



**Facultad de educación de Palencia**

**UNIVERSIDAD DE VALLADOLID**

## **LA NATACIÓN ESCOLAR EN FORMATO INTENSIVO**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

**GRADO EN EDUCACIÓN PRIMARIA/MENCIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**AUTOR: JAVIER LUENGO GARCÍA**

**TUTOR: SHEILA MARÍA SÁEZ BARRIOS**

**PALENCIA, 2024**

# Resumen

El presente trabajo fin de grado aborda la problemática de la disminución de los cursos de natación escolar en los colegios, causada por desafíos logísticos y económicos. El estudio se centra en evaluar si la temporalización actual de estos cursos es adecuada o si fuese más efectivo implementar un formato de cursos intensivos. La investigación propone un modelo de curso intensivo con una duración de dos semanas, con diez sesiones distribuidas en los días lectivos correspondientes a ese periodo. Además, se llevará a cabo un cuestionario cualitativo dirigido a docentes y familias para recoger sus opiniones sobre la natación escolar y la viabilidad del formato intensivo. Los resultados permitirán analizar la conveniencia de adoptar este enfoque para los cursos de natación en el ámbito escolar.

**Palabras clave:** Natación escolar, medio acuático, educación, intensivo, Educación Física y piscina.

# Abstract

This final degree Project addresses the issue of the decline in school swimming courses in schools, caused by logistical and economic challenges. The study focuses on evaluating whether the current scheduling of these courses is adequate or if implementing an intensive format would be more effective. The research proposes an intensive course model lasting two weeks, with ten sessions distributed over the working days corresponding to that period. Additionally, a qualitative questionnaire will be conducted with teachers and families to gather their opinions on school swimming and the feasibility of this intensive format. The results will allow for an analysis of the advisability of adopting this approach for school swimming courses.

**Key words:** School swimming courses, aquatic environment, education, intensive, physical education and swimming pool

# ÍNDICE

0. INTRODUCCIÓN .....	4
1. JUSTIFICACIÓN.....	5
2. OBJETIVOS .....	7
3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA .....	8
3.1. ASPECTOS BÁSICOS DE LA NATACIÓN.....	8
3.2. BENEFICIOS DE LA NATACIÓN. ....	9
3.3. CLASIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS. ....	12
3.4. LA NATACIÓN EN LA ESCUELA.....	13
3.5. LA NATACIÓN EN EL CURRÍCULUM. ....	15
3.6. DIFERENCIA Y PARECIDOS DE CURSOS INTENSIVOS Y EXTENSIVOS. ....	17
4. METODOLOGÍA.....	20
5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA Y RECOGIDA DE DATOS.....	22
5.1. PROPUESTA PARA UN CURSO DE NATACIÓN ESCOLAR DE DOS SEMANAS.....	22
5.2. FORMULARIO A FAMILIAS SOBRE LA NATACIÓN ESCOLAR. ....	29
5.2.1 La muestra.....	29
5.2.2 Las variables .....	29
5.2.3 Los instrumentos de recogida .....	30
5.2.4 Análisis de las respuestas .....	30
5.2.5 Conclusiones del formulario.....	35
5.3. FORMULARIO A DOCENTES SOBRE LA NATACIÓN ESCOLAR. ....	36
5.3.1 La muestra.....	36
5.3.2 Las variables .....	36
5.3.3 Los instrumentos de recogida .....	37
5.3.4 Análisis de las respuestas .....	37
5.3.5 Conclusiones del formulario.....	43
6. CONCLUSIONES .....	45
7. BIBLIOGRAFÍA .....	50

# 0. INTRODUCCIÓN

Este trabajo fin de grado presentará un estudio sobre si la natación escolar es más adecuada cuando se hace de manera intensiva, con un curso que dure dos semanas y haya una sesión cada día, haciendo 10 sesiones. Comenzará con una parte teórica para comprender mejor los conceptos claves, para posteriormente presentarse una propuesta con ese tipo de programa.

Se va a realizar un estudio bibliográfico que será parte de la fundamentación teórica de este trabajo, en ese apartado se va a comentar que es la natación y sus aspectos básicos, para contar con una base con la que poder entender lo que se quiere conseguir, también se va a conocer cómo es la natación en la escuela, que beneficios tiene la natación, la clasificación que existe dentro de los tipos de cursos de natación, y por último lo que nos dice el DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

Aparte del estudio bibliográfico que se realizará, se contará con una propuesta que consistirá en dicho programa de natación escolar para dos cursos de Educación Primaria en el que el grupo se divide en otros tres grupos para tener objetivos diferentes y adecuados a cada nivel de aprendizaje previo. También se van a comentar las diferentes partes que debe tener una sesión de natación escolar, que se dividirá en tres momentos determinados según propuso Marcelino Vaca. Otra de las cosas que se observará en la propuesta es cómo influye en cada uno de los ámbitos que rodean la escuela y todo lo relacionado con ella.

Posteriormente se va a realizar una investigación cualitativa a docentes por un lado que arrojará unas respuestas determinadas y por otro lado se hará una encuesta a familias con otras respuestas diferentes a las que dieron los docentes. Además de preguntar a ambos sobre el tipo de programa que consideran más adecuado en cuanto a temporalización se refiere, valorando si prefieren cursos intensivos o por el contrario cursos con un periodo

de ejecución más extensivo, que pueden ir desde sesiones cada semana a sesiones cada quince días. También se les preguntará sobre otras incertidumbres como si lo consideran viable tanto logísticamente como económicamente, si debería ser una actividad de Educación Física, en cuantos cursos se debería realizar o que sería más adecuado para proponerla en horario extraescolar, en horario de tarde.

Con todas esas respuestas y los resultados obtenidos, además de lo comprobado en la revisión bibliográfica se realizarán conclusiones sobre este tema. Así se comprobará si es adecuado un programa de natación escolar intensiva para desarrollarse en las escuelas.

## **1. JUSTIFICACIÓN**

Este trabajo que se presentará a continuación consiste en una propuesta en la que se planteará integrar el medio acuático en colegios o centros escolares de manera intensiva, con parecido a los cursos realizados en verano para aprender a nadar. Se comprobará si un plan intensivo o masivo es más favorable que uno extensivo y para ello se observarán las ventajas e inconvenientes de ambos planes.

El tema elegido se relaciona con el área de Educación Física, y me inquiera una gran motivación porque mi trabajo de verano suele ser impartir los cursos de natación de forma intensiva a niños en una piscina, y siempre ha existido un tema debatido en esos cursos, porque las familias muchas veces trasladan la idea de que aprenden mucho más en estos cursos de verano que cuando van sus hijos a natación con la escuela con programas extensivos.

Con este trabajo se pretende encontrar los parecidos y las diferencias que existen al dar natación para los centros escolares en el horario lectivo, en concreto en Educación Física, con los cursos de verano, con clases todos los días seguidos, a diferencia de los programas de los colegios que suelen consistir en una clase semanal, o cada dos semanas.

Además de plantear como se podría llevar a cabo esta integración en los horarios lectivos, la metodología que se debería utilizar y que cosas serían necesarias para que este formato

pudiese funcionar.

Se ha escrito mucho sobre cómo elaborar las sesiones de las unidades didácticas en las que se trabaja la natación, pero en este trabajo se quiere cuestionar la temporización de estas unidades, impuestas por la ley y el currículo educativo vigentes, pero otras por comodidad.

Y es que la natación cada vez es más necesaria, en el año 2023 se produjeron 422 fallecimientos por ahogamiento en espacios acuáticos, siendo el cuarto registro con más defunciones en la serie histórica, y siendo el peor dato desde el año 2019 (RFESS, 2024). Por lo que las muertes por ahogamiento en medios acuáticos de manera no intencional son preocupantes y la mejor manera de poder bajar estas cifras es con una sociedad que sepa desenvolverse en el medio acuático.

Para poder reducir estas cifras se debe intervenir desde los propios centros escolares, pudiendo ser la natación escolar incorporada a la educación física escolar, o como parte de actividad extraescolar para los centros.

La integración de las actividades motrices acuáticas en la educación física escolar es importante porque es una adaptación al medio. “Permite al alumnado la exploración de nuevas formas y posibilidades de movimiento. El control de la motricidad, el dominio del gesto motor es evaluado de manera inmediata y exige ajustes que los niños exploran, comprueban e integran en su bagaje motor” (Vaca, 2005, p.15).

Con este trabajo se cuestiona que es más eficiente en la implantación de cursos de natación, en los que se pueden abordar de dos maneras, principalmente, la extensiva, en la que se realiza una clase semanal o quincenal o la intensiva que consiste en clases diarias durante un periodo corto de tiempo. Siempre para que en los cursos se mejore el desplazamiento y la asimilación al medio acuático. También se aborda en horario lectivo, como actividad complementaria fuera del horario lectivo.

Para poder comprobar todo lo comentado anteriormente se deberá estudiar lo que la ley dicta para poder incorporar la natación en la escuela, así que en este caso será estudiado

el Decreto 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la educación primaria en la Comunidad de Castilla y León.

Se estudiarán diferentes formas de aprendizaje, tomando como referencia a diversos autores. En cuanto a psicología escolar, el alumnado aprende mejor cuando el aprendizaje es reciente para realizar un andamiaje correcto de sus aprendizajes previos con los futuros. Así como con otras teorías psicológicas como puede ser el aprendizaje motor, o los diferentes tipos de memorias que tenemos.

Una vez estudiado y analizado eso, se hará una propuesta de cómo podría ser una manera diferente de realizar la natación escolar en el contexto educativo de manera más funcional. Por último, se valorará si es posible realizar los cursos destinados a los colegios así, o se tendrá que seguir haciendo de la manera estipulada.

Para comprobar si se está en lo cierto, y comprobar si este cambio es interesante, se va a realizar un formulario a docentes para conocer su opinión sobre el tema, comprobar si están de acuerdo con lo que se pretende estudiar en este trabajo. También se preguntará a familiares sobre su opinión con la natación escolar, para observar su importancia y cómo es más favorable llevarla a cabo de manera que sea más accesible a las familias. De esta manera se podrá saber la opinión de dos de los aspectos más importantes para poder desarrollar este plan en algún momento.

## **2. OBJETIVOS**

- Iniciar un programa de natación escolar.
- Implementar situaciones de aprendizaje que permitan valorar la natación como actividad escolar.
- Dar cuenta de los beneficios que tiene la práctica diaria de la natación.
- Crear un plan de centro vinculado con la natación como actividad.
- Analizar la viabilidad de la propuesta a partir de la implicación de familias y el equipo docente.

## 3. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

### 3.1. ASPECTOS BÁSICOS DE LA NATACIÓN.

La natación es una actividad motriz que se realiza en el medio acuático. Es uno de los deportes que más ha evolucionado en los últimos años debido a su expansión en la sociedad. Esta expansión trasciende al aspecto deportivo que junto a los aspectos recreativos, educativos e higiénicos han contribuido en una gran medida a esa expansión.

A diferencia de la mayoría de los deportes en el medio terrestre, la natación precisa del medio acuático ya sea natural o artificial mediante instalaciones construidas tanto interiores como exteriores.

La natación, es la actividad motriz en la que se hace el paso del medio terrestre al acuático, la respiración, la percepción, la orientación y la propulsión cambia de un medio al otro.

La respiración pasa de ser involuntaria e inconsciente, sin presión sobre la caja torácica y con periodos respiratorios regulares a ser en el medio acuático totalmente voluntaria y consciente, forzada al tener menos tiempo para la inspiración y se tiene una presión hidrostática al estar bajo el agua, además la espiración se realiza también dentro del agua.

La percepción y la orientación en el medio terrestre es vertical, con apoyos en el suelo fijos, existe la gravedad y se tiene un patrón filogenético. Mientras que en el medio acuático la posición pasa a ser horizontal, existe ingravidez, no hay apoyos fijos y existe sensación de hundimiento.

La propulsión cambia de ser con las piernas y con apoyos fuertes y estables, usando las extremidades superiores como equilibradoras, a ser en el medio acuático las piernas las equilibradoras y los brazos los propulsores.

Aunque estos son aspectos que cambian de un medio a otro, también cambian las habilidades motrices, en el acuático aparecen habilidades que ayudan a tener dominio y adaptación al medio acuático, respiración, flotación, propulsión, inmersión y saltos.



