

**EM 12 / pem 2      Las Actividades Acuaticas en el Ambito de las Escuelas Deportivas  
del Inef de Barcelona**

*PE12 / ppe 2      Aquatic Activities within the Sport Schools of the Barcelona  
Institute of Physical Education*

**ARTÍCULO ORIGINAL**

---

Aragones,-A; Serveto,-P; Ribera-Nebot,-D; Orts,-F; Vendrell,-E; Garcia,-R; Pi,-P; Hernando,-C; Arnau,-C; Baraldes,-J; Taixes,-J., Hernandez,-M; Puig,-N; (1987).

Las Actividades Acuaticas en el Ambito de las Escuelas Deportivas del Inef de Barcelona.

N-S-W:-natacion-saltos-waterpolo, 9(49), Jan/Feb , 24-33.

---



**Las Actividades Acuaticas en el Ambito de las  
Escuelas Deportivas del Inef de Barcelona**

**Hernandez,-M; Aragones,-A; Ribera-Nebot,-D; Serveto,-P; Orts,-F; Vendrell,-E; Garcia,-R;  
Puig,-N; Pi,-P; Hernando,-C; Arnau,-C; Baraldes,-J; Taixes,-J.**

Profesores de las Escuelas Deportivas del INEF de Barcelona 1986-1987

INEFC Barcelona (Universidad de Barcelona)

---

---

*Correspondiendo a la amable invitación para escribir un artículo que desde Madrid nos formuló nuestro amigo Fernando Navarro, vamos a intentar dar una visión general del papel que juegan las actividades acuáticas dentro del marco de las Escuelas Deportivas del INEF de Barcelona. Para ello hablaremos de cómo surgió la escuela y que fines se propone, de la estructura que la conforma, de las condiciones y medios que le permiten trabajar y seguir adelante, y, finalmente, apuntaremos alguna de las experiencias que en ella se han llevado a cabo, con las cuales se intenta enlazar la formación docente de los profesores con sus aspiraciones en el campo de la investigación.*

## **ESCUELAS DEPORTIVAS INEF BARCELONA**

Las Escuelas Deportivas del INEF surgieron para dar continuidad a la campaña "Deporte para todos" que, patrocinada por el CSD se llevaba a cabo en las instalaciones del INEF.

Al desaparecer esta campaña se pasó a llamar a esta actividad "Escuelas Deportivas", que no pretenden ser unas escuelas de iniciación deportiva sino que su finalidad busca, fundamentalmente, un aspecto educativo y lúdico, tanto en el niño como en el adulto.

En las escuelas, pretendemos ocupar el horario extraescolar de los niños proporcionándoles la práctica del mayor número de actividades posibles, tanto educativas como recreativas. De esta forma, se pretende darles un bagaje que les permita conocer sus preferencias y aptitudes en el mundo de la Educación Física y el Deporte, y que les permita no sólo optar por la vía de la especialización deportiva sino también por la adquisición de unos hábitos físico-higiénicos a desarrollar en el transcurso de su vida.

Las EEDD están formadas por un grupo de profesores compuesto por 14 alumnos del centro y por 2 coordinadores, ambos licenciados en E.F. Todos ellos reciben una beca de ayuda económica como contrapartida a las tareas docentes y de funcionamiento interno que en las EEDD se desarrollan, así como de los trabajos de investigación que a lo largo del curso ellos mismos se proponen.

## **ESTRUCTURA DE LA PROGRAMACIÓN DE EEDD**

Al hablar de las EEDD y de las actividades y objetivos que en ellas se desarrollan queremos referirnos en primer lugar la programación que se está elaborando y de cómo incide ésta en todo ello.

En la actualidad, la programación con la que se trabaja en las EEDD sigue una línea de pedagogía por objetivos, y está formada por dos etapas diferenciadas: la etapa general (que corresponde a los niños de 5 a 10 años) y la etapa específica (a partir de los 11 años en adelante). Los objetivos, al igual que las actividades que en cada una de ellas se realizan, son diferentes.

Tal como sus nombres indican, la etapa general pretende, fundamentalmente, propiciar el mayor número de vivencias posibles a la vez que satisfacer la necesidad de movimiento del niño, realizando Actividades Físicas Básicas, Actividades Acuáticas, y Juegos (predeportivos en los 9/10 años) y mientras que en la etapa específica se sustituyen las AFB por la iniciación deportiva y las Actividades Físicas Recreativas.

