



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Magisterio en Educación Infantil

Optimización del desarrollo psicomotor y afectivo de
bebés de 6 a 12 meses a través de un diseño de
actividades acuáticas junto a sus familias

Optimization of psychomotor and affective babies
development between 6 to 12 months trough an
aquatics activities design with their families

Autor

Paula Rubio Ruiz

Director

Elena Escolano Pérez

FACULTAD DE EDUCACIÓN

2018

Resumen

Un programa de actividades acuáticas es una oportunidad de aprendizaje que debe estar diseñada para facilitar que el niño en sus primeros años de vida tenga la oportunidad de descubrir y conocer el medio acuático. En el trabajo expuesto a continuación se presenta un programa trimestral dirigido a bebés entre seis y doce meses con la participación conjunta de sus padres, dirigidos en todo momento por un monitor especializado, el cual evaluará los avances realizados. El objetivo general es que el niño se desarrolle psicomotriz y afectivamente gracias a las actividades acuáticas propuestas, lo cual le dotará de una relativa autonomía en los diferentes espacios acuáticos. A su vez, será para los padres una oportunidad de compartir tiempo y experiencias junto a su hijo, aprendiendo a la vez que ellos y brindándoles la confianza necesaria para que exploren y ganen independencia.

Palabras clave: actividades acuáticas, interacción niño-adulto, desarrollo psicomotor, desarrollo afectivo

Abstract

An aquatic activities program is a learning opportunity must be designed to make easier the child, in first years of life, has the opportunity to discover and know the aquatic environment. The following project presents a trimestral program aim at babies from six to twelve months with their parents, they are directed at all time by a specialiser monitor, who will evaluate advances. The general objective is the child develops psychomotor and affectively thanks to the aquatic activities, which will give him a relative autonomy in the different aquatic spaces. Equally, it will be for parents an opportunity to share time and experiences with their child, learning at the same time and offering them the confidence necessary to explore and to gain independent.

Key words: aquatic activities, child-adult interaction, psychomotor development, affective development

ÍNDICE

| | |
|--|---------|
| 1. Introducción y Justificación | pág. 7 |
| 2. Marco teórico | pág. 9 |
| 2.1. ¿Qué es la psicomotricidad? | pág. 9 |
| 2.2. El cuerpo “que hace”: el desarrollo motor | pág. 13 |
| 2.2.1. <i>Estimulación del desarrollo motor a través del agua</i> | pág. 15 |
| 2.3. El cuerpo “que siente”: el desarrollo afectivo | pág. 16 |
| 2.3.1. <i>El papel de la familia en la estimulación acuática</i> | pág. 18 |
| 2.4. Educación acuática vs. Natación | pág. 21 |
| 2.5. Posibilidades pedagógicas del agua | pág. 23 |
| 2.5.1. <i>Relación agua-bebé: vínculo filogenético y ontogenético</i> | pág. 25 |
| 2.5.2. <i>Reflejos útiles</i> | pág. 26 |
| 2.5.3. <i>Conductas motrices acuáticas básicas</i> | pág. 29 |
| 2.5.3.1. <i>Clasificación según diferentes autores</i> | pág. 30 |
| 2.5.3.2. <i>Fases de adquisición</i> | pág. 31 |
| 2.5.4. <i>Metodologías actuales para la enseñanza de actividades acuáticas</i> | pág. 32 |
| 2.5.5. <i>Beneficios psicomotrices y afectivos de la educación acuática</i> | pág. 34 |
| 3. Objetivo | pág. 36 |
| 4. Propuesta didáctica | pág. 36 |
| 4.1. Objetivos | pág. 36 |
| 4.1.1. <i>Generales</i> | pág. 36 |
| 4.1.2. <i>Específicos</i> | pág. 36 |
| 4.2. Destinatarios | pág. 37 |
| 4.3. Metodología | pág. 37 |
| 4.4. Localización y características del lugar de realización | pág. 40 |
| 4.5. Temporalización | pág. 41 |
| 4.6. Recursos personales y materiales | pág. 41 |
| 4.6.1. <i>Recursos personales</i> | pág. 41 |
| 4.6.2. <i>Recursos materiales</i> | pág. 42 |
| 4.7. Sesiones | pág. 42 |
| 4.7.1. <i>Sesión 1</i> | pág. 45 |
| 4.7.2. <i>Sesión 2</i> | pág. 47 |
| 4.7.3. <i>Sesión 3</i> | pág. 49 |

| | |
|--|---------|
| 4.7.4. <i>Sesión 4</i> | pág. 51 |
| 4.7.5. <i>Sesión 5</i> | pág. 54 |
| 4.7.6. <i>Sesión 6</i> | pág. 57 |
| 4.7.7. <i>Sesión 7</i> | pág. 60 |
| 4.7.8. <i>Sesión 8</i> | pág. 63 |
| 4.7.9. <i>Sesión 9</i> | pág. 66 |
| 4.7.10. <i>Sesión 10</i> | pág. 69 |
| 4.7.11. <i>Sesión 11</i> | pág. 72 |
| 4.7.12. <i>Sesión 12</i> | pág. 75 |
| 5. Evaluación | pág. 79 |
| 5.1. Ejemplo de evaluación de una sesión | pág. 79 |
| 5.2. Evaluación final | pág. 79 |
| 5.3. Encuesta de satisfacción para los padres | pág. 80 |
| 6. Conclusiones y valoración personal | pág. 83 |
| 7. Referencias | pág. 87 |
| 8. Anexo | pág. 93 |