- La respiración es la habilidad más importante al inicio del proceso de enseñanza, porque es lo primero que se aprende en el agua. No se podría permanecer mucho tiempo debajo del agua sin ahogarnos. Por este motivo la respiración por la boca y la nariz debe ser una habilidad que se domine (Cirigliano 1989).
- La flotación es importante, es la habilidad que permite al niño a permanecer en la superficie del agua. Tiene otros factores para que sea mayor o menor, como el tejido graso y la cantidad de aire en los pulmones. También puede influir el sexo, porque las mujeres tienen más tejido adiposo y más equilibrado que el hombre. Las mamas ayudan a esa flotación (Cirigliano 1989).
- La propulsión, es fundamental para realizarse el movimiento en el agua. Es el desplazamiento a través de brazos y piernas, pero depende en gran medida de la posición hidrodinámica del cuerpo (Franco y Navarro, 1980).
- La inmersión es importante para el desarrollo y adaptación al medio acuático, ya que conseguir su dominio necesita una correcta adaptación del proceso respiratorio.
- Los saltos dan seguridad a los niños, pero deben trabajarse al final de la sesión porque supone un momento desafiante para ellos. El salto proporciona dominio del medio cuando se supera el miedo (I.M.D., 1990).

Estas serían las habilidades motrices necesarias en el medio acuático, y que deberán trabajarse en las actividades que se realizarán para conseguir su adecuada adaptación.

### **3.2. BENEFICIOS DE LA NATACIÓN.**

Según un estudio llevado por Ferrando 1991 (citado por Moreno y Gutiérrez, 1998), “las principales razones que nos mueven para (...) hacer deporte son en primer lugar el hecho de hacer deporte, en segundo lugar, divertirse, en tercer lugar, el gusto por el deporte, y en cuarto y minoritario lugar, por el gusto competitivo”.

Pero, aunque haya varias razones, alguien nos enseñó a nadar, y de ahí podemos saber todos los beneficios que tiene esta actividad física. Por ello se va a analizar esos beneficios, para los más jóvenes y para los adultos, debido a que la natación tiene distintos

beneficios dependiendo la edad a la que esté destinada.

La natación tiene una serie de beneficios, se trata de una actividad divertida que ejercita el cuerpo entero, manteniendo un ritmo elevado del corazón en un esfuerzo continuo mientras la presión sanguínea es más baja al encontrarse en posición horizontal, mejorando también la frecuencia respiratoria. Se trata de una actividad en la cual los riesgos de lesión son muy reducidos y que es ideal para ejercitar músculos que están lesionados o más débiles. Mejora notablemente las articulaciones, la espalda y lo que rodea a la misma.

Se puede llevar a cabo con cualquier edad, siendo muy beneficioso para las personas de edad adulta, además reduce el estrés, mejora el autoconcepto y ayuda a dinamizar nuestras relaciones sociales.

Se crean hábitos de vida saludable mejorando así la vida, con la natación se entrena la resistencia debido a que se trabaja de forma aeróbica, trabajando así el corazón y los pulmones. Se mejora también la respiración y los músculos encargados de llevarla a cabo, además de mejorar la circulación. También se trabaja la flexibilidad de los brazos, la cadera y el cuello.

Además de mejorar físicamente también se mejora psíquicamente porque se segregan endorfinas. “Las actividades en el medio acuático aportan diversión, socialización y mejoran la composición corporal del estudiante. Por otro lado, también disminuye la sensación de sentirse acongojado, siendo uno de los posibles beneficios que este deporte aporta.” (Albarracín y Moreno, 2018, p. 55).

Otro de los beneficios que encontramos siguiendo el estudio de (Vivo, Valero y Manzano, 2018): “Los estudiantes que practican actividades acuáticas en clases de educación física realizan más actividad física deportiva acuática extraescolar y tienden a ser más activos” (p.22). Por lo que la natación escolar permitirá que más jóvenes se involucren en los deportes acuáticos y conseguir una sociedad más activa, en la que cada vez cuesta más hacer deporte.

Además de los beneficios que tiene la natación como actividad física, hay que tener en cuenta los beneficios secundarios que aparecen, estos serían la responsabilidad y autonomía del alumnado.

Esta se trabaja en los momentos de vestuario cuando tienen que cambiarse de ropa y tienen que ser los encargados de recoger sus pertenencias cuando tienen que abandonar las instalaciones. Otro de los factores que se mejoran es el conocimiento de las normas, la piscina tiene sus riesgos y tiene sus propias normas que hay que cumplir, y también se trata de un reto para el alumnado, en el que mejora su responsabilidad.

Algunos de los beneficios que tiene la natación escolar para el alumnado de Educación Primaria son las siguiente que nos las enumera (García Herrero, 2010)

- *Favorece el desarrollo multilateral del niño, tanto físico como psicológico.*
- *Contribuye al crecimiento de huesos y músculos.*
- *Beneficia una correcta evolución de las cualidades físicas básicas y capacidades perceptivo-motrices.*
- *Permite un fortalecimiento óseo y muscular del área de la columna vertebral.*
- *Previenen posibles retrasos psicomotores.*
- *Evita el aumento de la atrofia muscular.*
- *Favorece el control del peso corporal y, por tanto, previene la obesidad infantil.*
- *Desarrolla la seguridad y el dominio de sí mismo.*
- *Aumenta la autonomía y la autoestima.*
- *Desarrolla el rol social, tanto con los iguales como con los adultos.*
- *Favorece la adquisición de hábitos higiénicos y de salud. (P.5)*

Trabajar la natación en la escuela es muy positivo porque es una actividad que permite a los alumnos controlar su cuerpo y desarrollarlo, comprendiendo el valor de la respiración y coordinando los movimientos de su cuerpo para realizar desplazamientos. Además, permite tener una sociedad que sabrá nadar desde primeras edades y permitirá reducir las cifras de ahogamiento que cada año son superiores en nuestro país y siendo cifras de una gran preocupación.

### 3.3. CLASIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS.

Para clasificar las actividades acuáticas se pueden clasificar según la aplicación, el enfoque o el ámbito, en este caso voy a usar la clasificación por ámbitos. Así seguiré la clasificación de Gosálvez y Joven (1997).

- “*Planteamiento utilitario*”: Lo más básico, el objetivo es la supervivencia en el medio acuático, conseguir nadar para dominar el medio, saber desplazarse, haciendo cambios de dirección o paradas y zambullidas. Se asemeja a los cursos de natación más clásicos.
- “*Planteamiento competitivo*”: “Tiene como objetivo la formación y entrenamiento de deportistas, su fin último es el rendimiento y engloba las especialidades deportivas de la Natación” (Gonsálvez y Joven, 2009, p.19). En este planteamiento se busca la competición y se perfeccionan los estilos (brazo, espalda, mariposa y crol) buscando la eficacia. La natación como deporte, formación y entrenamiento de nadadores.
- “*Planteamiento de salud*”: Mejorar la salud principalmente, también la condición física, o el estado físico, son cursos que se implantan para grupos de personas específicas, como pueden ser adultos, bebés, tercera edad o con discapacidades tanto físicas como psíquicas.
- “*Planteamiento recreativo*”: A diferencia del anterior, este va dirigido principalmente para jóvenes y con el objetivo lúdico. A la vez se trabaja la socialización y los hábitos de higiene. También pueden servir para mejorar la condición física. Su objetivo principal es el ocio y la diversión.
- “*Planteamiento educativo*”: El objetivo es que los estudiantes escolares ganen dominio en el agua. “Tiene como objetivo complementar la formación integral del alumnado utilizando el agua como un medio más de la Educación Física”. (Gonsálvez y Joven, 2009, p.19). Pero además que no solo tengan ese dominio es el objetivo, se pueden aprender otras muchas cosas con la natación escolar, como ya hemos observado en el apartado de beneficios de la natación.

### **3.4. LA NATACIÓN EN LA ESCUELA.**

Los primeros cursos de natación de la provincia de Palencia son de 1981, en verano y hubo una asistencia de más de 1000 alumnos. Con la creación de la Piscina Climatizada en el año 1983, se pone en funcionamiento el Plan de Oro, que está destinado a colegios, y se contratan monitores para las diferentes clases. Lo realizó el Patronato Municipal de Deportes de Palencia y asesoró la Real Federación Española de Natación.

Con el paso de los años fue necesario crear un Seminario de Natación, que fue dirigido y coordinado por Marcelino Vaca a partir del año 1995, este seminario se creó con el objetivo de mejorar la formación técnica y pedagógica. Así de esta manera Marcelino Vaca propuso que las sesiones debían de tener tres momentos bien marcados, que serían el momento de encuentro en que se realizaría la bienvenida con su saludo, el recibimiento y la primera explicación. La siguiente parte sería el momento de actividad motriz, donde se haría el juego, el calentamiento, la ducha y las recomendaciones y las actividades acuáticas, para llevar a cabo los aprendizajes de las diferentes habilidades acuáticas. Para acabar, llega el último momento, el de despedida, que se hará la ducha, la recogida de atuendo y los saludos para despedirnos. (Vaca, 2005)

En la parte de actividad motriz, al grupo se le ubicará en tres niveles, siguiendo su nivel de aprendizaje, a los niveles se les nombrará Iniciación, Profundización y Perfeccionamiento. Las habilidades acuáticas que se trabajarán en esa parte de la sesión son las siguientes:

- Flotación, inmersión y equilibrio.
- Propulsión, desplazamientos y deslizamientos.
- Respiración.
- Zambullidas y giros.

Vaca (1999) afirma que “Los grupos escolares tienen características diferentes que repercuten en los procesos de enseñanza-aprendizaje y, en relación con la enseñanza de la natación les hay que se inician, y otros que son capaces de desarrollar actividades en la piscina” (p.2).

Además de Marcelino Vaca hay más autores que nos hablan de la natación escolar, así otros como Moreno y Gutiérrez (1998) comentan que se busca un dominio integral del medio, donde se facilite la continuidad de cualquier otro planteamiento, incida en la formación integral del estudiante, a nivel cognoscitivo, motriz y socioafectivo, sea planteado a medio y largo plazo y se utilicen métodos de enseñanza activos, entre otros. Con esta propuesta puede quedar claro que la escuela puede y debe ser un agente decisivo en el desarrollo acuático de los jóvenes, teniendo siempre en cuenta su desarrollo biológico y en armonía con sus intereses.

El medio acuático activa el proceso de enseñanza-aprendizaje llevando a los estudiantes a conocer nuevos aprendizajes situándolos en un ambiente distinto y único, en el que están presentes todas las funciones sociales atribuidas al movimiento como agente educativo. Así según Pérez (citado por Albarracín y Moreno, 2009): “un niño puede hacer en el agua todo lo que hace fuera de ella, pero es necesario que se le brinde el entorno propicio para desarrollar sus potenciales”. (p.72)

Otros difieren en opinión como Boixeda, y Boulch (citados por Albarracín y Moreno, 2009): que consideran que dicha potencialidad se encuentra en estrecha relación con la aplicación de actividades físicas acuáticas dirigidas y organizadas en la etapa de escolarización, destacando las posibilidades formativas para favorecer la experimentación de acciones diferentes y vivencias nuevas, enriqueciendo así el bagaje motriz del alumnado y permitiendo una nueva percepción de este entorno. (P.72)

Terret (citado por Albarracín y Moreno, 2009) “plantea la disertación sobre el agua, el espacio y la escuela, afirmando que todo espacio escolar está planificado para que los estudiantes logren una actitud favorable hacia el trabajo, con calidad, economía, restringiendo los espacios inútiles o no funcionales” (p.72). De este modo el medio acuático se ha transformado para convertirse en un espacio educativo donde se respeten normas diferentes a las que se encuentran en el aula.

A pesar de estas afirmaciones, hoy en el currículo escolar sigue sin estar presente explícitamente la natación escolar. Siguiendo a Miró, citado por (Albarracín y Moreno,

2009) “si dicha programación quiere ser completa debe incluir medio terrestre, aéreo y acuático” (p.72). Desarrollando así la motricidad acuática igual que se trabajaría la terrestre, coordinado eso sí los niveles de maduración. Siendo el desenvolverse en el medio acuático una manera de contribuir a la formación personal, debido a que se mejora la autonomía y la independencia a un medio no conocido ni habitual.

El objetivo principal es la propia educación, guiada por la Educación Física, y ayudada de la acuática.

Evitar los modelos competitivos en los que se aprenden los estilos: braza, crol, espalda y mariposa, que se tratan de un modelo rígido con un estricto reglamento y en el ámbito escolar se debería de poder centrar en desplazamientos de diferentes tipos, así como de tipos de saltos o zambullidas para así comprender lo realmente importante, inventar formas de desplazamiento en el medio acuático. Los modelos no son más que un modelo rígido y limitante

También se pueden usar metodologías recientes como es el Método Acuático Comprensivo (MAC), en donde se busca ser competente en el medio acuático buscando que se aprenda a interpretar las situaciones que reclaman una acción eficaz, así se mejorará la competencia como sentimiento de actuar y confiar en los propios recursos. Se buscará ser competente en equilibrio, control de la respiración, ver objetos en el fondo, bucear, desplazarse, interactuar con el resto de los nadadores y manipular diferentes objetos tanto dentro como fuera del agua. Así uno de los objetivos principales será el aprendizaje cooperativo dentro del medio acuático.