## **LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS (AIA,) DENTRO DE LA ETAPA GENERAL (EIG,) y LA ETAPA ESPECÍFICA (E,E,)**

### **A) ETAPA GENERAL**

Las AA. en la E. G. persiguen, fundamentalmente un objetivo educativo. Frente a otras concepciones como la utilitaria, (aprendizaje elemental con objetivo básico de supervivencia) o la deportivo-competitiva (énfasis en aprendizaje de las técnicas) , las A.A. de las EE.DD. se caracterizan por la experimentación por parte del alumno de una serie de elementos en un medio distinto del habitual que le ofrezca importantes posibilidades de autoconocimiento y desarrollo, siendo el profesor el encargado de canalizarlas.

La intención de las A.A. es doble:

- a) El desarrollo del esquema corporal y de las capacidades psicomotrices (complementando las AFB y los juegos) .
- b) La familiarización, autonomía y dominio del medio acuático.

Cada uno de estos dos objetivos se van desarrollando progresivamente en cada uno de los grupos que, en función de la edad, tiene la etapa general.

Así, en los grupos A (niños de 5-6 años) se pretende que el alumno se familiarice con el nuevo medio y que consiga una cierta autonomía en el agua.

En los grupos B (niños de 7-8 años) , se busca consolidar esta autonomía adquirida y que el alumno se desenvuelva en el medio acuático con un cierto dominio.

Y finalmente, en los grupos C (niños de 9-10 años) se continua incidiendo en el dominio del agua a la vez que se da una visión, aunque muy básica, de lo que son los diferentes estilos.

El medio más utilizado para conseguir estos objetivos es el juego. Tanto las AA como las otras actividades que se realizan en la EG se caracterizan por un marcado carácter lúdico el cual es un elemento importante en la filosofía de las EE.DD.

Los principales contenidos sobre los que trabajan profesor y alumno son los siguientes:

1. Equilibrio.
2. Respiración.
3. Inmersiones.
4. Desplazamientos.
5. Caidas/Saltos.
6. Deslizamientos.
7. Flotaciones.
8. Coordinación dinámica especial.

Cada uno de estos contenidos desarrollados en la programación son trabajados de diferente forma y dándoles mayor o menor importancia según de qué grupo se trate.

Para clarificar todo lo explicado y a título de ejemplo darnos dos visiones distintas de la programación:

- a) Desarrollo de los contenidos a lo largo de un año y en un determinado nivel.
- b) Seguimiento de un mismo contenido en cuanto a su secuenciación a lo largo de las diversas fases (años) de la EG.

#### ***a) Programación del grupo A (5-6 años)***

- 1.- Experimentar distintas actitudes corporales a través de tareas que comprometan su propio equilibrio y tono muscular.
- 2.- Proponer distintos ejercicios en los que se reconozcan las diferentes vías y fases.
- 3.- Proponer tareas en las que se reconozca y apliquen las distintas formas de desplazamiento en distintas situaciones.
- 4.- Proponer tareas en las que se pueda descubrir y ubicar espacios de acción que tiene el alumno y la forma de orientarse en ellos.
- 5.- Realizar diferentes movimientos que impliquen un paso del medio terrestre al medio acuático y viceversa, con o sin material auxiliar, trabajando en base a equilibrios y coordinaciones especiales y experimentando a nivel de localización segmentaria (lateralidad) .
- 6.- Proponer situaciones en las que sean capaces de adoptar un estado de relajación para conseguir una autonomía perceptiva.
- 7.- Descubrir y localizar las posibilidades segmentarias de su propio cuerpo, así como adquirir un determinado dominio o control segmentario.

#### ***b) Contenido “desplazamientos” a lo largo de los tres grupos de la EG.***

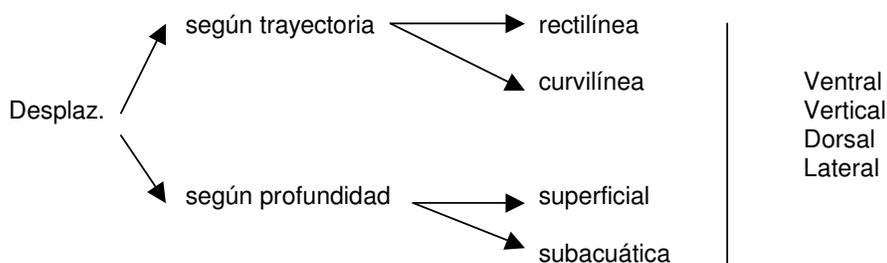
Grupos A:

Se realizan desplazamientos elementales adoptando la posición horizontal y vertical, con y sin medios auxiliares.

