25m), lo que garantiza que siempre hay calles para nadar por libre, no saturándose así las calles por nadadores, y en el caso de tener que coincidir con otros clientes no hay ningún problema, pues las calles son lo suficientemente anchas como para no tener que ir pendiente de colisionar con alguien.

## 2. REVISION BIBLIOGRAFICA

Cuando a finales del 2000 me saqué el título de monitor de natación, al ser animado por otros compañeros que al igual que yo buscábamos tener un título que nos permitiera en un futuro echar mano de él para dar clases de natación, no podía imaginar que sería el pistoletazo de salida para dedicarme de una manera más o menos profesional a la enseñanza de la natación, pues hasta entonces la natación o actividades acuáticas habían pasado de largo en mis preferencias a la hora de realizar cualquier forma de actividad física.

Pero ya con el título en la mano, pasé a trabajar el verano del 2001 en los cursos de verano de natación del Centro Deportivo de Monóvar, y ya en octubre entré a trabajar en el Gimnasio Novel Olimpia dando mis primeras clases de natación, y tras este han ido viniendo después otras oportunidades laborales para trabajar en otras piscinas como el Centro Deportivo Cucuch de Novelda, la Piscina Municipal de Sax cuando formé parte del cuerpo

técnico del Club de Natación de Monóvar, y la ya reseñada Piscina Municipal de Monóvar cuando el Club de Natación pasó a entrenar en la piscina de su localidad por septiembre del 2010. Con lo cual, aunque nadie me obligara a ello, sentí el compromiso con la profesión que me sustentaba económicamente, de ir formándome cada vez más dentro de las actividades acuáticas, ya fuera a través de títulos como el de Entrenador Auxiliar enfocado a la natación deportiva para dar clases a los niños del Club de Natación de Monóvar, o bien otros como el título de Aquagym para dar clases de esta actividad, u otros cursos de pocas horas de duración centrados la gran mayoría en fines de semana que pretenden dar una base de conocimientos como el caso de cursos de bebés, o cursos para niños con alguna deficiencia motora o intelectual.

Recuerdo que en la época inicial de dedicarme a la enseñanza de la natación, al igual que hubiera podido suceder en cualquier otro deporte, por la falta de experiencia y por el miedo a no llamar excesivamente la atención y que pudiera repercutir negativamente en mi continuidad laboral, me fijaba y pedía consejo a aquellos compañeros con mayor experiencia y muchas veces mi labor era casi la de mero reproductor de parte de la metodología de mis compañeros, pues no me sentía seguro a experimentar cosas diferentes.

Pero con el tiempo, al tener la oportunidad de ir compartiendo trabajo con varios compañeros, fui observando que la metodología para la enseñanza de la natación es muy personal, y entonces, al igual que el resto de docentes empecé a ir forjando mi estilo propio como profesional en la enseñanza de las actividades acuáticas, cogiendo aquello que me gustaba de cada compañero, desechando todo aquello que no le veía sentido, y aportando mi sello personal en aquellas cosas que son inherentes a cada persona como tu personalidad, carácter o carisma, y que tan importantes y fundamentales son para crear y establecer una relación de confianza y seguridad con los alumnos.

Y entonces llegó un momento en el que transcurridos varios años de experiencia en la enseñanza de las actividades acuáticas, y en concreto de la natación, empecé a cuestionarme muchas cosas acerca de porque seguir “pasando por el aro” y continuar con la metodología tradicional, que tantas veces resulta tediosa y monótona con poca o nula motivación por parte de los niños que las reciben. Muchas veces estando influida esta metodología por parte de los padres o madres de turno que tienen entre sus expectativas ver en un corto período de tiempo, que muchas veces resulta insuficiente, que su hijo domine el medio acuático. Pero otras veces el problema lo encontramos en los mismos profesionales, los cuales convierten el proceso enseñanza-aprendizaje en una carrera, en la cual no respetan el ritmo de aprendizaje de cada niño, para tan solo aprovechar en este proceso una excusa para demostrarse a sí mismos lo buenos que son y agrandar de ese modo su ego, acerca de la hazaña de conseguir que sus aprendices adquieran las habilidades acuáticas en un corto plazo, pero en ningún caso sin tener en cuenta y sin importarles el precio que hayan podido pagar los niños durante ese proceso, al haber podido pasar muchos de ellos por experiencias negativas o traumáticas que sin duda les dejará un mal recuerdo de la enseñanza de las habilidades acuáticas.

Alcanzada esa etapa de experiencia y de reflexión, es cuando empecé a plantearme cuestiones como: ¿de verdad no se puede hacer algo más en cuanto a la enseñanza infantil de la natación?, ¿se puede impartir un estilo de enseñanza más enfocado en las necesidades reales de los niños? Pues hasta ahora, la primacía en la enseñanza de la natación pasa por los ejercicios repetitivos e insufribles que saturan físicamente y mentalmente a los niños con constantes idas y venidas, y sin ningún otro objetivo que el de cubrir la distancia indicada. Así, según Ruiz (1999), la práctica debería ser mucho más que repetir y repetir, pues debería pasar por desarrollar soluciones a las tareas presentadas, más que repetir siempre la misma solución. No pareciendo que este método de las repeticiones tenga la solución real para cubrir las necesidades e intereses a los problemas que tengan los niños durante sus prácticas.

Y este asunto se hace más palpable al utilizar una enseñanza de las habilidades acuáticas más enfocada a la natación deportiva. Teniendo un papel más relevante cuando allá por el año 2007 pasé a formar parte del Club de Natación de Monóvar como entrenador, donde como en cualquier club de natación, se prepara a los niños de una manera muy directa y concienzuda para que logren bajar sus tiempos y mejoren así sus marcas personales en cualquiera de las pruebas de los cuatro estilos de natación a las que se enfrentan a lo largo de cada temporada.

En línea con lo anterior, según el pensador y filósofo Cagigal (1983) los elementos que conforman la conducta deportiva son el juego, la actividad física y la competición. Por tanto, según Cagigal (1959), el deporte, relacionado con la competición, podría resultar adulterado aportando valores anti-educativos, por lo cual no debería considerarse su implantación en ambientes educativos. Pues se corre un riesgo de que el deporte se focalice y se subordine únicamente a la consecución de resultados, donde el deportista, ya en un nivel mucho más elevado y profesional, forme una parte más de un proceso que mueve mucho dinero y que satisface a multitud de intereses de distinto tipo en todas las capas de la población.

Aunque centrados en la enseñanza de la natación en edades formativas, no se puede obviar algo que recoge García Ferrando (1990), cuando se refiere a que el entrenamiento a través de la búsqueda de métodos y conocimientos está basado en mejorar el rendimiento, estando este hecho relacionado con la aplicación de la tendencia racionalizadora de la sociedad industrial al deporte. Siendo un claro ejemplo de esta corriente la natación deportiva, pues este deporte frente a otros requiere de un mayor sacrificio en cuanto a esfuerzo y horas de práctica si se pretende rendir. Y ahí es donde aparece uno de los errores más graves, como es el hecho de la especialización temprana en nadadores en edades formativas, buscando perseguir con ello el rendimiento a través de hacer muchos metros (primando la cantidad sobre la calidad) y de dominar la técnica de estilos, salidas y virajes, a través de repetir hasta la saciedad ejercicios analíticos de forma mecanicista, para que como consecuencia de todo ello el nadador alcance su punto más alto de forma y pueda rendir en las competiciones.