### **3.5. LA NATACIÓN EN EL CURRÍCULUM.**

Para poder realizar esta propuesta es necesario examinar la ley y lo que nos dice esta sobre incorporar el medio acuático a las clases y en concreto a los contenidos. Por ello voy a comentar lo expuesto en el DECRETO 38/2022, de 29 de septiembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Primaria en la Comunidad de Castilla y León.

El currículum nos indica que, en el área de Educación Física, se debe tener unos objetivos que sería la adopción de un estilo de vida saludable y activo, conocer la propia corporalidad e incluir la actividad física como proyecto de vida. Estos tres retos se relacionan con lo que se puede trabajar en la piscina, al ser una actividad física saludable con gran importancia y que se podrá incluir como actividad física en el futuro del alumnado.

Realizar actividades físicas en el medio natural y tener un estilo de vida saludable, es otro de los puntos marcados en la ley y necesarios trabajar en los contenidos de las clases. Por ello nadar puede ser un deporte en el que la adaptación al medio acuático se puede llevar también a cabo en el medio natural.

En cuanto a las competencias específicas del área, podemos ver cómo en el primer eje se habla de vida activa y saludable, el segundo a la adaptación del cuerpo, el cuarto sobre el reconocimiento y puesta en práctica de actividades para la vida diaria. Por lo que con estos ejes de las competencias específicas podemos observar cómo tiene cabida la natación y los contenidos que se pueden trabajar en el medio acuático.

Los contenidos marcados por el currículum están separados en bloques, así que voy a comentar los bloques que tienen relación con el medio acuático. Estos serían el bloque A, de vida activa y saludable, el bloque B que consiste en organizar y gestionar la actividad física. El bloque C, para resolver problemas motrices. El bloque D, en la que entra en juego la autorregulación emocional. En estos bloques podemos ver cómo todo lo que se puede trabajar en el medio acuático tiene una gran relación con esos bloques, así que la actividad de natación tiene relación directa con los contenidos de Educación Física.

Una vez observamos los puntos en los que la natación escolar puede tener relación con la ley, hay que comentar que, a pesar de estos puntos, no hay puntos en el que se nombre la natación escolar como tal, solo hay punto donde puede enclavarse, pero no ser obligatorio.



### **3.6. DIFERENCIA Y PARECIDOS DE CURSOS INTENSIVOS Y EXTENSIVOS.**

Los cursos de natación de la escuela, como se ha comentado, suelen tener un predominio de temporalidad extensiva, cursos de un día a la semana, o cada dos semanas. Siendo así su duración de al menos un trimestre. Mientras que, por ejemplo, los cursos de verano suelen ser intensivos o masivos, donde se dan clases cada día de la semana durante un periodo de tiempo corto, como pueden ser dos semanas, tres semanas o cuatro semanas.

Hay grandes diferencias entre aprender una actividad de manera extensiva e intensiva, la más importante es que cuando se trabaja de manera extensiva después de tanta separación entre clases, el comienzo de la clase es necesario usar parte de la sesión de repaso de la anterior, por lo que el aprendizaje puede ser más lento, mientras que, en el formato intensivo, no es tan necesario hacer un repaso de la anterior, al haberse trabajado con tanta cercanía temporal.

Para ello voy a basarme en los diferentes aprendizajes desde la psicología, observando diferentes perspectivas. Para conseguir un aprendizaje eficaz se necesita relacionar los contenidos previos con los recientes, es decir crear un andamiaje entre esos conocimientos que ya tenemos con los nuevos que podemos obtener.

Este es el primer punto a favor de los cursos intensivos, debido a que producir el andamiaje con la clase anterior en la que solo han pasado 24 horas es más sencillo que producir el andamiaje cuando han pasado días de distancia.

También nos tenemos que referir a la memoria, el proceso cognitivo con el que podemos almacenar la información que nos llega a través de nuestros sentidos para poder usarla para realizar una determinada acción, así que en el caso de la natación pasa igual, memorizamos por los sentidos los diferentes conceptos que se trabajan.

Siguiendo el modelo multialmacén propuesto por Atkinson y Shiffrin en el 1968 la memoria está compuesta de tres almacenes, por un lado, está la memoria sensorial (MS), que sería la información que se retiene llegando por nuestros sentidos durante un periodo

de un segundo, después de ese tiempo o esa información desaparece o pasa a la memoria a corto plazo (MCP), que es el siguiente almacén, esta memoria es la memoria de trabajo y de ahí pasa al último almacén que sería la memoria a largo plazo (MLP) (Navarro y Marín, 2018).

Para establecer un determinado aprendizaje en la MLP se debe procesar en la MCP. En esta teoría antes comentada para mantener la información en la MCP hay que hacer repaso continuado de la práctica y pasar a la MLP. Practicar podrá facilitar la retención y la recuperación en la MLP, además podrá incrementar la capacidad para que luego se pueda usar ese conocimiento de manera automática, también se automatizarán las habilidades y usar recursos cognitivos que permitan aprender acciones más difíciles.

En 2016 Kang comenta que es más favorable la práctica distribuida en vez de la práctica de estudio masivo, porque considera que se retiene más información en la memoria a largo plazo cuando se hace de manera espaciada. Por lo que, para él, la práctica distribuida ayuda a que los alumnos puedan recordar mejor los conceptos esenciales o los hechos, facilitando el aprendizaje.

Mientras que otros como Adams, que para muchos es el que propuso el primer modelo teórico y consolidado sobre el aprendizaje motor, a través de su Teoría del Bucle Cerrado (“closed loop theory”) (citado por Navarro, 2001) “efecto de un movimiento es útil para preparar o modificar el movimiento siguiente. Esta teoría explica bien los movimientos que son lentos y regulares, como por ejemplo cuando se aprende a botar un balón, o el automatismo de muchas habilidades” (p.83).

En esta teoría la ejecución será mejor en cuanto más retroalimentación haya en cada ejercicio, por lo que, si la retroalimentación es continua en niños más pequeños, es más probable que se acuerden mejor de la retroalimentación de un día para otro que si hay un periodo de tiempo muy lejano entre sesión y sesión.

Otros como Hull dicen que la distribución de la práctica es más recomendable distribuirla en vez de realizar práctica masiva, aunque estudios posteriores diferencian dos conceptos

como son rendimiento y aprendizaje, ya que la práctica masiva no tenía los mismos efectos sobre el aprendizaje que sobre el rendimiento, siendo peores los del rendimiento que los del aprendizaje. Como se busca aprendizaje, en concreto de aprendizaje en el medio acuático, sería correcta realizar una práctica masiva (Navarro y Martín, 2018).

Como una vez que se conoce el aprendizaje, es posible seguir practicando por vía libre ese aprendizaje motor, el rendimiento irá llegando si se sigue practicando con el paso del tiempo, pero lo que se busca con un curso de natación escolar es el aprendizaje, más que el rendimiento.

Algunos autores tuvieron la conclusión de que las habilidades motrices a diferencia de las de otros aprendizajes se retienen de una manera más duradera. Hay una gran diferencia entre aprender, matemáticas, donde se espera que cada vez se avance más y el aprendizaje sea más completo, pero en nuestro caso lo que se busca a primera instancia es conseguir un aprendizaje que nos permita sobrevivir y saber desplazarnos en el medio acuático, como he comentado anteriormente, no se busca tanto el rendimiento, eso sería labor para hacer en los clubes de natación dedicados a la competición.

En cuanto a los temas de motivación, también puede ser más adecuado tener cursos más intensivos, ya que para el alumnado tener objetivos a largo plazo, generales y que plantean desafíos difíciles es siempre menos motivante que los desafíos más moderados y que cuentan con objetivos específicos y a corto plazo (Navarro y Martín, 2018).

## 4. METODOLOGÍA

Una vez observada la base teórica de este trabajo, se procederá a la parte práctica de este proyecto, para ello se realizará una propuesta práctica relacionada con el tema del trabajo, que son los cursos intensivos de natación escolar.

Para realizar esta investigación se hizo una búsqueda bibliográfica en la que se respondiera la pregunta central del trabajo, que es comprobar si se da mejor la adaptación del medio acuático cuando se trabaja intensamente. Una vez comprobado la variedad de opiniones sobre este tema en las que se indaga en temas psicológicos y pedagógicos como los relacionados con la motivación, aprendizaje motor, teoría de la memoria o el andamiaje. Para esta revisión, se buscaron libros destinados a la natación escolar, como el caso de los cuadernos técnicos del Patronato Municipal de Deportes de Palencia, también se buscaron artículos destinados también a la natación escolar, aprendizaje, psicología y actividad física.

También se buscó con referencias bibliográficas las características del medio acuático, como son los aspectos básicos de la natación, los beneficios que tiene la natación, las diferentes clasificaciones que tiene, como es la natación en la escuela, con el ejemplo de cómo es la provincia de Palencia a través de los relatos de Marcelino Vaca y por último se hace una revisión al currículum para comprobar cómo tiene puntos en común la natación y el Decreto.

Una vez realizada la revisión bibliográfica se realiza una propuesta de un curso de natación de manera intensiva para dos cursos de primaria, fundamentándose en las teorías de Marcelino Vaca y en su modelo de sesión.

La propuesta tiene un fin orientativo, ya que los cursos de natación escolar los realizan monitores de natación titulados, en los que las metodologías que suelen usar son estilos tradicionales, como el mando directo o la asignación de tareas. El mando directo suele tener un ritmo marcado y la motivación del alumno va a estar orientada a la obtención del objetivo, el monitor adoptará todas las decisiones y el alumno será pasivo y receptivo.

Así el monitor realizará los ejercicios y serán repetidos por los alumnos. El alumno recibirá feedback sobre la resolución de un problema motor.

También se puede realizar modificación del mando directo, que tiene una forma menos formal y la organización es menos estricta. El monitor si toma las decisiones, pero hay mejor comunicación entre el monitor y el alumno.

Mientras en la asignación de tareas habrá una mayor autonomía del alumno, él decide las repeticiones y la intensidad que quiere realizar. El monitor explica y demuestra el ejercicio o movimiento que hay que realizar, el alumno ejecuta la acción y el monitor se desplaza para corregir.

Aunque esas metodologías son las más adecuadas para la natación, también pueden aparecer metodologías de estilo participativo como la enseñanza recíproca donde los alumnos se colocan en parejas y mientras uno realiza la acción el compañero observa y le corrige. El monitor explica la ejecución, la forma de observar y de corregir. El monitor interactúa con los alumnos.

Otra de las metodologías que se pueden hacer es la resolución de problemas, en donde el alumno tendrá que buscar alternativas para resolver el problema motriz, habrá varias soluciones y se tendrán que valorar las distintas soluciones. Los problemas deberán ajustarse a la experiencia del aprendizaje. Con esta metodología lo más importantes será la cantidad de respuestas y la originalidad de estas.

Para comprobar si esta propuesta tuviera una buena acogida entre docentes y familias se hace un estudio a través de dos encuestas una para cada grupo. Con una metodología cualitativa, en la que se enfatizará la reflexión personal y las interpretaciones subjetivas, con la limitación que existirá será incapaz de realizar generalizaciones o suministrar normas objetivas. Se recogerán resultados descriptivos en los que se comentará de manera descriptiva los resultados de las variables y se realizarán comentarios sobre el significado de esas respuestas y la implicación que tendrán. El paradigma será positivista debido a que el objetivo será describir y predecir contrastando modelos teóricos.

Una vez realizado la investigación cualitativa y la revisión bibliográfica se harán las conclusiones basándose en la propuesta presentada de manera que se comentará si es adecuado esa propuesta y sus problemáticas.

## **5. PRESENTACIÓN DE LA PROPUESTA Y RECOGIDA DE DATOS**

### **5.1. PROPUESTA PARA UN CURSO DE NATACIÓN ESCOLAR DE DOS SEMANAS.**

Una vez realizada la investigación anterior presentaré la propuesta de un curso de natación intensivo, del tipo planteamiento escolar para realizar en el contexto escolar. La propuesta se diseñó para realizarla en primero y segundo de Educación Primaria, y la temporalización sería de dos semanas, diez días para realizarla.

