

---

## **SOBRE LA INICIACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO EN LA POBLACIÓN UNIVERSITARIA**

**Autores:** M<sup>a</sup> Luisa del Riego, M<sup>a</sup> Teresa de La Fuente, Covadonga Pérez , Graciela Bances, Francisco Flórez,. ICAFD de León. Campus de Vegazana s/n. CP 24071. León.  
[inemrg@unileon.es](mailto:inemrg@unileon.es)

### **INTRODUCCIÓN**

Ante la variedad de vivencias que surgen en la iniciación al medio acuático según las condiciones en que se lleve a cabo y el imaginario de cada persona, nos planteamos conocer como se ha producido esta iniciación entre la gente hoy joven y la trascendencia que esta ha tenido para su práctica en la actualidad.

Para ello hemos centrado la muestra en los alumnos/as del campo universitario de León. Este campus consta de 16 facultades con distintas especialidades y cuenta con alrededor de 7500 alumnos. Hemos decidido realizar el estudio en este campus por que en el existe una gran heterogeneidad de procedencias y por tanto puede encontrarse gran variabilidad en cuanto a las posibles formas de enseñanza.

Así mismo nos preguntamos cual es la mejor forma de aprender a nadar y por medio de una revisión bibliográfica establecemos un continuo de calidad en la enseñanza que después será cotejado con los resultados del estudio en cuanto a su relación con el nivel alcanzado y la práctica actual.

### **OBJETIVOS**

Conocer distintas formas de aprendizaje en la actividad acuática y determinar cual es la mejor forma de aprender a través de un continuo de calidad considerando:

- Las diferentes escuelas
  - Las metodologías empleadas
  - Las formas más idónea para la iniciación
1. Conocer cuantos universitarios del campus de León saben nadar, así como la iniciación llevada a cabo.
  2. Relacionar: nivel alcanzado/calidad del método de iniciación
  3. Relacionar nivel alcanzado con :
    - Práctica actual
    - Conocimiento de los padres.
    - Miedo inicial

### **METODOLOGÍA**

- 1- Revisión bibliográfica y realización de un continuo de calidad del aprendizaje.
- 2- Selección de la muestra. La población estudiada son los universitarios del campus de León procedentes de diversos lugares, la muestra estudiada fue de n=90, dentro de una franja de edad de 18 a 28 años. No se atendió a diferencias de género.
- 3-Elaboración de la encuesta. La metodología que se empleó fue de tipo cuantitativo, usando como instrumento principal una encuesta elaborada a través de preguntas cerradas. Para la realización de esta encuesta se siguieron los siguientes pasos:
  - **Elaboración de la encuesta.** Se plantearon preguntas tales como el lugar de iniciación, la edad , el método empleado , los materiales utilizados, el nivel de natación actual atendiendo al número

---

de estilos conocidos, las malas experiencias vividas, el primer día en el agua, la evolución del miedo, así como la asiduidad de la práctica.

- **Encuesta piloto** para verificar la idoneidad de las preguntas y de la formulación. Ésta encuesta se pasó a un grupo reducido de personas recabando información para solucionar posibles dudas en cada pregunta.
- **Encuesta definitiva.**
- **Formación de los encuestadores.** A las personas que pasaron la encuesta se les informó del significado real de las preguntas para unificar criterios en las posibles consideraciones de cada una de las preguntas.
- **Tratamiento de las encuestas.** A tal efecto se utilizó el programa Excel 97 para Windows, realizando el tratamiento mediante estadística descriptiva .

4- Comprobación de los resultados obtenidos con el continuo de calidad anteriormente elaborado mediante la bibliografía consultada.

## RESULTADOS

- Respecto al lugar de aprendizaje, un 20% de las personas consultadas se iniciaron en el medio natural, y un 84% tuvieron su primera experiencia en una piscina.

Estos datos nos conducen a que un porcentaje significativo de jóvenes hayan sido iniciados por sus padres y/o amigos, teniendo en cuenta que en los medios naturales no suelen existir cursos de iniciación al medio acuático ni a la disciplina deportiva de la natación.

- En cuanto a la edad de aprendizaje, nos encontramos que la franja más amplia de sujetos que se inician en este deporte (un 28%) se encuentra entre los 7 y los 8 años. Pero más de la mitad de los encuestados (52%) se iniciaron entre los 4 y los 6 años. A partir de los 10 años se considera como una iniciación tardía que solo un 3% realizó.