Con lo cual, ante esta situación, el practicante tiene una participación pasiva y asume un rol de mecanizar los gestos e informaciones, y como recoge Ruiz (1995) en palabras de Devís (1996), esta forma de entender la enseñanza deportiva, orientando la iniciación deportiva hacia una orientación técnica (forma mecanicista de abordar la enseñanza que empezó a ser predominante a principios de 1980 y que hasta la actualidad es mayoritaria en la iniciación deportiva escolar, y según Devís este interés podría deberse a relacionar la actividad física y el deporte con la ciencia, para así estar relacionada con un campo con cierto respeto científico) sin tener en cuenta la edad y características de los participantes, cae en el peligro de “separar la teoría de la práctica, la condición física de la técnica y esta de la táctica, y la habilidad técnica del contexto real de juego”. Y como en cualquier club, al buscarse un objetivo de rendimiento, y querer aprovechar al máximo cada minuto de la sesión, los profesionales no suelen detenerse en hacer propuestas metodológicas para que los niños participen en la toma de decisiones y utilicen estilos de enseñanza como la resolución de problemas, lo cual resultaría mucho más enriquecedor y divertido para los niños, sino que se utiliza predominantemente el estilo del mando directo donde se les facilita directamente la solución y los alumnos deben reproducir ese modelo que les presenta el profesor.

Fue entonces, al compaginar desde el año 2007 mis clases de natación en el Gimnasio Novel Olimpia, con las del Club de Natación, cuando entendí más claramente como el juego está situado en una delgada línea donde actúa como juez y puede caer hacia el deporte como fenómeno educativo o como deporte espectáculo (Rodríguez y Moreno, 1995). Además de ver las diferencias en cuanto a los estilos de enseñanza, y como esto afecta sobre sus comportamientos, intereses y motivaciones hacia la práctica. Pues, mientras que en mis clases en el Gimnasio Novel Olimpia a pesar de utilizar a menudo ejercicios tradicionales de técnica

de natación, trataba de utilizar estilos que implicaran a los sujetos cognitivamente, finalizando siempre con algún juego, en mis otras clases con el Club de Natación sin pretenderlo me veía abocado a tener que recurrir a un estilo tradicional como el mando directo, pues las sesiones tenían un objetivo prioritario que se basaba en cumplir una serie de metros de alguno o varios estilos, y en reproducir los ejercicios de técnica correspondientes sin más. Y en el caso de estos últimos alumnos, al repetirse esta secuencia sesión tras sesión buscando con ello esa ansiada mejora de rendimiento a través de un descenso de sus tiempos, suponía un importante sacrificio y dedicación en forma de esfuerzo y tiempo para las pocas ventajas que les podía aportar bajar algunos segundos, décimas en otros casos, su marca personal. Y por todo ello no era de extrañar que transcurridas las temporadas, y ante la previsible monotonía de los entrenamientos, a más de uno le condujera este hecho a estar próximo del síndrome del burnout, siendo en muchos casos la antesala de algo que se intuía y que con este modelo no se podía poner freno, como era la consecución del abandono del deporte, siendo más frecuente cuando este es individual, como es el caso de la natación (Cervelló, Escartí, y Guzmán, 2007).

Y en el momento en el que desgraciadamente este hecho del abandono se consuma, o preferiblemente antes si somos capaces de diagnosticarlo a tiempo, debería ser el punto de inflexión a partir del cual los profesionales debiéramos pararnos a reflexionar y cuestionarnos que estamos haciendo mal. Pues no debería convertirse en rutinario este hecho, ya que para algunos clubes su justificación sin más es que las nuevas altas cubren las bajas. Pero, si el medio acuático por naturaleza es un entorno atrayente para los niños donde disfrutaban de su tiempo de ocio, como se demuestra cada año con la apertura de las piscina de verano tras la llegada de la época estival, desbancando a otros deportes más tradicionales y mediáticos, ¿por qué no aprovechar el medio acuático para cubrir las necesidades innatas del niño de explorar, al ser estos curiosos por naturaleza?, y ¿por qué no orientar esa necesidad exploratoria con una técnica de enseñanza de indagación para que descubran mediante los juegos acuáticos las primeras nociones técnicas de la natación?

### 3. INTERVENCION

Según las aportaciones de diversos autores (Jacquin, 1958; Huizinga, 1972; Chateau, 1973; Rüsell, 1985; Cratty, 1987) el juego “es una actividad libre, desarrollada de forma espontánea, que no posee finalidad exterior, con tendencia recreativa, que posee unas ciertas dosis de tensión y que sigue unas reglas marcadas por los propios participantes y que son susceptibles de variaciones constantes”. Por ello, la existencia de manifestaciones espontáneas de carácter lúdico, permite asegurar el desarrollo corporal armónico por parte del practicante.

Pero además, de estimular la formación de la estructura corporal en crecimiento, gracias al juego motriz, habrá una formación integral referente a otras vertientes fundamentales del ser humano, tales como la biológica, la cognitiva y la socioafectiva.

Ante tales evidencias resultaría extraño no aprovechar el beneficio de los juegos, y más cuando hay un aspecto incuestionable y es el hecho de que el juego se muestra omnipresente durante la infancia, no debiendo dejarlo al margen, pues es un elemento necesario para el desarrollo y formación de los aprendices (Cratty, 1984; Cratty, 1985; Decroly y Monchamp, 1986).

Por ello, yo siempre he intentado que el juego ocupara una parte destacada en mis clases de natación, principalmente en los cursos de natación, utilizándolos normalmente en los últimos minutos de cada sesión de natación para que los niños se fueran con un buen sabor de boca de la clase, y de esa manera fidelizarlos para que quisieran seguir asistiendo en posteriores sesiones. Aunque también ha habido situaciones donde los juegos han copado todo el protagonismo, obviando los ejercicios tradicionales de natación, siendo el caso de un

campus de verano de hace unos años en el Gimnasio Novel Olimpia, donde cansado año tras año de dar las clases típicas de natación, aposté por poner en práctica gran parte de los juegos recogidos en el libro “Juegos Acuáticos Educativos” de Juan Antonio Moreno, y que resultó ser un éxito, siendo este momento un decisivo punto de inflexión al comprobar el interés despertado por los participantes con esta metodología.

Por lo cual, sabiendo las bondades que tiene el juego en sí, nos planteamos por parte de mi tutor (Juan Antonio Moreno) y yo, en enfocar mi trabajo de fin de grado hacia los juegos acuáticos pero orientados hacia la enseñanza de las habilidades técnicas de natación, tanto aquellas que hacen referencia a la mejora de los estilos, como aquellas relacionadas con los virajes y saltos. Pues, hasta la actualidad es un tema todavía bastante virgen, donde no se conoce ninguna publicación relevante, y que permite profundizar en este tema que siempre ha estado más orientado a una enseñanza más técnica y muy alejada de situaciones más jugadas.