La propuesta está diseñada para llevarla a cabo en horario lectivo, se debería invertir dos semanas, y nunca será obligatoria, siempre podrá no realizarse si una familia no lo considera, como si de una salida extraescolar se tratase.

Con esta propuesta se pretende conseguir una sociedad con un dominio acuático que permita reducir notablemente las cifras de ahogamiento y transmitir la pasión por los deportes acuáticos que podrán realizar en el futuro esos mismos alumnos.

La actividad tendría una duración de hora y media, en ese tiempo se llevaría a cabo el transporte hasta la piscina y una vez allí se realizarían los tres momentos que se han propuesto anteriormente en el punto 3.3. Por lo que se empezaría con el momento de encuentro, lo seguiría el momento de actividad motriz y se acabaría con el momento de despedida. Posteriormente se volvería al centro escolar. Por lo que con esta hora y media de actividad se contaría con cuarenta y cinco minutos de actividad motriz, los otros cuarenta y cinco minutos se usarían para los trayectos, los tiempos de vestuario y los momentos de saludo.

El grupo-clase se distribuirá en tres subgrupos, estos grupos dependerán del nivel de aprendizaje que tengan y se les nombrará iniciación, profundización y perfeccionamiento, posteriormente se explicará en que consistiría cada grupo. Previo a la primera clase, se les hará un cuestionario a los alumnos, que tendrán que rellenar con sus familias para preguntarles su experiencia previa en el medio acuático, así los monitores de natación tendrán la idea de que nivel tiene la clase.

Así en los primeros momentos de actividad motriz, se separarán a los estudiantes en sus respectivos grupos, y aunque esos grupos son con los que seguirán las siguientes clases, siempre se les podrá cambiar de nivel para que estén en el grupo más acorde a su nivel de aprendizajes adquiridos.

Y como comenté antes, las clases se impartirán con monitores de natación, en el caso de Palencia estos son del Patronato Municipal de Deportes, ya que el ayuntamiento controla estos proyectos.

Esta propuesta tiene que ir enclavada dentro del proyecto de centro y para poder analizar voy a fijarme en cuatro aspectos: el ámbito jurídico-administrativo, el ámbito ergonómico, el ámbito económico y por último en el ámbito educativo.

### **Ámbito jurídico-administrativo**

Hay que contar con personal que no sea de la plantilla del colegio, es decir, se necesitará contar con monitores especializados en natación, que realizarán su trabajo con los docentes. En muchas ocasiones ayuntamientos y diputaciones cuentan con estos monitores, es el caso de la ciudad de Palencia.

Aunque en Palencia el Patronato de Deportes es el encargado de organizar estas actividades, en otras provincias no suele ser así.

### **Ámbito Ergonómico**

Para realizarse las actividades acuáticas se tienen que contar con instalaciones adecuadas y que tengan cercanía con el centro escolar, por lo que los colegios tienen que nutrirse de

las instalaciones municipales para mejorar este ámbito, así se podrá ofrecer una instalación adecuada. En el caso de Palencia se cuenta con las piscinas municipales del complejo deportivo “Campos Góticos” y las piscinas del complejo deportivo de “Eras de Santa Marina”.

Las escuelas urbanas van a tener mayores facilidades que las rurales, en las ciudades es más sencillo contar con una piscina en las cercanías del colegio, en los pueblos el trayecto va a ser bastante mayor y se complicaría bastante.

### **Ámbito económico**

Este ámbito apenas tiene importancia, salvo por el transporte desde el centro escolar hasta la piscina, que si debe ser cargo de las familias, aunque la mayoría de las veces este gasto está subvencionado. Lo que está claro es que esta es una actividad que no debería ser optativa, en la que unos participen y otros no, por un tema económico.

### **Ámbito Educativo**

Incorporar esta actividad debe tener recogida las características de las materias curriculares, y debe tener estos puntos según Vaca (2005):

- *Están supeditadas a las finalidades de la escuela en esta etapa educativa.*
- *Son materia de enseñanza obligatoria, el alumnado no puede elegirla, tampoco le está permitido abandonar, a no ser que haya razones de fuerza mayor.*
- *Es una asignatura para todos los miembros del grupo clase, los dotados y los no dotados, los interesados y los que no lo están, los que van a privada y los que van a la pública, los de una clase social y los de otra, los del medio rural y los del medio urbano, los nacidos aquí y allá...*
- *Asumirán los principios básicos definidos en el currículo oficial en cuanto al modo de entender el trabajo del profesor y la construcción del aprendizaje por parte del alumnado.*
- *Se adaptan a las dinámicas de horario que se establecen en los centros educativos.*
- *Procurarán que todo el mundo tenga éxito. (p.29)*



Con estos puntos se conseguirá hacer un curso de natación escolar compatible con los principios de cualquier colegio, y permitirá que el aprendizaje sea mayor para los alumnos que acudan a este programa y se formen tanto en el dominio del medio acuático como en otros saberes imprescindibles para las competencias necesarias.

En los tres grupos que comenté antes iniciación, perfeccionamiento y profundización se trabajarán diferentes contenidos dependiendo el nivel, de manera que sean aprendizajes accesibles a cada alumno dependiendo sus niveles, ahora comentaré cuáles serían los contenidos en cada uno.

### **Iniciación**

El objetivo de esta etapa será la supervivencia en el agua y el dominio elemental para tener autonomía de los movimientos que se pueden hacer en este medio para sentirse seguros. Se considerará que tienen superado este nivel cuando consigan desplazarse en un recorrido de cinco metros en ida y vuelta.

En esta etapa los contenidos que se trabajarán serán la familiarización al medio acuático, la respiración, la flotación y la propulsión. Para ello se va a usar una estrategia que va a consistir en ofrecer las tareas adecuadas de cada bloque para que conozca el medio y así afiance la confianza en sí mismo.

En esta etapa se realiza el primer contacto con el agua, por lo que se necesitarán tiempos de adaptación progresivamente para adquirir esas nuevas sensaciones que cambian cuando el cuerpo entra en contacto con el medio acuático.

Las actividades que se llevarán a cabo por cada uno de los contenidos serán los siguientes:

- Familiarización: Las actividades que se realizarán tendrán como objetivo superar los estados como la ansiedad o el temor ante un medio desconocido usando ejercicios relacionados con superar las molestias en las partes del cuerpo más sensibles, conseguir perder contacto con el fondo, hacer inmersiones con los ojos sin cerrar y poder desplazarse por el agua de manera global.

- Respiración: Las actividades irán relacionadas con la inmersión de las vías respiratorias dentro del agua y con la apnea. También se trabajarán las fases respiratorias (inspiración y espiración) y los ritmos de respiración que serán continua y explosiva.
- Flotación: En este objetivo se trabajará con materiales auxiliares la flotación parcial, la flotación con ayuda de otra persona, compañero o monitor, se harán flotaciones enteras con material auxiliar, flotaciones enteras con apneas, diferentes flotaciones en la que se cambia la posición del cuerpo y flotaciones en las que se varía el volumen pulmonar.
- Propulsión: se trabajará con las diferentes formas de propulsión que se tienen (brazos, piernas y ambos a la vez), con diferentes materiales que te permiten flotar de manera parcial, se jugará con la coordinación de movimientos (simultáneos o alternativos) y con las posiciones del cuerpo (vertical, lateral, ventral y dorsal)

Los aspectos para tener en cuenta para comprobar si ha superado esta etapa serán que el alumno sea capaz de desplazarse solo, controle el ritmo respiratorio, que tenga una actitud positiva ante el agua, tenga dominio de las flotaciones principales, controle el cuerpo ante una zambullida vertical y que sea capaz de cambiar de posición, sentido y dirección en el medio acuático.

### **Perfeccionamiento**

El objetivo será tener un dominio total del cuerpo en el medio acuático y de las acciones que se realizan en él. Conseguir superar esta etapa le permitirá tener el aprendizaje técnico posterior para cualquiera de las disciplinas de la natación.

Los contenidos que se trabajarán serán los desplazamientos, los giros, los saltos, los lanzamientos y las recepciones. Se usará una estrategia en la que se le ofrecerá al alumnado varias opciones de movimientos a través de todas las tareas dirigidas y los juegos en el medio acuático.

Las actividades que se llevarán a cabo por cada uno de los contenidos trabajados serán

los siguientes:

- Desplazamientos: Se diferencian los desplazamientos que no son específicos de las técnicas deportivas y los que sí. Se trabajarán sobre las diferentes fuerzas propulsoras y modificando la posición del cuerpo, buscando las combinaciones y experiencias posibles. Se buscará trabajar la variación del sentido, dirección, superficie propulsora, posición y que el alumno en ese proceso sea consciente de lo que está realizando.
- Giros: Se trabajará sobre los ejes corporales por lo que se busca el dominio de los giros en el eje horizontal cambiando de manera fluida de ventral a dorsal, el dominio de los giros para el eje transversal y la combinación de ellos con desplazamientos.
- Saltos: Se deberá prestar atención a la seguridad y los aspectos a trabajar serán el conocimiento y el dominio de las superficies corporales con la que podemos caer al agua, la forma de caer para evitar hacernos daño y el control de la profundidad y de la posición.
- Lanzamientos y recepciones: Se usarán diferentes objetos, no únicamente pelotas. Se trabajará tanto la precisión como la distancia. Las actividades estarán encaminadas a adaptarse al objeto y conseguir desplazarse con lanzamientos.

### **Profundización**

En esta etapa el alumno busca una aproximación y un inicio de los gestos propios y los movimientos fundamentales de los estilos de natación y a las especialidades deportivas del medio acuático.

Los diferentes contenidos que se van a trabajar irán con relación a los estilos de natación (crol, espalda, mariposa y braza), en donde se enseñarán las acciones que realiza el cuerpo en cada estilo, así como del posicionamiento corporal necesario y de cómo realizar la respiración en cada uno de ellos. También se trabajará la iniciación a deportes como el waterpolo o la natación sincronizada.

Para conseguir esos contenidos se tendrán una serie de estrategias que serán el dar al alumnado las progresiones metodológicas de los diferentes estilos, haciendo hincapié en los aspectos más básicos.

Los elementos más importantes para tener en cuenta para cada estilo serán los siguientes:

- Crol: el cuerpo estará en posición ventral, realizando un rolido de lado a lado. Los brazos irán de manera alternativa y tendrán una fase de recobro y una de tracción con sus cuatro fases que son entrada, agarre, tirón y empuje. Y la acción de las piernas que tienen como objetivo principal equilibrar y tendrá una fase ascendente y una descendente. También hay que considerar la coordinación propulsión-respiración.
- Espalda: La posición del cuerpo es tendino supino de forma horizontal, en las que la cadera si estará sumergida, y la cabeza por encima del agua. La acción de los brazos también será de manera alternativa como en crol y tendrá una fase aérea o de recobro y una acuática o de tracción, con sus subfases que son entrada, agarre, tirón, empuje y salida. La acción de las piernas que empezará desde las caderas y tendrá fase ascendente y descendente. Tener en consideración la coordinación brazos-piernas.
- Braza: se tiene un desplazamiento continuado adelante-elevación-descenso del cuerpo. La acción de los brazos tiene dos momentos que son tracción con agarre o barrido hacia fuera y tirón o barrido hacia dentro y el recobro. La acción de las piernas tiene cinco fases que son deslizamiento, recobro, barrido hacia afuera, barrido hacia dentro y elevación. La coordinación se tiene que dar entre brazos-piernas-respiración.
- Mariposa: La posición del cuerpo es ventral, pero realizando ondulación en el cuerpo, que surge de la coordinación del movimiento de brazos y piernas. La acción de los brazos que irán moviéndose a la vez tendrá también una fase propulsiva o de tracción y una de recobro que se realizará por encima del agua. La acción de las piernas tendrá también una batida simultánea. Deberá haber por un lado coordinación brazos-piernas y por otro lado de la respiración.

## **5.2. FORMULARIO A FAMILIAS SOBRE LA NATACIÓN ESCOLAR.**

### **5.2.1 La muestra**

Se ha realizado un formulario a familias que tengan hijos en Educación Primaria, en este formulario no se ha decidido establecer un filtro de ubicación, por lo que se tratan de respuestas de familias de diferentes partes de España y no se han preguntado por la ubicación exacta de esas familias. Se les ha preguntado sobre que curso están sus hijos, y en cuatro casos se ha recibido una respuesta en la que tienen dos hijos, es decir han votado dos opciones de curso. Se han recibido un total de 96 respuestas.