1. Introducción y justificación

Aquí comienza una propuesta de actividades acuáticas para bebés de entre seis y doce meses junto a sus padres. En él se presentará un medio muy distinto al que estamos acostumbrados, el agua, con el objetivo de fomentar el desarrollo motor y socioafectivo de niños de muy corta edad, mediante sesiones en las que se irán trabajando diversos aspectos relacionados con lo anterior.

Además, se justificará la presencia de uno de los progenitores a lo largo de todas las sesiones como un pilar fundamental para que el niño se sienta seguro a la hora de iniciar la exploración, acción que propiciará su desarrollo psicomotor.

Se analizarán y evaluarán los procesos y progresos a los que esta programación da respuesta, pudiendo ser aplicada en cualquier momento tanto a nivel educativo en un centro escolar, como a nivel público o privado en diferentes lugares en los que se trabaje en el medio acuático.

En cuanto a la justificación del mismo, el desarrollo del presente trabajo parte de una motivación personal, ya que he pertenecido a varios equipos de natación desde que era pequeña, realizando este deporte aun actualmente, lo que se ha convertido en una parte indispensable de mi vida. Es verdad que mi primer contacto con el agua fue varios años después de lo que propongo en mi trabajo, pero considero que puede ser muy beneficioso desde las primeras etapas como explicaré más adelante.

Por otro lado, y lo que me ha llevado hasta aquí, es que hace cuatro años tomé la decisión de formarme como maestra de educación infantil, algo que me había gustado desde bien pequeña y tuve la suerte de poder cumplirlo. Sin embargo, a pesar de que la educación infantil comprende dos ciclos (de 0 a 3 y de 3 a 6 años), durante los cuatro años del Grado nos hemos centrado principalmente en la segunda etapa dejando un poco olvidada la primera, lo que desde el primer momento me suscitó gran curiosidad. Además, como bien dice Moreno y Gutiérrez (1998): “El progreso motor en el ámbito educativo ha sido desarrollado fundamentalmente a través del medio terrestre, olvidando el medio acuático por diversos motivos.”, aspecto que he podido comprobar a lo largo de todo el grado, por lo que me parece interesante poder utilizar otro medio para poder potenciar el desarrollo de los niños, consiguiendo mediante ellos el mismo progreso, o incluso mejor, utilizando lo tradicional. Por ello, decidí centrar mi Trabajo de Fin de Grado en la primera etapa (0-3 años) para poder

Rubio Ruiz, Paula

conocer más sobre ella y para demostrar de alguna manera que estos niños son capaces de hacer muchas más cosas de las que nos podemos llegar a imaginar.

2. Marco teórico

2.1. ¿Qué es la psicomotricidad?

Arsuaga y Martínez (1998) defienden que nuestro cuerpo, tanto anatómico como fisiológico sería el resultado de nuestros sentimientos, pensamientos y acciones, no siendo nuestra dimensión corporal psicobiológica algo casual.

Ya Descartes en su dualismo cartesiano concebía al ser humano como un compuesto de dos partes: la cognitiva o pensante y la corporal o material (Descartes, 1641).

El término psicomotricidad se ha utilizado de diferentes formas. En ocasiones como sinónimo de actividad corporal, otras como una ciencia o disciplina y otras como un conjunto de técnicas o prácticas (Berruezo, 1995, citado en Berruezo, 2000). Actualmente, numerosos especialistas la consideran como el estudio del movimiento humano, un fenómeno dinámico y significativo con funciones adaptativas, relacionales, expresivas, comunicativas y cognitivas (Franc, 2004).

Pérez Cameselle (2004, p.2) define la psicomotricidad como

[...] aquella ciencia, que considerando al individuo en su totalidad, psique-soma, pretende desarrollar al máximo las capacidades individuales, valiéndose de la experimentación y la ejercitación consciente del propio cuerpo, para conseguir un mayor conocimiento de sus posibilidades en relación consigo mismo y con el medio en que se desenvuelve.

Sin embargo, la Federación de Asociaciones de Psicomotricistas del Estado Español (FAPee) (s.f.) ha creado una definición que va aún más allá

La psicomotricidad es una disciplina que, basándose en una concepción integral del ser humano, se ocupa de la interacción que se establece entre el conocimiento, la emoción, el cuerpo y el movimiento y de su importancia para el desarrollo de la persona, así como de su capacidad para expresarse y relacionarse en un contexto social. Partiendo de esta concepción se desarrollan distintas formas de intervención psicomotriz que encuentran su aplicación, cualquiera que sea la edad, en los ámbitos preventivo, educativo, reeducativo y terapéutico.