Entonces, partiendo del principio de que el proceso de enseñanza de la natación deportiva sería más rico y significativo con situaciones lúdicas que con actividades analíticas, decidimos pasar a la acción, incluyendo los juegos en las actividades de natación deportiva, para así alcanzar el objetivo planteado.

En primer lugar había que diseñar los juegos de la intervención, los cuales debían tener como objetivo que los participantes fueran capaces de sacar a la luz por ellos mismos, sin darles la respuesta el docente en ningún caso, aquellos problemas que se les planteaban relacionados con las habilidades de los estilos, virajes y salidas, para así descubrir e integrar los aspectos técnicos más relevantes de cada estilo de natación pero también de las habilidades de virajes y saltos que están muy estrechamente relacionados con el nado de cada estilo. Por tanto, para tal misión era imprescindible utilizar el método comprensivo, pues con él utilizaríamos un estilo activo y de resolución de problemas, para que así el alumno entendiera el porqué de las cosas y ese aprendizaje perdurara más tiempo que si por el contrario le diéramos la respuesta.

Para tal fin se diseñaron numerosos juegos, estando muchos de ellos recopilados previamente fruto de los 13 años de experiencia en las actividades acuáticas, siendo algunos de ellos inspirados por algunos compañeros con los que he compartido mi ocupación profesional a lo largo de estos años, otros por haber recurrido a manuales de juegos como el de “Juegos acuáticos educativos” de Juan Antonio Moreno, para entonces orientarlos hacia la enseñanza de las técnicas de natación, y otros muchos por creación propia al detectar durante todos estos años los problemas que tenían los niños en la adquisición de ciertas habilidades natatorias, y por tanto aportar así una propuesta para solucionar esos problemas.

Finalmente, se describieron 163 juegos para ponerlos en práctica y así mejorar las habilidades de los estilos, de los virajes y salidas, lo que resultó ser un trabajo muy laborioso donde se emplearon muchísimas horas, pero que no acabó ahí, pues hay que aclarar que al margen de diseñar y poner en práctica el juego en sí, había que elaborar unas reflexiones para el educador, al igual que otras reflexiones para plantearlas a los alumnos para que le ayudaran en la comprensión del juego. Por lo cual, las respuestas de los alumnos sobre las preguntas de reflexión había que registrarlas, tomando en cuenta la opinión mayoritaria del grupo respecto a cada cuestión que se les planteaba. Y siempre procurando pasarles esas cuestiones inmediatamente después de finalizar cada juego para que de esa manera al tenerlo reciente no se les escapara ningún detalle importante.

Además, creí necesario llevar un registro personal de todos los juegos que iba llevando a la práctica, con el fin de ir organizándome ante tanta cantidad de juegos. Por tanto, en tal registro decidí anotar las principales características de los juegos, como la fecha en la que se puso en práctica, el nombre del juego, el monitor que lo llevó a cabo, el grupo al que se le propuso, la edad de los alumnos, el número de los alumnos que tomaron parte, así como el

número del juego. Siendo esta última característica lo que me ayudaría a identificar de una manera rápida y muy visual, si el juego pertenecía al estilo crol, espalda, braza, mariposa, o si era una combinación de estilos, o si pertenecía a las salidas o a los virajes. Pues, a cada grupo se le asignó un número, y dentro de cada grupo se fueron numerando todos los juegos. Dejamos una hoja de muestra de este cronograma en el Anexo 1, entre las varias que fueron necesarias para completar los 163 juegos.

Por otro lado, tras cada juego el monitor tenía que cumplimentar una ficha de evaluación de los juegos (Anexo 2), que podíamos dividir en dos partes. La primera recogía diferentes ítems acerca de si el juego resultó comprensible para los alumnos, o si requirió de una segunda explicación, también se recogía si estos realizaban preguntas, si colaboraron entre sí, si se conseguía el objetivo del juego, si existía una buena motivación durante el juego, si participaban todos los niños por igual independientemente de la edad o no, y si existían problemas a la hora de poner el juego en práctica fruto de motivos derivados por la indisciplina, por la mala presentación, por las dificultades de comprensión, por los materiales utilizados, por el elevado número de participantes, o por variables externas. Y luego existía una segunda parte en la que se utilizaban preguntas abiertas que requerían un poco más de reflexión por parte del monitor, pues entre ellas hacían referencia a si había necesitado explicar el juego más de una vez, si era difícil de ponerlo en práctica, si los participantes tuvieron dificultades en entenderlo, si realizaron preguntas y de qué tipo, si se observó problemas de colaboración entre ellos, si se consiguió el objetivo y que otros objetivos de forma indirecta también podían cubrirse, también se pedía reflexionar sobre que niños participaron con mayor motivación, si los pequeños o mayores, si existieron variables externas que influyeron negativamente en el desarrollo del juego, y finalmente si tuve que modificar algo de la descripción del juego original, así como aportar una serie de variantes para completarlos y mejorarlos. Por lo cual, si a los 163 juegos, sumamos una media de 2 o 3 variantes, nos encontraremos con un material muy extenso que bien organizado y planificado puede cubrir su puesta en práctica en los cursos de natación durante muchos meses.

De los inicialmente 163 juegos, fueron 147 los que cumplieron con los objetivos propuestos una vez se cumplimentó la ficha de evaluación (Anexo 1). Por tanto, tras cumplimentar debidamente los 163 juegos, 16 no pasaron el corte porque no cumplían con el objetivo inicial con el que se habían diseñado para mejorar cierta habilidad de natación. Pues algunos no estaban bien orientados para mejorar un aspecto técnico concreto, al resultar muy globales y bastante sencillos, mientras que otros resultaban ser excesivamente complejos, al requerir a los alumnos un dominio técnico del que en la actualidad no disponían.

También es de interés mencionar que según las características de cada juego se asignaban a un grupo u otro, en función de su edad y nivel. Pero incluso más definitivo a la hora de adjudicar un juego, fue el hecho de conocer las características de la piscina que requería ese juego para entonces llevarlo a cabo. Y lejos de ser un hándicap el hecho de trabajar y realizar la intervención en dos piscinas con características diferentes, fue toda una ventaja que considero fundamental para poder haber puesto en práctica los 163 juegos, pues algunos juegos requerían de una piscina que presentara una zona profunda, por lo tanto esos juegos se realizaron en la piscina de Monóvar, mientras que los que no lo requerían se hacían tanto en la de Monóvar, como en la del Gimnasio Novel Olimpia.

De igual modo, fue muy útil poder contar con diferentes grupos de niños con diferentes edades y niveles de natación. Pudiendo resumir las principales características de todos los grupos en 3 perfiles: uno de ellos y el más representativo numéricamente correspondía a los niños que participan habitualmente en los tradicionales cursos de natación que se desarrollan en el Gimnasio Novel Olimpia de Novelda y donde algunos acuden dos días semanales mientras que otros tan solo asisten a una sesión semanal. Otro perfil era el de niños que acudían a la piscina en horario escolar para realizar una clase de natación semanal en su

horario de educación física, siendo estos alumnos de 5º y 6º del colegio de las Carmelitas de Novelda. Y un último perfil fue el de los niños del Club de Natación de Monóvar que acuden a la piscina para realizar sus entrenamientos de natación entre dos y tres días semanales.