Se trata, como ya hemos dicho, de que el niño se familiarice con el agua y de que adquiera una cierta autonomía.

Grupos B:

Los desplazamientos son trabajados ya de forma más compleja:



Grupos C:

Se realizan diferentes tipos de desplazamientos acuáticos, combinando las distintas posibilidades de movimiento de brazos (simultáneos y alternativos) y de piernas (simultáneas y alternativas) y variando la posibilidad corporal.

### **BJ ETAPA ESPECIFICA:**

Al llegar a esta etapa las AA. dejan de llamarse así y adquieren el nombre de "Natación". Este cambio nominal denota un cambio en cuanto a los objetivos que se pretenden.

Es el paso de la práctica de unas AA. genéricas (EG.) al conocimiento de un deporte llamado Natación (EE.).

Mediante el conocimiento de la Natación pretendemos incidir en tres aspectos:

- desarrollo de las capacidades físicas;
- incremento del bagaje motriz en un medio diferente al habitual;
- y proporcionar al alumno una nueva actividad para que en el futuro pueda practicarla ya sea con un carácter de mantenimiento o como recreación simplemente.

Debido a los objetivos que perseguimos en esta etapa, no es de extrañar la ausencia importante en el programa de sistemas de entrenamiento y de trabajos muy técnicos y específicos.

A pesar de que la competición no es uno de nuestros objetivos, tenemos previsto que aquellos alumnos que quieran practicar de forma competitiva la Natación, puedan pasar a desarrollarla en los clubs o entidades que a tal efecto existen y les facilitamos su acceso.

Al igual que en la EG. los objetivos de esta etapa se van desarrollando progresivamente en cada uno de los grupos que practican la Natación, siendo la importancia de cada uno de los objetivos diferente en función de la edad:

Grupos D (11/12 años):

El aspecto prioritario es el incremento del conocimiento de la Natación como deporte, el cual habíamos iniciado ya en los grupos C, añadiendo aspectos más concretos sobre técnicas, salidas y virajes, e introduciendo al alumno a otros deportes acuáticos de piscina como S.O.S. y Waterpolo.

En segundo lugar, utilizamos la Natación como medio de desarrollo de las capacidades físicas, complementando el programa con una introducción a las Actividades Físicas Recreativas.

Grupos E (13/14 años) :

De forma coordinada con el resto de actividades que configuran el programa, prevalece el aspecto de desarrollo de las capacidades físicas, pasando a 2º término los aprendizajes técnicos específicos por entender que ya han sido asumidos con suficiencia en la etapa anterior.

Las Actividades Acuáticas Recreativas empiezan a ocupar un lugar importante dentro del programa, como preparación a una etapa posterior en la que se pretende alcanzar uno de los objetivos básicos de nuestro programa: la asunción de la Actividad Física en el medio acuático como un hábito permanente de actividad.

Los principales contenidos sobre los que se trabaja en la EE son los siguientes:

1. Condición Física. Nos referimos principalmente al desarrollo de la resistencia aeróbica y anaeróbica mediante sistemas de entrenamiento.
2. Técnica. La cual está comprendida por los diferentes estilos, salidas, virajes, y el conocimiento de otros deportes acuáticos como el Waterpolo y el Socorrismo.
3. Recreación. Los contenidos de ésta son desarrollados en función del material disponible:
  - propio de piscina,
  - tradicional de la EF.
  - de recreación propiamente dicho.

Finalmente, no hemos de olvidar a los que nosotros llamamos grupos G y que comprenden aquellas personas ya mayores de 18 años.

Hasta el momento, no existe una programación definida para las actividades que estos grupos llevan a cabo y que son 3: Gimnasia de Mantenimiento, Deporte Colectivo y Natación.

En todas ellas, y en especial en la Natación, los contenidos a impartir durante las sesiones, están totalmente abiertos a sus intereses, y los profesores intentamos adaptarlos tanto a la vertiente utilitaria y de aprendizaje como a la de acondicionamiento físico general. No obstante, intentamos imprimir siempre, y en la medida de lo posible, un marcado carácter recreativo.

## CONDICIONES

Una vez determinado el marco de las escuelas y los objetivos que pretenden, debemos ahora hablar de las condiciones y medios de que disponemos para llevar a buen término nuestros propósitos, y que hasta cierto punto condicionarán nuestro trabajo.