- Sobre el tipo de aprendizaje vemos como casi la mitad de la población estudiada tuvo su iniciación en cursillos de verano. El resto, se reparten mayoritariamente entre jóvenes que aprendieron en escuelas federadas con profesores titulados (un 20%), que se pueden considerar como los que han disfrutado de la mejor forma de iniciación, y gente que aprendió con sus familiares (un 27%). Un 7% aprendieron por si solos, lo que se corrobora con el nivel de natación de los integrantes de este grupo, que en su mayoría no consiguen dominar más de un estilo.

- En cuanto a cómo se aprendió a nadar, encontramos que un 62% lo hizo mediante la puesta en práctica de ejercicios concretos y repeticiones y en ausencia de juegos, por lo que la forma de aprendizaje fue poco motivante. Otra gran parte de los encuestados (el 25%) aprendió mediante juegos, siendo este el medio mejor teniendo en cuenta los resultados en cuanto a las tempranas edades de aprendizaje. Es sorprendente que todavía hay un 8% de individuos que aprendieron "por que les tiraron al agua".

- Si hablamos del material más utilizado en el aprendizaje de la disciplina de la natación en esta población, podremos encontrar que las tablas son el material más común, un 53%. Los siguientes elementos en cuanto a número de usuarios son los manguitos, los flotadores y las burbujas, (con un 10%, 8% y 9% respectivamente). Estos materiales son los que han utilizado la mayoría de las personas que aprendieron a nadar por su cuenta o con ayuda de sus familiares. Hay que resaltar a favor de estos materiales que dotan al aprendiz de una gran seguridad y autonomía en el medio, situación que le hace disfrutar del agua sin tener todavía un dominio de la misma.

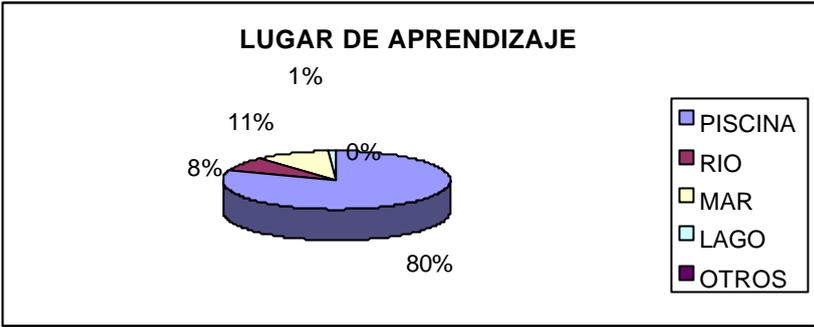
Un 18% de personas han aprendido a nadar sin material, lo cual coincide también con las personas que han aprendido a nadar en un ambiente familiar o por su cuenta.

En general cuanto mayor es el número de materiales utilizados mejor es el aprendizaje, siendo éste más satisfactorio cuanto más especializado y mayor grado de libertad permite al sujeto.

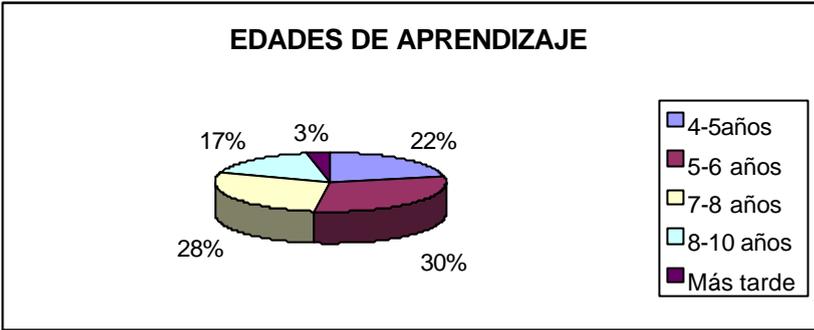
## CONCLUSIONES

- El 100% de los encuestados saben nadar

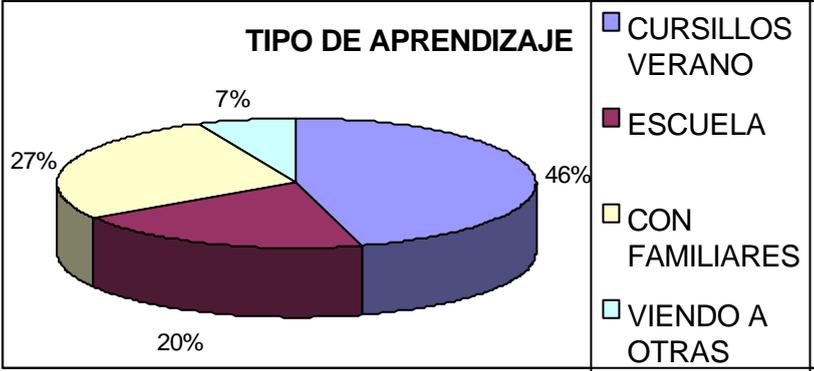
- 
- Persiste un elevado % de personas que aprenden en familia o por si solas, las cuales alcanzan menor nivel y practican menos.
  - Cuanto mejor es el nivel alcanzado mayor es la cantidad de práctica actual
  - El hecho de que los padres sepan o no nadar, afecta al nivel alcanzado
  - El miedo inicial condiciona el nivel alcanzado y la práctica actual.
  - El continuo de calidad de metodología aplicada en la iniciación establecido mediante revisión bibliográfica, se corrobora con los resultados obtenidos.
  - Es fundamental cuidar la iniciación con el fin de que el principiante alcance un buen nivel de natación y consiga hábitos saludables en el medio acuático