En total participaron en esta propuesta alrededor de 100 niños estando distribuidos de la siguiente manera, cursos de natación del Gimnasio Novel Olimpia: 44, 5º Carmelitas: 25, 6º Carmelitas: 23, y Club de Natación de Monóvar: 7.

Al margen de las características de profundidad de una y otra piscina, el hecho de que el grupo de 4º y 5º del colegio de las Carmelitas contara con alrededor de 20 alumnos en cada sesión, condicionó en tener que hacer dos grupos, cogiendo uno mi compañero Borja, mientras del otro me encargaría yo, poniendo en práctica cada uno, unos juegos diferentes. Pero al margen de vernos obligados a dividir el grupo, también aprovechamos para llevar a cabo con este colectivo todos aquellos juegos que requerían de un número importante de participantes. Por otro lado, aquellos juegos que necesitaban de alumnos con un cierto dominio natatorio eran asignados al grupo del Club de Natación de Monóvar, pues el que menos ya llevaba tres años en el club, y todos dominaban un amplio repertorio de habilidades técnicas, y por tanto todos ellos eran una buena piedra de toque donde poder evaluar si funcionaban aquellos juegos más complejos técnicamente. Y por lo que respecta al grupo que asistía a los cursos de natación del Gimnasio Novel Olimpia, donde nos encontrábamos niños que se incorporaban cada mes, se les orientaba otro tipo de juegos acordes a su nivel para que pudieran realizarlos.

En cuanto a los juegos que tenían que ver con la mejora de algún aspecto técnico de los estilos, se diseñaron y llevaron a cabo 47 juegos de crol (ver en Anexo 3 un ejemplo), 18 de espalda (ver en Anexo 4 un ejemplo), 32 de braza (ver en Anexo 5 un ejemplo), 19 de mariposa (ver en Anexo 6 un ejemplo), así como 6 que combinaban de algún modo todos los estilos (ver en Anexo 7 un ejemplo).

Y entre las habilidades técnicas que se buscaba que aprendieran, estaban entre otras las relacionadas con la posición del cuerpo, deslizamiento, propulsión, agarre, empuje, y recobro, entre otras. De este modo, los juegos que aparecen en los anexos nos permiten hacernos una buena idea de las habilidades técnicas que se pretendían mejorar, siendo estos juegos una buena representación de todos los llevados a la práctica. Así, encontramos que en el juego de crol (Anexo 3) se busca mejorar el deslizamiento, en el juego de espalda (Anexo 4) el recobro, en el juego de braza (Anexo 5) la fase inicial del agarre de la brazada, en el juego de mariposa (Anexo 6) el tirón del empuje de la brazada, y en el juego de estilos (Anexo 7) la coordinación al tener que combinar varios estilos.

En cuanto a los juegos de salidas (ver en anexo 8 un ejemplo de los 14 juegos diseñados y llevados a la práctica) se incidía también en la posición del cuerpo, en la entrada en el agua, en el deslizamiento, en el control de la respiración, y en la prolongación del nado subacuático, entre otros. Estando el ejercicio que se presenta en el anexo 8 orientado a efectuar una entrada correcta en el agua con las manos por delante.

Y finalmente, con respecto a los virajes (ver en anexo 9 un ejemplo de los 24 confeccionados para tal objetivo), los juegos iban encaminados a mejorar los giros desde los 3 ejes corporales, el control de la respiración, la posición del cuerpo, el empuje en la pared, y el deslizamiento, entre otros. Estando el ejercicio presentado en el anexo 9 destinado a aprovechar el impulso de la pared.

Y para que tanto en este último juego de virajes que aparece en el anexo 9, como en todos los juegos restantes que se nombran en los anexos, se viera de una manera muy clara el propósito de cada uno de ellos, la descripción de cada juego está precedida por una representación gráfica. Siendo esta obra fruto de Mari Reme, una compañera del Gimnasio que actualmente estudia Bellas Artes en Valencia y que colaboró de forma desinteresada.

Cuando se inició la intervención, allá por el 3 de febrero, en todos los grupos hubo una similitud en cuanto a la introducción de estos juegos acuáticos dentro de las clases de natación, pues inicialmente se ponía en práctica un juego al final de la sesión, para así no romper con la metodología que venían llevando algunos grupos, para que así unos siguieran mejorando aquellas habilidades en las que estaban envueltos, y para que otros grupos, al competir con regularidad, siguieran incidiendo en sus entrenamientos en aquellas cuestiones técnicas para poder superar aquellas pruebas de natación en las que participarían.

Pero, conforme iban avanzando las semanas, se iban introduciendo más juegos por sesión, llegando en algún caso en abarcar toda la sesión entera con esta propuesta, la cual finalizó el 23 de abril. Siendo necesario aclarar que debido al gran número de juegos por poner en práctica y ante la imposibilidad de poder ponerlos todos yo (puse 122), pues en algunos grupos no era viable por el nivel de los grupos, al ser de iniciación (3-4 años), tuve que requerir la ayuda de dos compañeros: Borja y Omar, poniendo en práctica 39 y 2 juegos respectivamente, con sus grupos de natación que presentaban características acordes a dicha propuesta. Y para que mis compañeros plantearan los juegos como yo seguía haciéndolo hasta la fecha, me encargué de informales de la conveniencia de que utilizaran el estilo de resolución de problemas para que fueran los niños los que tuvieran que encontrar la solución.

Si bien, en algún caso puntual se pudo llevar a la práctica algún juego para niños de 4 años, al tener estos un buen nivel en ciertas habilidades motrices acuáticas, como son las equilibraciones, desplazamientos, giros y manipulaciones, este hecho no reflejaba la realidad en los niños de esta edad, por lo cual se decidió que la gran mayoría de juegos quedarían destinados a niños entre 5 y 13 años. Encontrándonos en muchos casos ante la situación de tener que poner en práctica un juego en un grupo que contaba con niños de diferentes edades, pero al pertenecer al mismo grupo de natación, ello daba una idea de que todos poseían un nivel similar, como así lo fue habitualmente.

Una vez puestos todos los juegos en práctica, y tras comprobar gracias a las hojas de evaluación como había resultado ante ese grupo de niños, era el momento de orientar a quien o a que perfil de practicantes iba dirigido cada juego, pues no se podía utilizar un intervalo que englobara a niños entre 5-13 años, pues resultaba muy general. Por lo cual, era necesario hacer una aclaración en uno de los apartados de la presentación de cada juego (junto al nombre, descripción, material, tipo de instalación, variantes, reflexiones y variables complejas), donde se pondría la edad aproximada de los niños que podrían llevarlo a cabo, buscando con ello uno de los objetivos del juego, como es el hecho de que suponga un reto para los niños, no debiendo ser muy difícil si se plantea a niños pequeños, porque puede generarles frustración, pero que tampoco sea excesivamente fácil si se presenta a niños mayores, pues no conllevaría interés por parte de estos.