En primer lugar, contamos con dos piscinas cubiertas y climatizadas, propiedad una del INEF y otra de la Residencia Blume.

La primera tiene una superficie de 25 x 12,5 mts. y una profundidad de 2 mts. Esta, nos es cedida por el centro de 6 a 9 de la tarde, de lunes a viernes. En ella realizan sus clases los alumnos a partir de 7 años, y debemos apuntar la circunstancia de que durante la primera hora coinciden en la piscina 2 grupos de EEDD. y uno de la Universidad, con lo cual el espacio de trabajo se reduce a 2 calles por grupo.

En la segunda de las piscinas reciben sus clases los más pequeños (5-6 años), lo cual hace que, a pesar de tener sólo 1,40 mts. de profundidad, resulte profunda para ellos pero no para el profesor.

La superficie de la lámina de agua es de 25 x 6 mts. y dispone por lo tanto de 3 calles.

Esta piscina nos es cedida de 6 a 7 h. desde lunes a viernes y por suerte no hemos de compartirla con nadie.

En cuanto al material de que disponemos, cabe citar el propio y tradicional de toda piscina y que nos cede el INEF, y además un cierto número de objetos y utensilios a menudo poco convencionales, pero que se adaptan muy bien a los objetivos que pretendemos alcanzar. Entre este segundo tipo de material podemos citar los grandes neumáticos (3) , planchas de windsurfing, pelotas, cuerdas, globos ...y un importante número de objetos y materiales que han sido adaptados convenientemente al medio y que podríamos denominar de invención propia: "multitúneles", jaulas "acuáticas", fichas, motos de agua, balsas, etc.

En cuanto al factor humano, los profesores que imparten las clases cuentan con una experiencia mínima de un curso de Natación, aunque entre ellos, podemos encontrar a menudo, que al elegir la natación como materia optativa o como maestría en el 2º ciclo, tienen dos o tres años de experiencia.

Cada profesor tiene a su cargo un grupo de 25 alumnos, pero hemos de señalar que todos aquellos grupos de 5 a 8 años de edad así como cualquier otro que el profesor solicite, cuentan con la ayuda adicional de un segundo profesor, lo cual posibilita una mayor individualización de la enseñanza y, por tanto de la comunicación que creemos muy necesaria en este medio.

## TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

Quisiéramos también, en nuestro recorrido por lo que han sido y son las actividades acuáticas de las EEDD., hacer una mención especial al trabajo de investigación que, antes de una forma voluntaria y en la actualidad como norma de actuación, se ha venido realizando y que hoy en día está dando ya los primeros frutos en los diferentes campos que ésta abarca.

Durante dos cursos (83/84 y 84/85) se llevó a cabo un trabajo que tenía por objetivo principal el observar la evolución en el dominio del medio acuático, de un grupo de niños de 5 años de edad. La característica principal de esta experiencia era que los niños no estaban dirigidos por el profesor, sino que trabajaban por iniciativa propia, utilizando material más o menos motivante que teóricamente había sido seleccionado y dispuesto de forma que indujera a los niños a conseguir objetivos concretos de aprendizaje.

Al llevarlo a cabo, se utilizó, como ya hemos apuntado, una metodología no directiva, planteándose en ocasiones situaciones problema que el alumno debía resolver.

Al final de la experiencia, se compararon los resultados obtenidos por otros grupos de la misma edad y que seguían un programa específico de las EEDD., y se constató que no había entre ellos diferencias notables en cuanto al dominio del medio acuático.

En el presente curso, se ha iniciado un trabajo que tiene por objetivo el observar el resultado que puede tener en el proceso de aprendizaje, la utilización de un estilo diferente al crol. Es decir, el permitir y potenciar conductas diferentes a las de este estilo.

Conscientes de nuestras limitaciones, pero con gran entusiasmo por nuestro trabajo y por todo aquello que día a día enriquece con nuevas perspectivas el mundo de la E.F., hemos intentado dar una visión, aunque somera, del ámbito en el cual nos estamos moviendo y formando: Las Escuelas Deportivas del INEF de Barcelona.

---

© 1987 Aragonés,-A; Serveto,-P; Ribera-Nebot,-D; Orts,-F; Vendrell,-E; García,-R; Puig,-N; Pi,-P; Hernando,-C; Arnau,-C; Baraldes,-J; Taixes,-J; Hernández,-M.

*TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS*

<http://www.educacionmotriz.net/>



© 2006 educacionmotriz.com  
© 2006 motricidadhumana.com