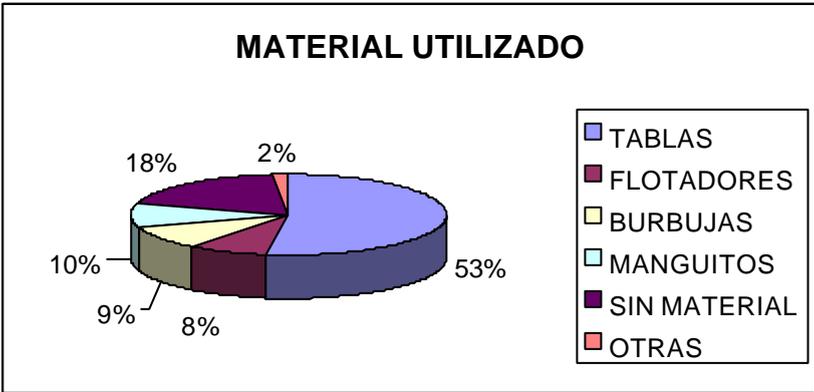
Gráfica 1 - Lugar de aprendizaje



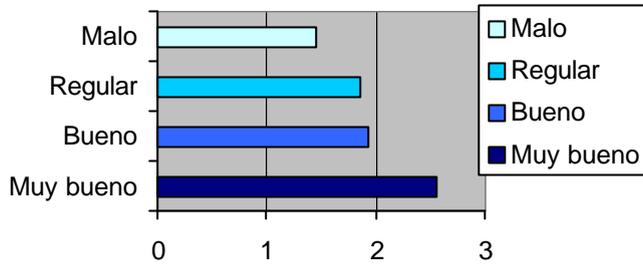
Gráfica 2-Edades de aprendizaje



Gráfica 3- Tipos de aprendizaje

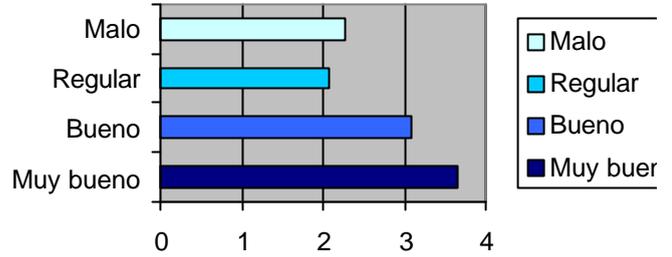


**Nivel/práctica actual**



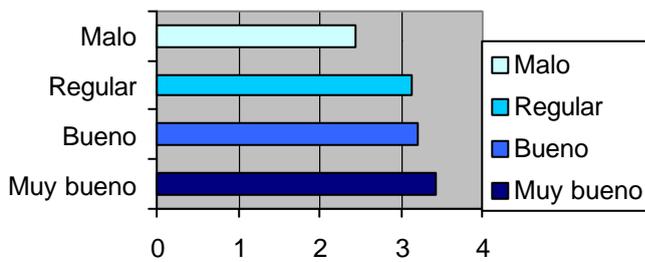
Gráfica nº5-  
influencia del  
nivel de natación  
alcanzado en la  
práctica de la  
actualidad

**Nivel/tipo.**



Gráfica6-  
Influencia del tipo  
de enseñanza recibido  
en el nivel alcanzado

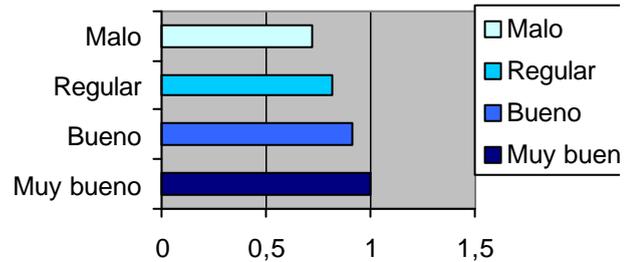
**Nivel/miedo**



Gráfica 7-  
Relación del  
miedo en el  
aprendizaje

Con el nivel  
alcanzado

**Nivel/padres**



Gráfica 8- Influencia  
del conocimiento de los  
padres con  
el nivel alcanzado