El desglose de estudiantes por cursos es el siguiente:

En primero de Primaria hay 27 respuestas, en segundo de Primaria hay 12 respuestas, en tercero de Primaria hay 15 respuestas, en cuarto de Primaria hay 13 respuestas, en quinto de Primaria hay 11 respuestas y en sexto de Primaria hay 14 respuestas. Además, hay 3 respuestas que marcan que tiene hijo en primero y quinto de Primaria y también hay una respuesta con primero y sexto de Primaria.

### **5.2.2 Las variables**

Se realizaron las siguientes preguntas:

- Tienes un hijo o hija en que curso (en caso de tener más de un hij@ marcar el de uno de ell@s).
- Ha asistido su hijo o hija a un curso de natación fuera del horario escolar.
- Que franja horaria fuera del horario escolar es más accesible para que acudan los niños.
- Tu hijo o hija ha acudido o acude actualmente a un curso de natación organizado por la escuela.
- Aprender a nadar debería ser una responsabilidad de la escuela.
- Que mis hijos acudan a una piscina para aprender a nadar en horario lectivo me parece útil.

- Crees que un plan de natación escolar debería conllevar gastos para las familias.
- Aprender a nadar debería ser una actividad que se lleve a cabo fuera del horario lectivo.
- En cuantos cursos se debería acudir a la piscina a natación escolar.
- Prefiero que mis hijos aprendan natación escolar...
- Un curso de natación escolar intensivo en el que se vaya a la piscina en un único curso determinado de Educación Primaria durante todos los días de dos semanas de clase te parece.

### **5.2.3 Los instrumentos de recogida**

Para recoger los datos se realizó un formulario de Google, con diferentes preguntas y las opciones de respuesta eran diferentes dependiendo de lo que se preguntase en cada momento, así existían preguntas con respuesta múltiple, casillas de verificación, escala lineal o lista desplegable.

### **5.2.4 Análisis de las respuestas**

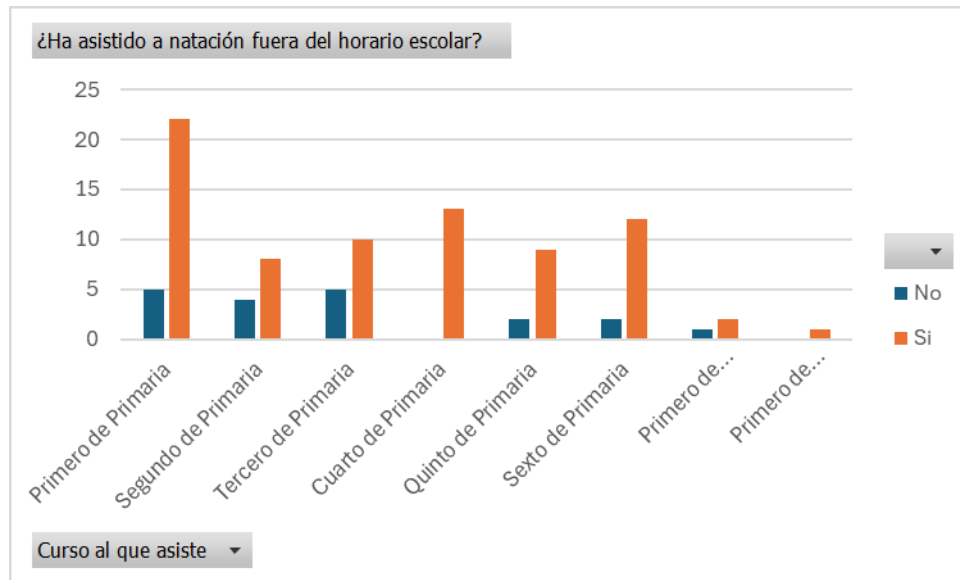
Lo primero que voy a analizar es las respuestas que se han obtenido al juntar las variables de curso con si han asistido a natación fuera del horario escolar. Aquí he obtenido datos bastante significativos, siendo la mayoría respuestas de si ha asistido, pero hay algo interesante que las respuestas de no ha asistido son más propias de las de los primeros cursos de Educación Primaria.

Se tiene que, entre primero, segundo y tercero 14 respuestas de no ha asistido a natación fuera del horario escolar, mientras que entre cuarto, quinto y sexto solo se han tenido 4 respuestas de no ha asistido, por lo que se puede observar como fuera del horario escolar dan más importancia a la natación, siendo ir fuera del horario escolar algo opcional, cuando sus hijos pasan del ecuador de la etapa de Educación Primaria.

A continuación, se puede observar la gráfica de respuestas que se ha obtenido.

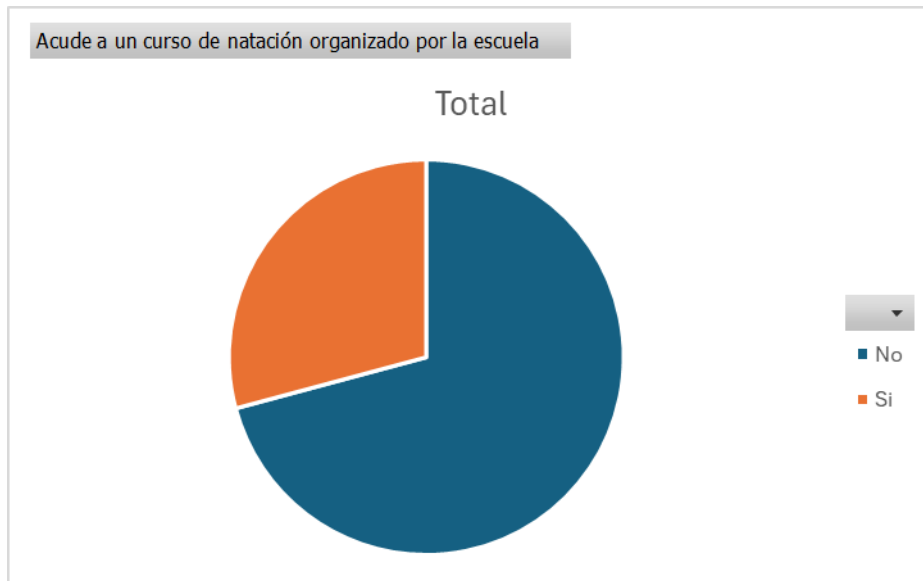
**Gráfica 1.** *Curso de asistencia junto si se ha asistido a natación fuera del horario escolar.*

*Elaboración propia*



Mientras que las repuestas sobre si ha asistido a natación fuera del horario escolar nos han dado esas repuestas, sobre la variable si ha asistido a curso organizado por la escuela, la mayoría de las repuestas han aportado 68 repuestas, por 28 que si han asistido a un curso organizado por la escuela. Por lo que hay una gran mayoría de alumnos que no acuden a natación escolar, ni a ningún tipo de natación organizada por la propia escuela, sigue siendo tendencia el que la escuela no participe ni de oportunidades para impartir natación o realizar planes de natación escolar enfocadas a ser planificadas desde la propia escuela.

**Gráfica 2.** *Se acude a un curso de natación desde la escuela*  
*Elaboración propia*



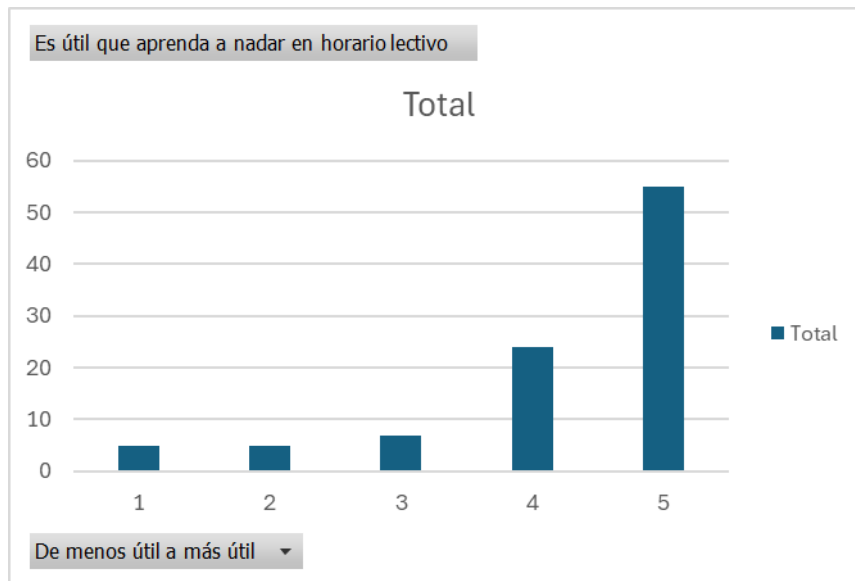
Ante la variable sobre si aprender a nadar debería ser una responsabilidad de la escuela, las respuestas que se han obtenido dicen que claramente las familias consideran que así debería ser, en esta pregunta se pedía valorar de 1 a 5 siendo 1 que no debería ser responsabilidad, y 5 que si debería serlo. Tan solo 17 familias han votado con la respuesta uno o dos, mientras que el resto han votado por las demás variables, es decir consideran que si es responsabilidad de la escuela.

Y sobre la variable de sí que se aprenda a nadar en horario lectivo es útil, se usó también las respuestas de 1 a 5 siendo uno poco útil y cinco muy útil. La media de respuestas es de 4,24, es decir la tendencia es que si consideran que es útil que se aprenda a nadar en horario lectivo, a continuación, se observa la gráfica con las respuestas donde se ve como la tendencia es ascendente hacia que si es útil.



### Gráfica 3. Aprender a nadar es útil en horario lectivo

Elaboración propia



Aunque consideran muy útil acudir a nadar en horario lectivo al preguntar si debería conllevar gastos, la mayoría cree que no debería conllevar gastos para la familia. Al combinar la variable de los gastos que debería tener la familia con la variable de si es útil que aprendan a nadar en horario lectivo se encuentran que las respuestas que consideran que no debería es útil acudir a aprender a nadar en horario lectivo creen que si debiera conllevar gastos a las familias. La media de respuestas de las personas que no consideran útil es de 3,4 en las respuestas de gastos, mientras que quienes consideran que si es útil tienen una media de 2,14 la respuesta de los gastos, por lo que creen que no debería conllevar gastos.

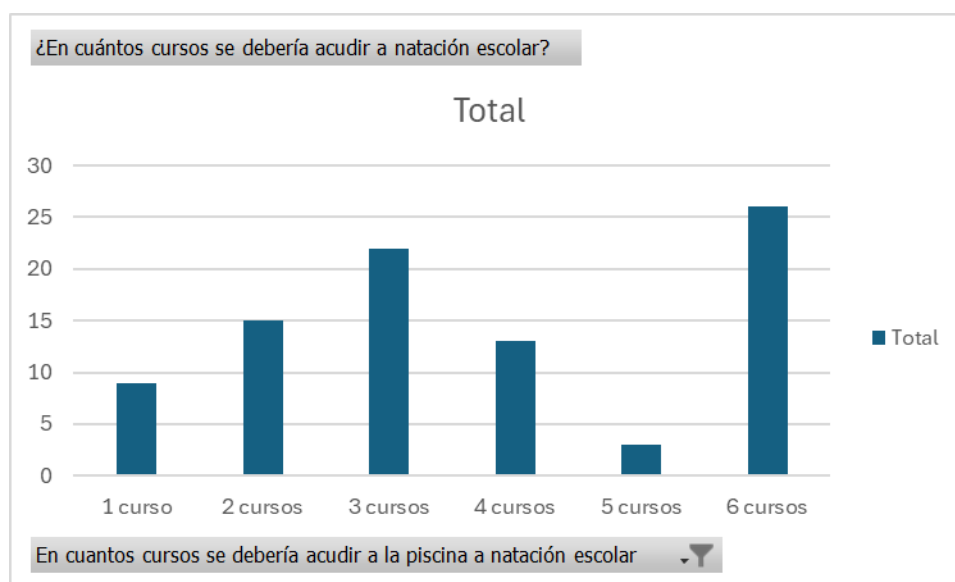
Cuando se pregunta si la natación se debería llevar a cabo fuera del horario escolar se podía contestar como 1 si se está poco de acuerdo y con 5 si se está muy de acuerdo, las respuestas son las siguientes: con poco de acuerdo, es decir votando al 1 se tienen 24 respuestas, 28 respuestas con el 2, 26 con el 3 y el 4 y 5 tienen 9 votos cada una. Por lo que se puede observar que las familias no quieren que se realice fuera del horario escolar. Estas respuestas se combinan con la franja horaria que les gustaría que tuvieran esos

cursos, lo más significativo es que nadie vota para que se lleve a cabo a primera hora de 15:30 a 16:30. Mientras que de 17:30 a 18:30 es el horario más elegido con 47 respuestas, seguido del horario de 16:30 a 17:30 con 18 votos favorables.