Por tanto se pensó en hacer una clasificación por edad, describiendo la edad aproximada de los participantes a los que estaba destinado cada juego. Pero realizando 3 intervalos de rango de edad, con estos intervalos más acotados. Por lo cual habría un primer intervalo que correspondería a las edades entre 5 a 7, utilizando para estos, aquellos juegos más sencillos pero que no estaban exentos de tener que superar alguna habilidad. Luego estaría el intervalo de 7 a 9 donde se les exigía más a los aprendices en cuanto a aspectos como la coordinación y otras habilidades más complejas. Y finalmente acotamos un tercer intervalo, el de 9 a 11, donde aparecían situaciones mucho más exigentes como era el hecho de ejecutar ciertos juegos en zona profunda o requerir de ciertos niveles de fuerza.

Aunque lo más fácil fue clasificar los juegos por edad, como también lo hacen otros autores como Jacquín (1958), el cual la hace en función de las características y predominio de los mismos por edades. También hay que conocer que no siempre es así, pues según Piaget

(1959) tiene en cuenta las diversas etapas de desarrollo cognitivo del niño, y según Chateau (1973) considera el surgimiento de las reglas como el criterio esencial para estudiar los juegos.

De cualquier modo, para realizar la clasificación sea cual fuere, es indispensable conocer las características de desarrollo y maduración de los practicantes en cada uno de los períodos educativos, así como de los contenidos primordiales que han de ser abordados para conseguir una óptima relación de enseñanza-aprendizaje.

#### 4. CONCLUSIONES

Tras concluir el proceso de diseño, puesta en práctica, recogida de información de las reflexiones planteadas a los alumnos, y la reflexión propia de los 163 juegos acuáticos orientados a mejorar las habilidades de natación de los 4 estilos, más los virajes y salidas, estas son las conclusiones que extraigo:

Primero, si bien es cierto que la aproximación que ha ido teniendo el deporte hacia la ciencia (el más claro ejemplo el nombre de nuestra titulación) le ha permitido en los últimos años ir evolucionando de una manera considerable, al mejorar los conocimientos y aportando evidencias científicas en todas las áreas del deporte, no es menos cierto que no conviene olvidar que la esencia del deporte es el juego, por lo cual hay que respetarlo.

Segundo, partiendo de que el docente debería utilizar el juego para orientar e introducir las actividades deportivas dentro de un contexto educativo, también es importante recordar que el aprendizaje deportivo nunca debería desvirtuar los fines educativos de las actividades lúdicas o de los juegos de iniciación deportiva.

Tercero, a pesar de que Sánchez Bañuelos (1990) recoge el escepticismo de los círculos técnicos por utilizar métodos activos para preparar a grupos para la competición por dudar de su progresión en el aprendizaje y de obtener resultados favorables, habría que dejar claro que si apostamos por el rendimiento con todas sus consecuencias, y el deportista en el caso de la natación no obtenga los resultados esperados (motivación extrínseca), estará abocado al abandono deportivo, pues la enseñanza de la natación con un método técnico no satisface la necesidad psicológica de las relaciones sociales, al ser individual, y tampoco la autonomía al no poder tomar decisiones si se usa como estilo el mando directo, con lo cual no se consigue la tan ansiada motivación intrínseca que augure una permanencia en la actividad, mientras que con este planteamiento de juegos acuáticos sí que cubriríamos las tres necesidades psicológicas básicas.

Cuarto, frente a los estilos tradicionales de enseñanza como el mando directo en las concepciones técnicas, donde se establece casi siempre la comunicación de manera unidireccional, lo más positivo y enriquecedor para los aprendices sería unos estilos de enseñanza que les impliquen cognitivamente y creativamente, y por tanto posibiliten la toma de decisiones como el estilo de resolución de problemas, descubrimiento guiado o la sinéctica, para que como recoge Ruíz (1996) no influir y no limitar los estilos e iniciativas de los alumnos.

Quinto, es posible utilizar la metodología de juegos acuáticos para mejorar la técnica de los estilos de natación, salidas y virajes, tras previamente organizar y planificar concienzudamente todos los juegos. Pero en aquellos elementos complejos de la técnica donde no puedan llegar los juegos, que se apueste por técnicas de instrucción directa y por situaciones analíticas.

Sexto, los juegos acuáticos para mejorar la técnica rompen la monotonía y aportan un estímulo adicional de intensidad a ciertas situaciones, como son las persecuciones, o juegos en espacios reducidos, pudiendo resultar mucho más exigentes que cualquier sesión tradicional con muchos metros, siendo por tanto necesario cuantificar muy bien las cargas de

entrenamiento. Por tanto, quitémonos de la cabeza la importancia de completar ciertas distancias, y empecemos a primar la calidad por encima de la cantidad.

Séptimo, es conveniente hacer algún estudio sobre este tema, facilitando a un grupo un entrenamiento tradicional de natación, mientras al otro grupo se le oriente un entrenamiento con juegos acuáticos bien planificados para mejorar la técnica, y que transcurrido un tiempo se evalúen los resultados en cuanto a la adquisición de habilidades natatorias, pero también en cuanto a la motivación alcanzada.

Octavo, no caer en el error de una especialización temprana que acabe por apagar el interés que se despierta en el niño por el medio acuático, siendo este un medio ideal para cubrir sus necesidades de explorar. Por ello, dejar en un plano secundario las actividades enfocadas a la enseñanza tradicional de la natación, y darle prioridad a aquellas actividades jugadas que de igual manera enseñen la técnica mediante el juego y así introduzcan a los aprendices en la iniciación de la natación, y aseguremos por tanto a los niños una carrera de fondo, adquiriendo un hábito de condición física durante su vida, incluyendo entre ellas la práctica en actividades acuáticas.

Noveno, aunque la propuesta de juegos acuáticos para la iniciación deportiva está destinada a niños entre 5-11 años, también se puede orientar a otras edades por su alta flexibilidad, pero ahora bien, los niños que reciban dicha propuesta deberán tener un buen dominio previo en cuanto a las habilidades motrices acuáticas como son las equilibraciones, desplazamientos, giros y manipulaciones.

Decimo, el objetivo principal de este trabajo final de grado fue la intervención con 163 juegos acuáticos diseñados para mejorar las habilidades deportivas acuáticas, aportando la gran mayoría de ellos tras su puesta en práctica, gracias a una técnica de enseñanza basada en la indagación, una participación activa con total autonomía de los aprendices, lo que conllevó una riqueza motriz acuática por parte de estos. Por lo cual, recomendamos esta herramienta metodológica para todo tipo de docentes relacionados con la natación y que tengan inquietudes en seguir mejorando en su trabajo.