---

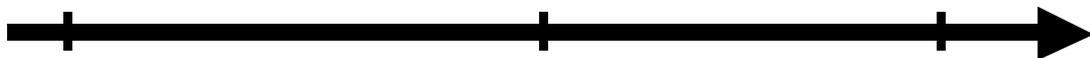
**Anexo 1**

**CONTINUM DE APRENDIZAJE EN LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS**

MALA

MEDIA

BUENA



- de 11 años en adelante
- En espacios naturales: gran incertidumbre del medio.
- Por imitación o sin ayuda externa.
- Con ausencia de material
- Sin metodología específica

- De 7 a 10
- En piscina
- Con la ayuda de familiares o en cursos de verano
- Con material convencional: flotadores, burbujas...
- Mediante repeticiones

- Antes de 6 años. Piscina adaptada
- Con la ayuda de especialistas de este deporte.
- Todo tipo de material
- Mediante juegos y con una metodología de descubrimiento guiado

**Anexo2** Diferentes escuelas

AUTOR	EDAD	MATERIAL	NIVEL	METODOLOGIA
E. Vilde y J. Gómez	Indeterminada	Convencional y No convencional	1º Familiarización con el medio 2º Iniciación. Técnicas de nado y desarrollo de las habilidades y destrezas.	Juegos y actividades Ejercicios Analíticos e individuales.
F. Navarro	A partir de 6 meses con flotador	Convencional y No Convencional	1º Etapa de Aprendizaje 2º Etapa de perfeccionamiento 3º Etapa de Entrenamiento	-Fundamentalmente global
Claude Thibault	3-4 años	Convencional	Familiarización y consecución de objetivos utilitarios.	Analítica, sin control por parte del educador. Ejercicios prefijados.
Agnes Mantiler	4-5 años	Convencional y lúdico	Expansión del niño en el medio y el descubrimiento de su autonomía en un medio nuevo.	Global
Bucher (Programa Suizo)	4-5 años	Auxiliar	1º Familiarización y natación educativa. 2º Estilos y otras disciplinas acuáticas.	- Global-analítico-global con juegos
Langendorfen y Bruja (Aquatic Readines)	< 2 años	Auxiliar	1º Familiarización 2º Propulsión 3º Desplazamiento global	- Analítico
Schmitt	4-5 años	Todo	Dominio básico del medio acuático	- Global.
AUTS (programa)	6 meses en	Auxiliar y recreativo	1º Familiarización	- Analítico progresivo.

australiano) Cesary y cols.	adelante		2° Adquisición de habilidades en el medio acuático. 3° Estilo global.	
Samman y Slane (YMCA swim)	Todas las edades	Auxiliar	1° Principiante 2° Intermedio 3° Avanzado	Depende del nivel de cada alumno

---

#### BIBLIOGRAFIA

- ARELLANO, R (2000). Situación actual de las tendencias metodológicas en los programas de enseñanza de la natación. *Comunicaciones técnicas* (Nº4; págs.66-80)
- ARELLANO, R. (1985). *Sobre el agua* (textos sobre natación y actividades acuáticas en piscinas). Tendencias actuales de la enseñanza de la natación (págs 9-26) Madrid.
- BUCHER, W (1995). *Manuel Natation*. Ed. CFS. Berne. (Suiza.)
- CESARY, J., GAGE, R., KING, M., MACLEAN, J., ZANCARANO, J. y URE, C. (1998). *AUSTSWIM: Teaching infants and preschool aquatic*. Ed. AUSTSWIM (1ª. Ed.) (vol. 1). Victoria (Australia).
- LANGENDORFER, S. J. y BRUYA, L. D. (1995). *Aquatics Readiness: Developing Water Competence in Young Children*. Ed. Human Kinetics . (1ª . Ed.) (vol. 1).
- MANTILÉRI, A. (1984). *Los niños y el agua : actividades lúdicas en piscina*. Ed. Narcea. Madrid.
- NAVARRO, F. (1995). *Natación* . Ed. Gymnos. Madrid.
- SCHMITT, P. (1996). *Nadar, del descubrimiento al alto nivel*. Ed. Hispano-Europea. Barcelona
- THIBAUT, C (1968). *La natación, apréndalo por si mismo*. Ed. Espasa-calpe. S.A. Madrid.
- VILTE, E y GOMEZ, J. (1994) *La enseñanza de la natación*. Stadium. Buenos Aires. (Argentina)

---