Con la variable de en cuántos cursos se debería acudir a natación escolar, se reciben respuestas que no se pueden estudiar al elegir varias respuestas y no tener sentido, por lo que existen 8 respuestas que no tienen valor para este estudio. Lo que sí se puede analizar es que 26 familias creen que se debería acudir en todos los cursos de primaria, mientras que solo 9 creen que se debería acudir en un único curso. Ahora se podrá observar la gráfica con las respuestas obtenidas.

**Gráfica 4.** *Cursos en los que se debe acudir a natación escolar*

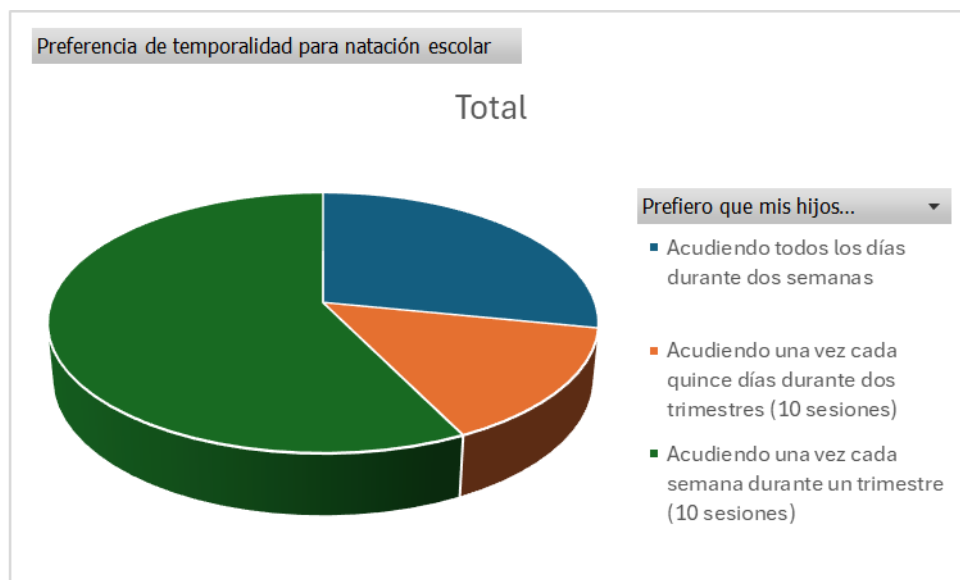
*Elaboración propia*



Se va a comentar ahora sobre qué plan es más adecuado para natación escolar, en cuanto a temporalidad se refiere. Los resultados obtenidos nos indican que las familias lo que más prefieren es que se acuda a la piscina una vez cada semana durante un trimestre con 10 sesiones. Ha sido elegido por 55 familias. Que se acuda todos los días durante dos semanas ha sido elegido por un total de 27 familias, mientras que acudir cada 15 días

durante dos trimestres con 10 sesiones fue elegido por 14 familias. Así se puede ver como la opción preferida por las familias es la primera que se comentaba además con bastante diferencia. Los resultados obtenidos se observan en forma gráfica.

**Gráfica 5.** *Temporalidad preferida por los encuestados para natación escolar*  
*Elaboración propia*



### 5.2.5 Conclusiones del formulario

Analizadas las respuestas de las preguntas realizadas a las familias, se pueden sacar conclusiones.

La mayoría de las familias llevan a sus hijos a clases de natación en algún momento de su niñez, por lo que se puede considerar que es un aprendizaje importante y que no tienen problema en gastar dinero para que sus hijos aprenden a nadar. A su vez, se observa cómo no hay suficientes niños que van a natación escolar, aunque cuando a las familias se les preguntan si consideran útil un programa escolar, las respuestas se orientan a que es útil, por lo que de las familias no viene el problema de que actualmente no se realicen estos programas.

Además, creen que la escuela debería dedicar un tiempo a enseñar a nadar, debido a que

consideran que es un saber necesario como he comentado anteriormente. Es cierto que existen colegios donde se hacen programas de natación escolar en horario extraescolar, muchas veces los horarios son un problema que surgen, al preguntarles sobre que sería mejor para realizarlo como actividad extraescolar. La hora preferida serían las 17:30, lo que no suele ser normal, ya que muchas actividades extraescolares fomentadas desde los colegios suelen ser a las 16:00.

Cuando a las familias se les pregunta sobre el tipo de programa que creen que es mejor para realizar natación escolar las familias piensan que debe ser con un curso de diez sesiones con una sesión por semana, es decir que se vaya a la piscina una vez a la semana, durante un trimestre aproximadamente. Es un punto interesante porque la visión de las familias suele orientarse a su comodidad para preparar a sus hijos para ir a clase, o lo que creen que es mejor para sus facilidades, no da tanta importancia al aprendizaje que se puede conseguir.

Así que con estas conclusiones observo que las familias quieren que exista la natación escolar en sus centros, y que prefieren el tipo de programa de ir cada semana una sesión durante un trimestre.

### **5.3. FORMULARIO A DOCENTES SOBRE LA NATACIÓN ESCOLAR.**

#### **5.3.1 La muestra**

El formulario que se ha llevado a cabo ha sido respondido por diferentes docentes de toda España, sin establecerse un filtro de ubicación, pero si se ha establecido una pregunta para saber de qué especialidad son los docentes que han realizado la encuesta. Las posibles respuestas que se podían responder eran si se es Generalista, de Educación Física, otro y la combinación de varias de ellas. Se han recibido un total de 81 respuestas

#### **5.3.2 Las variables**

A los docentes se les preguntó las siguientes preguntas, en las que en algunas tenían que elegir una opción y en otros valorar de 1 a 5.

- Actualmente eres docente de (marcar una aunque seas de varias)
- ¿Adaptarse al medio acuático es necesario?
- ¿Recibiste NE en tu época como estudiante de Educación Primaria?
- ¿Debería ser obligatoria la NE en la etapa de Educación Primaria?
- ¿Cómo de importante debería ser la NE en la Educación Primaria?
- ¿Cómo de útil te parece que la NE se lleve a cabo cada 15 días?
- ¿Cómo de útil podría ser la NE en un curso de dos semanas con una clase por día?
- ¿Se puede dar mejor el aprendizaje motor con clases seguidas (una cada día)?
- Escoge el formato que consideres más útil para la NE en un curso de Educación Primaria.
- En cuantos cursos crees que sería necesario realizar la NE en Educación Primaria.
- Consideras que es viable tanto económicamente como logísticamente la NE en Educación Primaria.
- La NE debería ser una actividad únicamente de la asignatura de Educación Física.
- ¿Poder realizar un curso de NE, en el que se vaya durante dos semanas seguidas una hora y media a la piscina sería posible si las instituciones lo permitiesen y lo subvencionaran?

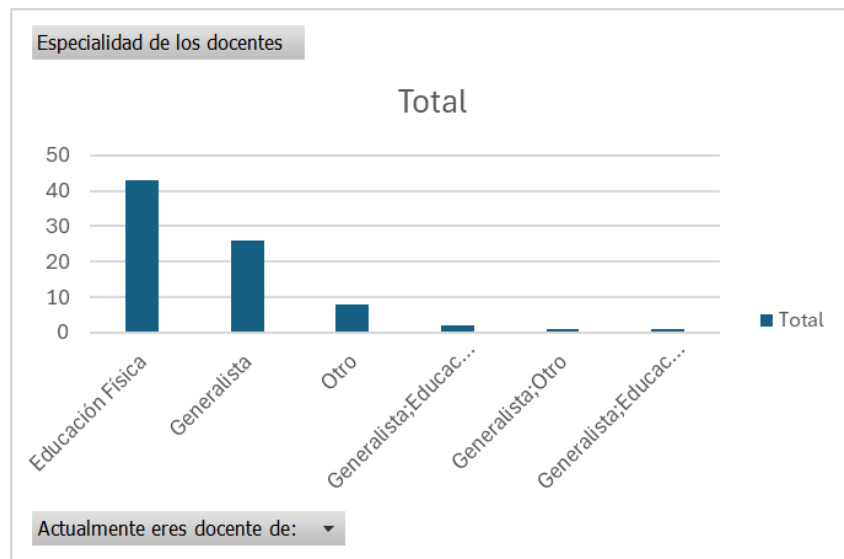
### **5.3.3 Los instrumentos de recogida**

Para recoger los datos se realizó un formulario de Google, con diferentes preguntas y las opciones de respuesta eran diferentes dependiendo de lo que se preguntase en cada momento, así existían preguntas con respuesta múltiple, casillas de verificación, escala lineal o lista desplegable.

### **5.3.4 Análisis de las respuestas**

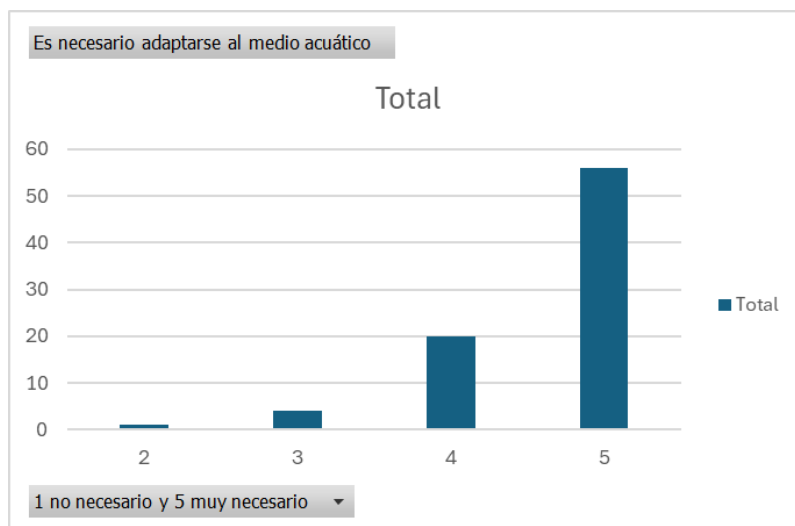
De los docentes preguntados 43 docentes son de la especialidad de Educación Física, 26 son generalistas, 8 tienen una especialidad distinta, dos son generalistas y de Educación Física, 1 es generalista y de otra especialidad y 1 también es las tres cosas. Se trata de una pregunta que ayuda a orientar hacia que opiniones pueden tener los docentes encuestados dependiendo su especialidad de trabajo.

**Gráfica 6: Especialidad de los docentes**  
*Elaboración propia*



Al ser preguntados por si adaptarse al medio acuático es necesario, las respuestas se orientan al 5 que es la opción de que si es muy necesario. 56 de las respuestas marcaron un 5 en esta pregunta quedando un gráfico de esta forma:

**Gráfica 7: necesidad de adaptarse al medio**  
*Elaboración propia*

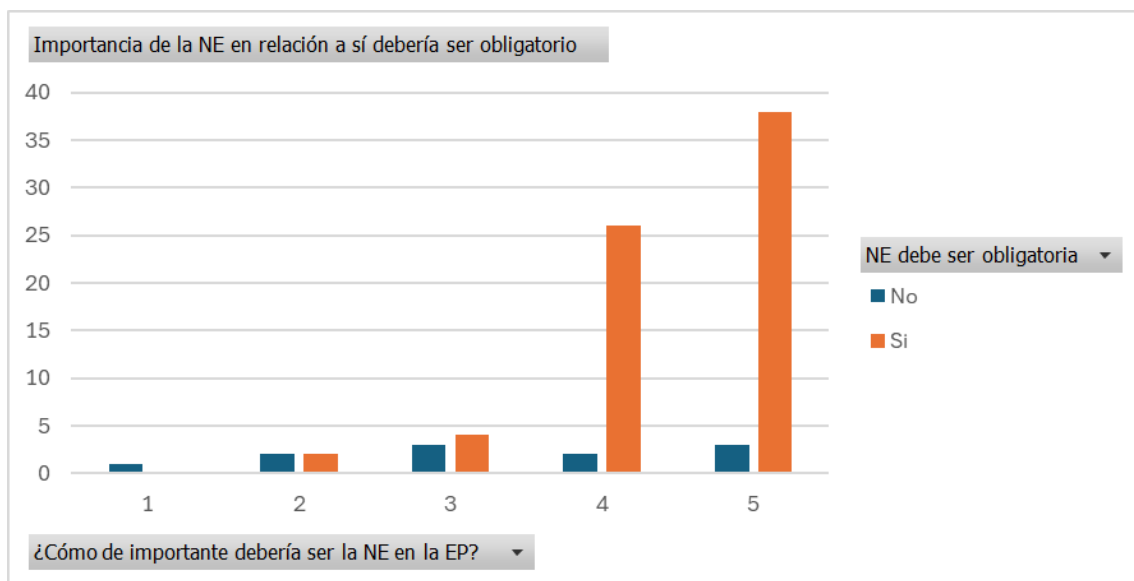


55 de los encuestados no recibieron natación escolar en su época como estudiantes, mientras que 26 si lo recibieron. A su vez 70 creen que debería ser obligatorio mientras que 11 no lo consideran así, lo interesante es comprobar que de los que creen que no debería ser obligatorio 8 de ellos no hicieron natación escolar, mientras que 3 sí que lo hicieron.