## 5. BIBLIOGRAFIA

- Cagigal, J. M. (1959). Aporías iniciales para un concepto del Deporte. *Citius, Altius, Fortius*, Tomo 1,1.
- Cagigal, J. M. (1983). *Deporte, espectáculo y acción*. Barcelona: Salvat.
- Cervelló, E., Escartí, A., y Guzmán, J.F. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19, 65-71.
- Chateau, J. (1973). *Psicología de los juegos infantiles*. Buenos Aires: Kapeluz.
- Cratty, B. J. (1984). *Desarrollo intelectual. Juegos activos que lo fomentan*. México: Pax México.
- Cratty, B. J. (1985). *Juegos escolares que desarrollan la conducta*. México: Pax México.
- Cratty, B. J. (1987). *Juegos didácticos activos*. México: Pax México.
- Decroly, O. y Monchamp, E. (1986). *El juego educativo*. Madrid: Morata.
- Devís, J. y Sánchez, R. (1996). La enseñanza alternativa de los juegos deportivos: antecedentes, modelos actuales de iniciación y reflexiones finales. En J. A. Moreno y P. L. Rodríguez (Eds.), *Aprendizaje deportivo* (pp. 159-181). Murcia: Universidad de Murcia.
- García Ferrando, M. (1990). *Aspectos sociales del Deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza Deporte.
- Huizinga, J. (1972). *Homo ludens*. Madrid: Alianza Deporte.
- Jacquin, G. (1958). *La educación por el juego*. Madrid: Atenas.
- Moreno, J. A. (2001). *Juegos acuáticos educativos*. Barcelona: Inde.
- Piaget, J. (1959). *La formación del símbolo en el niño*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Rodríguez, P. L. y Moreno, J. A. (1995). Importancia de la iniciación deportiva en el ámbito escolar. Sistematización del proceso de formación deportiva. En *II Congreso de las Ciencias del Deporte, la Educación Física y la Recreación* (pp. 343-352). Lérida: INEF.
- Ruiz, L. M. (1995). *Competencia Motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física escolar*. Madrid: Gymnos.
- Ruiz, L. M. (1996). La variabilidad al practicar en el aprendizaje deportivo. En J. A. Moreno y P. L. Rodríguez (Eds.), *Aprendizaje deportivo* (pp. 23-34). Murcia: Universidad de Murcia.
- Ruiz, L. M. (1999). Control motor y competencia acuática en la infancia. *NSW*, 3, pp. 10-16.
- Rüssel, A. (1985). *El juego de los niños. Fundamentos de una teoría psicológica*. Barcelona: Herder.
- Sánchez Bañuelos, F. (1990). *Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte*. Madrid: Gymnos.

## 6. ANEXOS

### ANEXO 1

Fecha	Nº Juego	Nombre Juego	Monitor	Grupo	Edad	Nº Alum
3-2-15	1.3	El proyectil	Borja	5º Carmelitas	11	12
3-2-15	1.4	La Carretilla	Manolo	5º Carmelitas	11	10
5-2-15	2.3	Encantados	Borja	6º Carmelitas	12	6
5-2-15	1.8	Verdadero o Falso	Manolo	6º Carmelitas	12	6
10-2-15	3.2	Abriendo paso	Borja	5º Carmelitas	11	9
10-2-15	3.3	El Pizzero	Manolo	5º Carmelitas	11	8
12-2-15	4.7	El Torpedo	Borja	6º Carmelitas	12	7
12-2-15	4.2	El Túnel	Manolo	6º Carmelitas	12	6
17-2-15	5.1	Los Pescadores	Manolo	5º Carmelitas	11	6
19-2-15	4.5	Lánzalo	Borja	6º Carmelitas	12	9
19-2-15	5.2	Remos	Manolo	6º Carmelitas	12	4
19-2-15	1.13	La Tortuga	Borja	J 17:30	7-11	5
20-2-15	5.3	Que no toque agua	Manolo	Club V18:30	9-10	5
24-2-15	1.1	Encesta	Borja	5º Carmelitas	11	15
24-2-15	3.7	Ranas Camareras	Manolo	5º Carmelitas	11	8
25-2-15	5.10	Sube y Baja	Manolo	X 18:30	8-11	4
25-2-15	2.6	Píllalo	Manolo	X 18:30	8-11	4
26-2-15	2.13	Pesca	Borja	J 17:30	7-11	5
27-2-15	1.10	Atrápale	Manolo	Club V18:30	10	3
27-2-15	1.16	Empujadas	Manolo	Club V18:30	10	3
27-2-15	2.12	Figuras	Manolo	Club V18:30	10	3
28-2-15	2.14	Propulsor	Manolo	Club S11:30	9-10	4
28-2-15	5.7	Perseguido	Manolo	Club S11:30	9-10	4
28-2-15	5.4	Remolino	Manolo	Club S11:30	9-10	4
28-2-15	3.8	Pilla a la serpiente	Manolo	Club S11:30	9-10	4
28-2-15	6.1	La Cascada	Manolo	Club S11:30	9-10	4
2-3-15	6.5	El Recogedor Pelotas	Manolo	L 18:30	5-7	2
2-3-15	6.3	Arquero Acuático	Manolo	L 18:30	5-7	2
3-3-15	7.3	Las Corcheras	Manolo	5º Carmelitas	11	23
4-3-15	1.2	Los Bolos	Manolo	X 18:30	7	2
5-3-15	2.7	Saca las Pelotas	Borja	6º Carmelitas	12	13
5-3-15	2.11	El Tornillo	Borja	6º Carmelitas	12	13
5-3-15	1.5	Los Aviones	Manolo	6º Carmelitas	12	10
5-3-15	5.8	El Puente	Manolo	6º Carmelitas	12	10
6-3-15	1.7	El Callejón Estrecho	Manolo	Club V18:30	9-10	5
6-3-15	1.8	La Flecha	Manolo	Club V18:30	9-10	5
6-3-15	2.4	Los Barcos	Manolo	Club V18:30	9-10	5
6-3-15	7.7	El Lanzador	Manolo	Club V18:30	9-10	5
6-3-15	6.6	El Delfín	Manolo	Club V18:30	9-10	5
7-3-15	1.19	Todos Iguales	Manolo	Club S11:30	9-10	4
7-3-15	3.12	Venga esos Cinco	Manolo	Club S11:30	9-10	4

**1.** Juegos Crol; **2.** Juegos Espalda; **3.** Juegos Braza; **4.** Juegos Mariposa; **5.** Juegos Estilos;  
**6.** Juegos Salidas; **7.** Juegos Virajes

## ANEXO 2

### ACTIVIDADES ACUÁTICAS EDUCATIVAS

#### FICHA CONTROL DE LOS JUEGOS

Cuestionario para el educador y el observador externo

<b>Título del juego</b>	
<b>Nombre del educador</b>	
<b>Nombre del observador</b>	

#### Reflexiones del observador externo

<b>Aspectos a observar</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
Los niños colaboran entre sí		
Los niños comprenden el juego		
Los participantes comprenden el juego en la primera explicación		
Se consigue el objetivo del juego		
Los niños realizan preguntas sobre el juego		
Existe una buena motivación en los participantes		
Todos los niños participan por igual independientemente de la edad		
Los niños mayores (edad) participan más que los pequeños		
Los niños pequeños (edad) participan más que los mayores		
El educador tiene problemas para poner el juego en práctica por:		
• Motivos derivados de la indisciplina de los niños		
• Motivos derivados del educador (mala presentación del juego)		
• Motivos derivados de la dificultad de comprensión del juego		
• Motivos derivados de los materiales utilizados		
• Motivos derivados del elevado número de participantes (.....)		
• Motivos derivados de variables externas (.....)		