Hay una relación entre quienes en la encuesta creían que la natación escolar no debería ser obligatoria, con la importancia que debería tener la natación escolar, aunque también existe la posibilidad de creer que es muy importante, pero no considerarlo obligatorio. En la siguiente gráfica se puede observar cómo las respuestas de que debería ser obligatorio son mayores que las que respuestas marcadas como que no debería ser obligatorio. También se puede observar cómo a menos importancia se le da a la natación escolar menos se considera que debería ser obligatoria. Así se observa que por ejemplo en un nivel de importancia 2 hay mismos votos de si debiera ser obligatoria.

**Gráfica 8.** *Importancia de la natación escolar si es obligatoria*

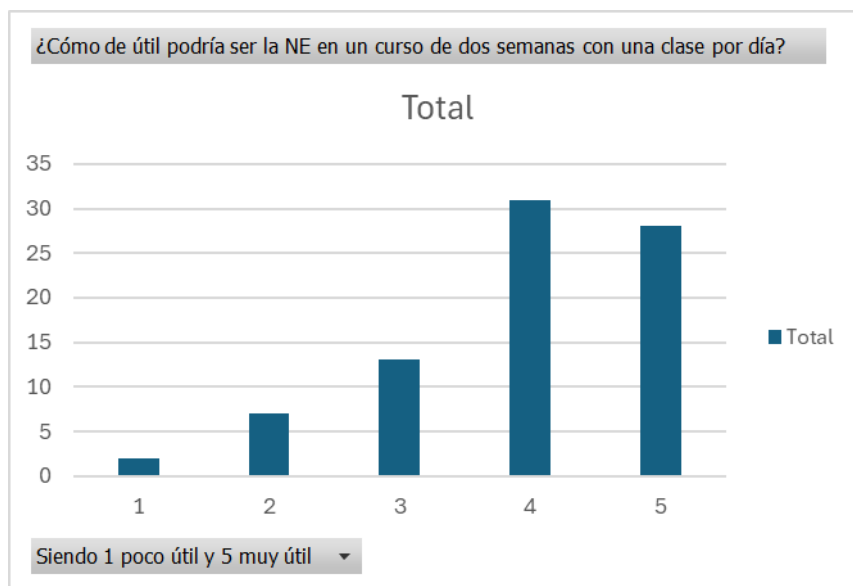
*Elaboración propia*



Al preguntarles como de útil sería un curso de natación escolar con dos semanas diarias con clase de natación, las respuestas recibidas son que sería útil, lo correspondiente a la respuesta 4 o 5 que sería lo más útil y fueron 59 respuestas, mientras que en cuanto a las correspondientes al 1,2 o 3 fueron 22 respuestas, por lo que se observa que si hay una tendencia a que este sistema es útil bajo las opiniones de docentes.

**Gráfica 9.** *Opinión curso de natación escolar de dos semanas*

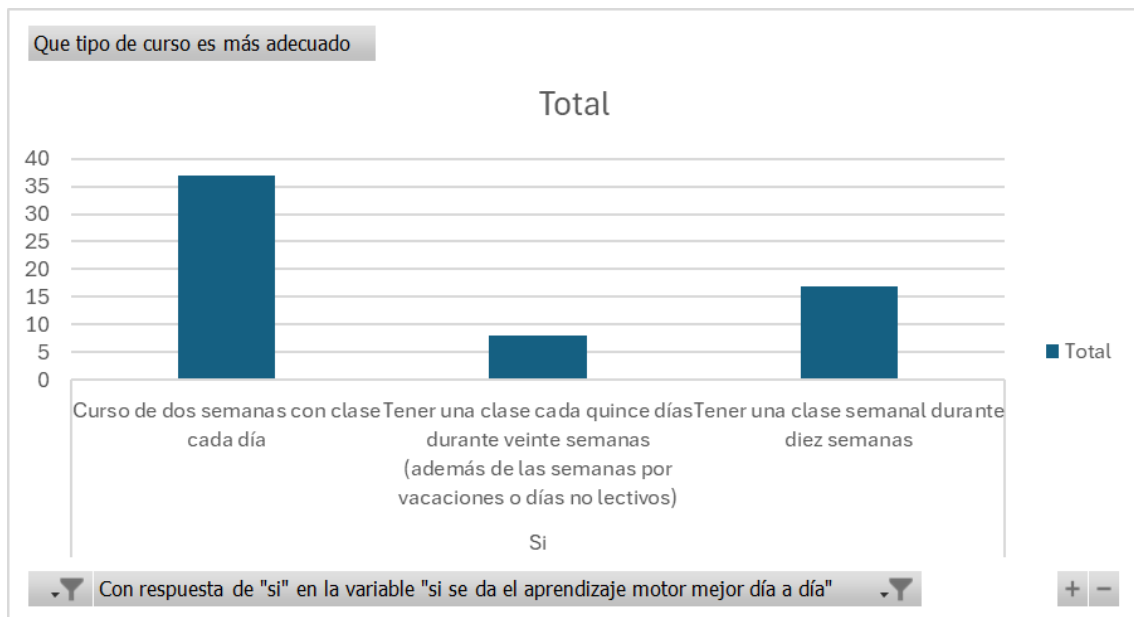
*Elaboración propia*



Cuando se combinan las respuestas de los docentes sobre si es mejor el aprendizaje motor en clases seguidas junto con el formato de curso en cuanto a temporalización más adecuado, se observa cómo los docentes creen que el aprendizaje motor se da mejor con clases seguidas y que el formato más elegido fue el de dos semanas diarias con clase. Para la siguiente gráfica se verán las respuestas de los docentes que, si creen que el aprendizaje motor se realiza mejor cuando se hacen clases diarias, lo piensan 64 de las 81 respuestas recibidas, además se observará que el tipo de curso más adecuado es el de las dos semanas diarias con clase, seguido del semanal de diez.

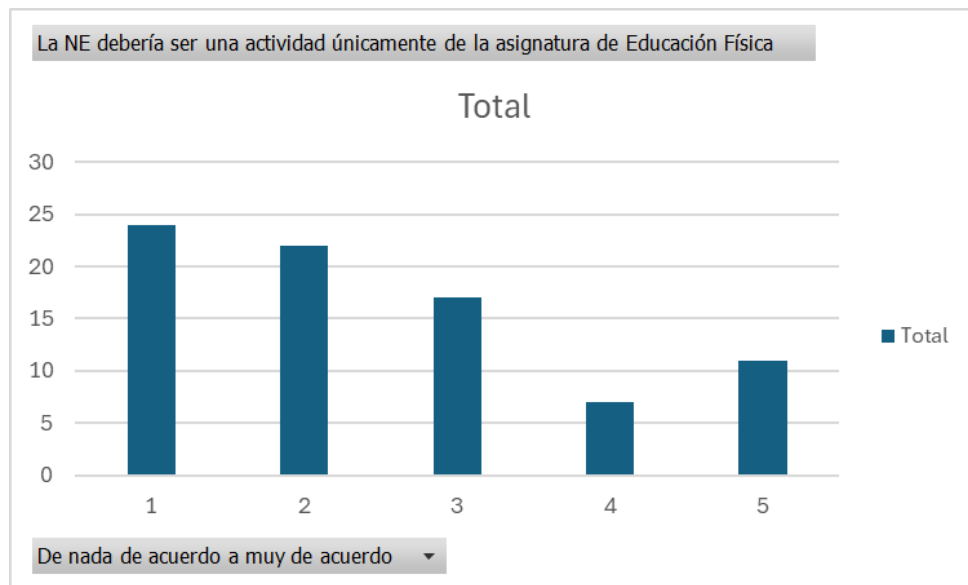


**Gráfica 10.** *Curso más adecuado en cuanto a temporalidad*  
*Elaboración propia*



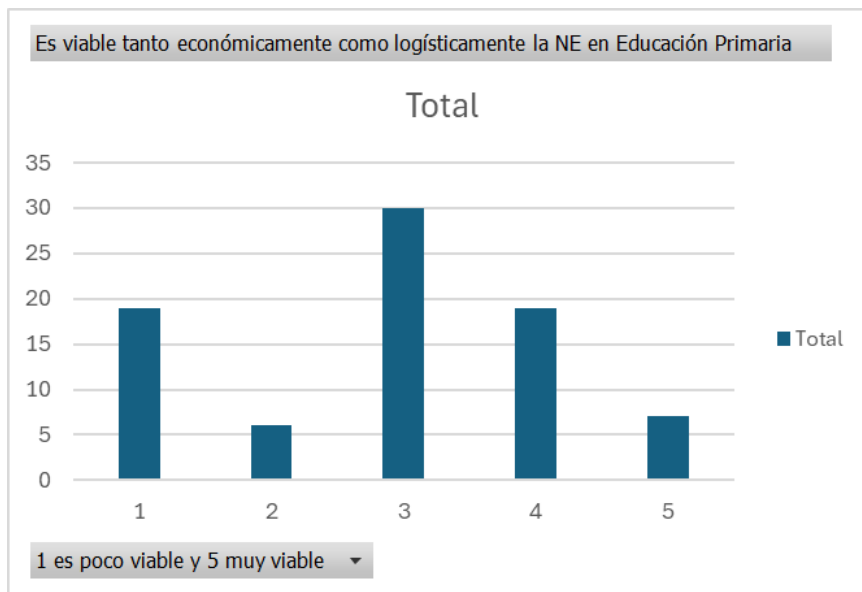
Al realizarse la pregunta sobre si la natación escolar debería ser una actividad únicamente de la asignatura de Educación Física, es decir ser programada, y evaluada por el docente que imparte esta asignatura y no tener la natación escolar relación con el resto de asignaturas, se observa que las respuestas tienden a que no deberían serlo, pero no hay conformidad entre estas, en la siguiente gráfica se observa cómo han sido las respuestas siendo 1 el valor que no se está de acuerdo en esta afirmación mientras que las respuestas que se acerquen al 5 serán respuestas en donde se quiere transmitir que si se está totalmente de acuerdo.

**Gráfica 11.** *La natación escolar como actividad de Educación Física*  
*Elaboración propia*



En cuanto a la pregunta, sobre si es viable tanto económicamente como logísticamente la natación escolar en la etapa de Educación Primaria se ha observado como tampoco existe una conformidad, debido a que se trata de algo bastante complejo, aunque lo que si se ve es que solo 7 de los docentes están muy de acuerdo en que, si es viable, y la gran mayoría dudan al ser la opción 3 la más elegida. Al ser preguntados tanto por logística y económicamente, puede resultar que se dude al darse una de esas variables y la otra no, por lo que es una de las deducciones que se pueden sacar al recibir tantas respuestas con el 3 que se ubica en el centro de las opiniones que se podían dar. En el gráfico siguiente se observa estas respuestas.

**Gráfica 12.** Viabilidad de la natación escolar  
*Elaboración propia*



Así, tras comprobar estas respuestas dadas por los 81 docentes entrevistados, se pueden sacar conclusiones que se observarán en el siguiente apartado.

### 5.3.5 Conclusiones del formulario

Una vez comentadas las respuestas del formulario respondido por diferentes docentes del país, se realizarán las conclusiones obtenidas de dicho formulario, que posteriormente serán tenidas en cuenta para la conclusión final de este trabajo.

La primera conclusión es que los docentes creen necesario adaptarse al medio acuático, y que debería ser importante la natación escolar en la Educación Primaria, por lo que creen que es un aprendizaje que se debería ofertar desde el colegio. Así se observa que realmente los docentes están a favor de estos programas de natación que se podría hacer en horario lectivo y en colaboración con la escuela.