¿Qué cambiarías o añadirías en el juego?

<b>Observaciones</b>

## ACTIVIDADES ACUÁTICAS EDUCATIVAS

### FICHA CONTROL DE LOS JUEGOS

Cuestionario para el educador y el observador externo

<b>Título del juego</b>	
<b>Nombre del educador</b>	
<b>Nombre del observador</b>	

#### Reflexiones del educador que pone el juego en práctica

1. ¿Has necesitado explicar el juego más de una vez?
2. ¿Es difícil poner el juego en práctica? Razona la respuesta
3. ¿Tienen dificultades los participantes para comprender el juego?
4. ¿Te han realizado preguntas los participantes en el juego? ¿De qué tipo?
5. ¿Se observan problemas de colaboración entre los participantes?
6. ¿Se consigue el objetivo del juego?
7. ¿Qué otros objetivos, de forma indirecta, se pueden conseguir con la puesta en práctica del juego?
8. ¿Has tenido que modificar algo del juego original?
9. ¿Qué niños participan con mayor motivación, los pequeños o los mayores?
10. ¿Han existido algunas variables externas que han influido de forma negativa en el desarrollo del juego?
11. ¿Qué variables son necesarias controlar para que el juego se desarrolle con normalidad?
12. ¿Qué variantes añadirías al juego?

## ANEXO 3



### **Juego:** Stop.

**Descripción:** Un compañero dice: "Declaro la guerra a mi peor enemigo que es "un nombre", y el elegido tiene que tocar la tabla que está en medio de todos y dice "Stop". Entonces los compañeros se detienen y al que le declararon la guerra tiene que ir calculando a cuantas brazadas están sus compañeros. Empezará nombrando al compañero más próximo y diciendo a cuantas brazadas está de él, para anotarse un punto si hace el cálculo exacto. Luego seguirá hacia el siguiente compañero, tras decir su nombre y las brazadas que estima de distancia. Y así hasta que haya llegado a todos. Después, este compañero empezará el juego declarando la guerra a otro compañero. Tras participar todos comprobar quien tuvo más puntos.

**Material:** Tabla.

**Edad Aproximada:** 5-7 años

**Instalación:** Piscina profunda o poco profunda.

**Variantes:** ¿Y si en vez de brazadas son patadas, podrán hacerlo?, ¿Y si los participantes deben cambiar de estilo tras cada compañero?

### **Reflexiones del educador:**

- ¿Logran calcular la distancia de sus compañeros?
- ¿Cuál es la brazada preferida para llegar a sus compañeros?
- ¿Qué estilo utilizan para huir?
- ¿Hay espacio suficiente?

### **Reflexiones para plantear al alumno:**

- ¿Alguien no logro calcular la distancia? ¿Por qué?
- ¿Qué estilo os parece mejor para llegar a tus compañeros? ¿Por qué?
- ¿Cuál os gusta para huir? ¿Por qué?
- ¿El espacio os parece suficiente?

### **Variables complejas:**

- El espacio.
- Los estilos que se utilizan.
- El número de compañeros.

## ANEXO 4



**Juego:** Más Arriba

**Descripción:** Dos compañeros sujetarán un churro, el cual lo mantendrán elevado para que sus compañeros pasen por debajo de él. La forma para pasar por debajo será nadando de espaldas completo y buscando tocar el churro con la mano para estirar el brazo en el recobro. Posteriormente ir aumentando la altura del churro.

**Edad Aproximada:** 5-7 años

**Material:** Churros

**Piscina:** Piscina poco profunda

**Variantes:** ¿Y si ahora la brazada de espaldas para tocar el churro es simultánea?, ¿Y si ahora intentan pasar por parejas?

**Reflexiones para el educador:**

- ¿Logran pasar con facilidad por debajo del churro?
- ¿Se observan problemas con la flotación?
- ¿La forma de desplazarse es eficaz?

**Reflexiones para el alumno:**

- ¿Tenéis problemas con la flotación?
- ¿Qué dificultad encontrasteis para hacer el juego?
- ¿Os desplazáis de forma eficaz?

**Variantes complejas:**

- La posición del churro
- El tipo de desplazamiento

## ANEXO 5



**Juego:** Abriendo paso

**Descripción:** Los alumnos tendrán que pasar de un extremo a otro de la piscina, pero en el camino encontrarán obstáculos. Por lo tanto, deberán llevar los brazos extendidos al frente para ir quitando el material al ir moviendo los brazos solamente hacia los lados, de manera que realicen el movimiento de agarre de la brazada de braza.

**Material:** Diversos objetos flotantes.

**Edad Aproximada:** 5-7 años

**Instalación:** Piscina profunda o poco profunda.

**Variantes:** ¿Pueden pasarse al otro lado solo moviendo los brazos?, ¿Y con la cabeza afuera del agua?

**Reflexiones del educador:**

- ¿De qué forma realizan el movimiento?
- ¿Encuentran dificultad para avanzar?
- ¿El material es suficiente?
- ¿La distancia es excesiva?

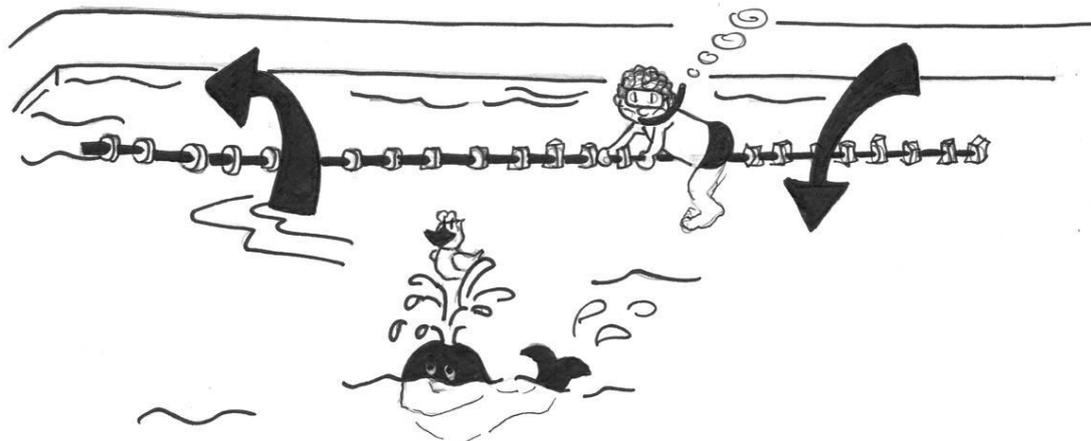
**Reflexiones para plantear al alumno:**

- ¿Me podéis decir que movimientos hacíais para quitaros los obstáculos que encontrabais?
- ¿Creéis que el material es suficiente o hacía falta más?
- ¿Qué os parece la distancia?
- ¿Os costó trabajo avanzar entre el material?