Preguntados por si el aprendizaje motor se realiza mejor en clases seguidas, es decir, día a día, se observa como la gran mayoría creen que sí, y que es mucho más lógico hacer así

este tipo de aprendizaje. Al preguntarles por el tipo de programa que sería más adecuado, aquí el más elegido se trata del hecho en la propuesta presentada anteriormente. Por lo que los docentes consideran que hacer un curso de natación escolar de dos semanas con clase cada día, haciendo un total de 10 sesiones en dos semanas es muy útil y bastante adecuado.

El principal problema es que cuando se les pregunta si estos programas serían viables, surgen dudas, viendo que las respuestas son dispares y que la opción que diría que es más viable no se vota, cierto es que realizar un programa de este nivel conlleva gastos y papeleo que la mayoría de las veces hacen que estos cursos no salgan adelante y ahora no se haga en muchos colegios natación escolar.

Otra de las respuestas que más intriga me creaban era sobre si consideraban que debía ser una actividad destinada a la materia de Educación Física o por el contrario debía ser una actividad extraescolar, las respuestas dicen que los docentes preguntados consideran que no debería ser una actividad únicamente de Educación Física.

Con todo esto la conclusión que saco es que los docentes al igual que las familias consideran que es necesario que haya programas de natación escolar en los colegios, aunque a diferencia de las familias creen que lo más adecuado para realizarlo sería que se hiciese un curso de dos semanas en las que se vaya a la piscina todos los días y sea una actividad que se lleve a cabo únicamente en esas dos semanas. Haciendo las sesiones en una parte de la mañana de esas dos semanas y 10 sesiones lo que llevaría el transcurso de este programa.

## 6. CONCLUSIONES

Tras investigar oportunamente sobre los cursos de natación, concluí que más que aprender a nadar hay que adaptarse al medio acuático, es un saber necesario para evitar accidentes, los índices de ahogamiento aumentan cada año y hay que tener una sociedad preparada para evitar más muertes acuáticas. Para ello es fundamental sensibilizar desde el colegio y formar a los estudiantes en este ámbito.

La natación escolar que propuso Marcelino Vaca en la provincia de Palencia comenzó con éxito en la capital, pero cada vez son más los colegios que no asisten, debido a problemas logísticos u otro tipo de problemas de ámbito institucional. Además, el tipo de temporalización que se lleva a cabo quizás no es el más adecuado y por eso este TFG se plantea la duda de si es más útil otro tipo de programa.

Así se decidió usar la temporalización de los cursos de verano, en los que se hacen cursos intensivos en los que se van dos semanas a la piscina para no tener días entre medias en los que el aprendizaje motor aprendiendo se olvide entre sesión y sesión. El trabajo de un aprendizaje motor como es la natación se asemeja al de la bicicleta, una vez que consigues unos aprendizajes no se olvidan en el tiempo, pero es necesario conseguir ese aprendizaje que en los niños no siempre se consigue en una sesión.

Por lo que dar clases seguidas puede ayudar a adquirir ese aprendizaje de manera más eficaz y, una vez adquirido, apenas se les podrá olvidar a los estudiantes y eso permitirá que la sociedad pueda adquirir conocimientos que le permitan adaptarse al medio acuático, conocimientos como la flotación, el desplazamiento o la respiración.

Debido a que en el colegio en el que realizaba el Prácticum II no se acudía a la piscina decidí hacer unas encuestas así pude comprobar si este sistema puede ser útil. Se preguntó tanto a las familias como a los docentes su opinión sobre este tipo de programa. Las familias no creen que este sea el mejor sistema, sino que creen que es más adecuado un programa de 10 sesiones en los que se vaya una vez a la semana a la piscina. Cosa que los docentes creen que es mejor el programa en el que se fundamenta este TFG, de dos

semanas con clase de natación cada día, haciendo 10 sesiones.

Es cierto que el número de encuestados en familias y docentes no es amplio, pero sirve para hacerse una idea sobre lo que piensan, y así poder ayudarme a hacer estas conclusiones. Aquí puede quedar una línea de investigación en la que las encuestas sean más precisas hacia una muestra exacta.

Los docentes además tienen la idea de que el aprendizaje motor se da mucho mejor cuando se hace con clases día a día, por lo que viendo las ideas plasmadas en la fundamentación teórica se adecuan. Muchos autores concluían que las habilidades motrices se retienen de una manera más duradera cuando se trabaja de manera masiva, siempre y cuando exista una retroalimentación continua, y está siempre será más eficaz si se realiza con un margen de tiempo menor, siempre será más sencillo al niño recordar lo que le dijeron ayer que lo que le dijeron hace una semana en la retroalimentación de las actividades que realizó.

Para observar si es más adecuado el formato intensivo se ha decidido comprobar los métodos de investigación según los psicólogos educativos, de aquí se dedujeron ciertas conclusiones, como es la teoría del andamiaje que consiste en enlazar los aprendizajes anteriores con los presentes, si te acuerdas de esos aprendizajes del día anterior será más sencillo enlazar los aprendizajes, aquí además entra la memoria, donde hacer ese andamiaje te va a favorecer a adquirir esos conocimientos en la memoria a largo plazo. Además, los procesos de motivación favorecen los cursos intensivos, debido a que es más favorable tener objetivos a corto plazo y con objetivos específicos.

Tras comprobarse estas conclusiones de las encuestas realizadas, se hizo una propuesta de un curso de natación escolar para un curso determinado, en este caso de primero y segundo de Primaria, en el que se acudirá a la piscina durante dos semanas en 10 sesiones. Una vez allí el grupo se dividirá en tres grupos, como propuso Marcelino Vaca, esos grupos tendrán unos objetivos diferentes y unas actividades diferentes, acordes a su nivel previo de aprendizaje. De esta forma se conseguirá que todos los alumnos tengan una motivación dependiendo del nivel que tengan.

Aunque el grupo se divide en esos tres grupos antes de comenzar el programa, se podrán hacer cambios de nivel si un alumno consigue ir superando los objetivos y puede subir de nivel.

Las sesiones las impartirán monitores de natación, por lo que se necesitarán la colaboración de otras organizaciones, en el caso de Palencia el Patronato Municipal de Deportes ofrece estos cursos muchas veces. Aquí el problema llega a colegios de ámbito rural, que tienen que desplazarse hacia alguna piscina cercana y necesitan contar con monitores de natación que en este caso necesitarán ser contratados por alguna otra organización, ayuntamiento o por la comunidad.

Además, los colegios de ámbito rural necesitan desplazarse a mayor distancia que los colegios urbanos de una ciudad. Conllevando otro gasto más que también se necesitará sufragar y haciendo que la viabilidad de este programa se complique en este ámbito rural.

Otro de los problemas que surgen bajo mi punto de vista es si estas actividades deber ser obligatorias o por el contrario algo optativo que ofrece el colegio a su alumnado. Por ejemplo, si fuese algo optativo podría ser una actividad como una salida extraescolar y así quedar de parte de la familia la última palabra sobre si su hijo o hija debe acudir a estos programas de natación fuera del colegio. Mi opinión es que estos cursos no deberían ser obligatorios, aunque si debieran ser recomendados, y realizarse de una forma muy similar a cuando se lleva a cabo una semana cultural con actividades, o se hace una salida extraescolar.

Por eso pienso que no debería de hacerse en los seis cursos de Educación Primaria, sino que plantearse para dos cursos únicamente, y siempre lo antes posible en la etapa de Educación Primaria, es decir destinarse a un primero o segundo de primaria y su curso siguiente.

Otro problema es si estos cursos deben evaluarse como parte de la asignatura de Educación Física, además de plantearse desde ese departamento, mi opinión como la que ofrecen los docentes encuestados es que no debería ser parte de la Educación Física, sino

que es una actividad deportiva importante para la sociedad y fomentada por el colegio, pero sin orientarse a la Educación Física.

Una vez comentado mi conclusión sobre un programa de natación intensivo como el realizado en la propuesta pienso que, aunque es una propuesta adecuada, tiene una dificultad enorme para que se pueda realizar. Las instituciones, necesitar ayudas económicas y unas instalaciones y un personal adecuado hace que cada vez se realice menos natación escolar en los colegios y que hoy en Palencia vayan menos colegios a estos programas.

Pregunté en el colegio de mi Prácticum II por qué ya no iban a la piscina en la natación escolar, la respuesta fue porque las instituciones ponían demasiados problemas y al final se decidió dejar de hacer este tipo de programas, porque era más sencillo no ir que todo lo que pedían, también me comentaron que pasaba en más colegios, que se habían cansado de luchar contra las instituciones y que dejan de acudir a estos planes de natación organizados por el Patronato Municipal de Deportes.

Sobre la propuesta hecha creo que hacer un curso intensivo hace descuadrar las programaciones de los colegios, cada vez más saturadas porque cada vez se hacen más actividades, y aunque como se comentó antes adaptarse al medio acuático, es una actividad que tiene unión con el currículo, hay demasiadas actividades que hacer, y aunque es algo que tendría que ser necesario para reducir los ahogamientos, creo que es complicado que los colegios decidan hacer estos cursos.

Pienso que los colegios van por modas, hubo la moda del flúor para los dientes, después de la seguridad vial, una época en la que tuvo importancia la natación escolar, ahora se promociona mucho el aprendizaje cooperativo y la educación emocional, aunque estas dos últimas estoy a favor de ellas, creo que son modas, y desaparecerán con el tiempo como todas las que comentaba antes.

Creo que este programa sería favorable, se debe hacer una autocrítica desde la educación para comprobar y establecer que se deben aprender en la escuela, orientado por la ley,



una ley establecida y que esté unos años sin modificar los contenidos que se deben trabajar en la escuela, y dando importancia a adaptarse al medio tanto acuático como el cercano a los niños.

Este trabajo podrá tener futuras líneas de actuación e investigación, debido a que se trata de un contenido y un tema que puede ser investigado con trabajo de campo, en el que se observe a través de los estudiantes si es más favorable un curso de natación intensivo o extensivo, con recogidas de datos que podrán ser analizadas y estudiadas posteriormente y de esta manera comprobar si realmente es mejor un sistema o el otro.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

- Albarracín, A., & Moreno-Murcia, J. A. (2018). *Natación a la escuela. Hacia una alfabetización acuática*. RIAA. Revista de Investigación en Actividades Acuáticas, 2(3), 54-67. <https://doi.org/10.21134/riaa.v2i3.1307>
- Adams, J.A. (1971). A closed-loop theory of motor learning. *Journal of Motor Behavior*, 3, 111-119.
- Cirigliano P. (1989). *Iniciación acuática para bebés: Fundamentos y metodología*. Buenos Aires: Ed. Paidós.
- Franco P. y Navarro F. (1980). *Habilidades acuáticas para todas las edades*. Barcelona, España: Ed. Hispano Europea.
- García, J. S. (2024). *422 muertes por ahogamiento en 2023, un 8 % más que en 2022*. Real Federación Española de Salvamento y Socorrismo. <https://rfess.es/>
- García Herrero, J. J. (2010). *LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS EN EDUCACION PRIMARIA*. EmásF, Revista Digital de Educación Física (6), 5.
- Gosálvez García, M., & Joven Pérez, A. (1997). *La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos*. NATACIÓN Y SUS ESPECIALIDADES DEPORTIVAS. (C. S. Deportes, Ed.) Madrid.
- I. M. D. (1990). *Metodología didáctica. Nadar Jugando*. Madrid: Ed. Narcea.
- Moreno-Murcia, J. A. (2009). Problemática y beneficios de las actividades acuáticas en la escuela. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 5, 71-89. <https://doi.org/10.5232/ricyde2009.016.05>
- Moreno, J., & Gutiérrez, M. (1998). *MOTIVOS DE PRÁCTICA EN LOS PROGRAMAS DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS*. Askesis Revista Digital, 2.
- Navarro, J. I., & Martín, C. (2018). *Aprendizaje escolar desde la psicología* [Impreso]. Ediciones Pirámide.

- Prieto, I., & Vaca, M. J. (2003). *Aprender a nadar en la escuela* (1.ª ed.) [Impreso]. Editorial Paidotribo.
- Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria. «BOE» núm. 52, de 02/03/2022. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2022/03/01/157/com>
- Vaca, M.J. (1999). *La natación escolar en el P.M.D.* Palencia, España: Patronato Municipal de Deportes.
- Vaca, M.J. (2005). *La integración de las actividades motrices acuáticas en la educación física escolar.* Palencia, España: Patronato Municipal de Deportes.
- Vivó, G., Valero-Valenzuela, A., & Manzano, D. (2018). *Actividades acuáticas en educación física, las actividades deportivas extraescolares y el nivel de actividad física deportiva.* RIAA. Revista de Investigación en Actividades Acuáticas, 2(3), 22-26. <https://doi.org/10.21134/riaa.v2i3.1313>