**Variables complejas:**

- La distancia.
- El espacio.
- La cantidad de material.
- La posición de cuerpo.

## ANEXO 6



**Juego:** Las Ballenas.

**Descripción:** Los alumnos estarán en posición perpendicular a las corcheras, y las irán cruzando por encima al coger estas con las manos a la vez y posteriormente tirar de ellas.

**Material:** Corcheras.

**Edad Aproximada:** 7-9 años.

**Instalación:** Piscina poco profunda o profunda.

**Variantes:** ¿Pueden coger las corcheras después de sacar los brazos simultáneamente por fuera del agua?, ¿Son capaces de pasar las corcheras sin utilizar los brazos?

### Reflexiones del educador:

- ¿Intentan utilizar todo el empuje que les pueden dar los brazos?
- ¿Cuál es su forma para coger la corchera?
- ¿Realizan un movimiento similar a la respiración en mariposa?
- ¿Utilizan tanto los brazos como las piernas para cruzar la corchera?

### Reflexiones para plantear al alumno:

- ¿De qué forma movisteis los brazos para cruzar las corcheras? ¿Cuál creéis que es la más eficaz?
- ¿En qué estilo nos puede ayudar este juego? ¿Por qué?
- ¿Utilizasteis brazos y piernas para impulsaros y cruzar la corchera?
- ¿Os hicisteis daño con la corchera?

### Variables complejas:

- El espacio entre corcheras.

## ANEXO 7



**Juego:** Las Combinaciones.

**Descripción:** Utilizaremos los cuatro estilos para combinar la brazada de uno con la patada de otro, y entonces intentaremos ponerle un nombre.

**Material:** Ninguno.

**Edad Aproximada:** 9-11 años

**Instalación:** Piscina profunda o poco profunda.

**Variantes:** ¿Y si ahora por parejas, un compañero realizara la brazada y el otro la patada?, ¿Y si en cada largo todos nadamos la combinación creada por cada compañero, y luego votamos la más original?, ¿Y si se les permite utilizar material en su creación?

**Reflexiones del educador:**

- ¿Cuáles son las combinaciones que lograron?
- ¿Realizaron todas las combinaciones posibles?
- ¿Dominaron la actividad?
- ¿Coordinan la patada con la brazada?

**Reflexiones para plantear al alumno:**

- ¿Cuántas combinaciones pudisteis hacer?
- ¿Creéis que son todas las posibles o falta alguna? ¿Cuál?
- ¿Qué dificultad encontrasteis para nadar combinando los estilos?
- ¿Con que combinación de estilos se requiere más coordinación? ¿Por qué?

**Variables complejas:**

- La distancia.
- Hacerlo por parejas.

## ANEXO 8



### **Juego:** Las Focas

**Descripción:** Vamos a ir de rodillas con los brazos arriba sobre una colchoneta, y cuando lleguemos al final de la colchoneta nos inclinaremos mientras bajamos rápidamente los brazos, para entonces tratar de entrar al agua con las manos en primer lugar.

**Material:** Colchoneta

**Edad Aproximada:** 5-7 años.

**Piscina:** Piscina profunda

**Variantes:** ¿Y si al final de la colchoneta el profesor o un alumno sujetara un aro, para entrar por el interior de este sin tocarlo?, ¿Y si ahora tratamos de cruzar la colchoneta de pie con los brazos en alto, para luego entrar por el aro situado al final de la colchoneta?

### **Reflexiones para el educador:**

- ¿Se aproximan al agua sin miedo?
- ¿Logran mantener el equilibrio?
- ¿Cuándo se lanzan al agua se desplazan hacia delante o van hacia abajo?
- ¿Realizan la flecha mientras están entrando al agua?

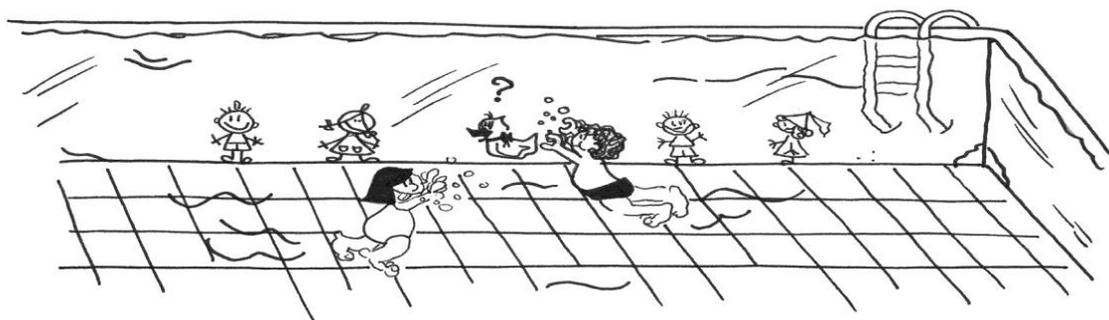
### **Reflexiones para el alumno:**

- ¿Mantenéis el equilibrio hasta llegar al final de la colchoneta?
- ¿Cuándo entráis al agua os desplazáis hacia delante o hacia el fondo de la piscina?
- ¿Mantenéis la flecha cuando entráis al agua?

### **Variantes complejas:**

- El tipo de aproximación
- El material

## ANEXO 9



**Juego:** Rescata tu Muñeco.

**Descripción:** Se depositarán muñecos en el fondo de la piscina y pegados a una pared, entonces a la señal del profesor los alumnos, que se encuentran en la pared contraria, saldrán nadando o buceando para rescatar un muñeco cada uno y llevarlo hacia su extremo. Pero se les pedirá a los participantes para que se consuma el rescate, que tras recoger el muñeco del fondo deberán superar una marca que se deja en el bordillo antes de salir a la superficie a respirar. Si se consigue superar esa marca, se continuará con el desplazamiento para dejar ese muñeco en su extremo y volver a por otro.

**Material:** Muñecos sumergibles, material en bordillo.

**Edad Aproximada:** 5-7 años.

**Instalación:** Piscina profunda.

**Variantes:** ¿Y si vamos alejando poco a poco la marca que situamos en el bordillo que indica si el rescate se ha completado con éxito?, ¿Y si tienen que sacar del fondo otro tipo de material de buceo?

### **Reflexiones del educador:**

- ¿En qué momento se sumergen para buscar el muñeco?
- ¿Utilizan siempre la misma estrategia?
- ¿Cuál es el estilo preferido para sumergirse?
- ¿Logran encontrar con facilidad el objeto a rescatar?

### **Reflexiones para plantear al alumno:**

- ¿Para buscar vuestro muñeco os sumergís desde que salís de la pared o un poco antes de llegar a la otra pared? ¿Por qué?
- ¿Qué estrategias utilizasteis para rescatar el muñeco?
- ¿Qué estilo os parece el más adecuado para ir por debajo del agua? ¿Por qué?
- ¿Pudisteis sacar con facilidad el objeto que os fue designado?

### **Variables complejas:**

- El número de objetos.
- El tamaño del objeto.
- La distancia.
- La profundidad.