Si algo tienen en común las definiciones que se han dado hasta hoy sobre la

psicomotricidad es la globalidad del individuo, aunque a simple vista únicamente seamos capaces de ver la parte física (Berruezo, 2004).

Berruezo (2001, citado en Berruezo, 2004) nos proporciona una nueva visión sobre la psicomotricidad, abandonando los conceptos tradicionales de psicomotricidad fina y gruesa. Berruezo se centra en la acción corporal, la cual determina el funcionamiento del individuo, clasificando dichas acciones en cuatro dimensiones que se manifiestan al unísono, sin ser excluyentes, en la acción corporal:

1. “El cuerpo que hace”: en referencia a la dimensión funcional o motriz, al movimiento. Este nos permite utilizar objetos y realizar actividades en la vida diaria.
2. “El cuerpo que conoce”: estaría más enfocada a la dimensión cognitiva o racional, permitiéndonos construir conocimiento y dominarnos a nosotros mismo y al mundo que nos rodea.
3. “El cuerpo que se comunica”: haciendo referencia a la dimensión comunicativa y relacional. Hace posible que nos comuniquemos con otras personas y que manifestemos nuestra actitud hacia ella.
4. “El cuerpo que siente”: representaría la dimensión expresiva y emocional, un cuerpo que expresa nuestro estado de ánimo y experimenta nuestros sentimientos.

Con esta concepción de la acción corporal se remarca la idea de globalidad del individuo, ya que en cada acción podríamos observar la interrelación entre las cuatro dimensiones explicadas por Berruezo.



Figura 1: Dimensiones de la acción corporal (tomado de Berruezo, 2004).

La psicomotricidad permite al niño investigar y explorar, transformar y superar situaciones de conflicto, mientras se relaciona con los demás disfrutando del juego, expresándose con libertad. El juego psicomotor aparece desde el nacimiento, centrándose en este momento en su propio cuerpo y en las sensaciones que este percibe, mientras que a medida que se va desarrollando el niño necesita de los otros para jugar, evitando estar solo (Ocaña, 2010).

Todos los conceptos usados en psicomotricidad guardan relación entre ellos y pueden ser organizados a dimensiones, niveles o planos, pero entre todos ellos siempre aparece un concepto que resume a la perfección las diferentes dimensiones de la acción corporal: esquema corporal, aquella conciencia que tenemos cada uno de nuestro cuerpo a partir de las percepciones visuales, táctiles, cinestésicas y propioceptivas, de la situación y relación entre los diferentes segmentos que lo componen (Cidoncha y Diaz, 2009).

Da Fonseca (1994) recalca el importante papel que desempeña el desarrollo psicomotor al tener una decisiva participación en la construcción del esquema corporal debido a su papel integrador en el proceso de maduración.

El niño organiza poco a poco el mundo a partir de su propio cuerpo y la conciencia que tiene sobre él. Con los recursos con los que nace, el bebé no es capaz de experimentar más allá de sensaciones placenteras, que le distienden, y sensaciones displacenteras, que le tensan y frustran, sin poder diferenciar si proceden del exterior o del interior de su cuerpo (Berruezo y Adelantado, 1995). Por ello es esencial la intervención del adulto, ya que es entonces cuando el bebé comienza a tomar conciencia de sus límites; el padre o la madre sostiene, mantiene y contiene al niño que elabora a partir de esas acciones sentimientos de seguridad y confianza denominados función de apego o vinculación afectiva. Este apego le aporta, además de tranquilidad y bienestar una primera referencia de sí mismo (Ajuriaguerra, 1986, citado en Berruezo y Adelantado, 1995).

El niño, además de conocer su cuerpo tiene la necesidad de relacionarse con cosas y personas que le rodean. Podemos decir que además de organizar su cuerpo, tienen

que organizar el mundo: los objetos y las personas. Se va desarrollando poco a poco en el espacio y en el tiempo, siendo el tacto, la locomoción y la visión los instrumentos esenciales para explorar. Aquí entra también el lenguaje, como subordinado de las adquisiciones motrices. Por todo lo anteriormente explicado, el movimiento no es algo simplemente motriz, ya que el movimiento es comunicación y lenguaje, las emociones se expresan de manera tónica (Berruezo y Adelantado, 1995).

En cuanto al ámbito educativo, la psicomotricidad se ha entendido como un instrumento de estimulación del proceso educativo desde el nacimiento hasta los ocho años (Escribá et al., 1999, citado en Bernaldo de Quirós, 2006). Mas (2017) establece que durante el primer ciclo de Educación Infantil, dicha educación debe estar basada en la actividad corporal favoreciendo de forma global todos los ámbitos de desarrollo: motrices, cognitivos, afectivos y sociales, ya que a estas edades el cuerpo se convierte en un elemento básico de contacto con la realidad. Además, defiende la necesidad de otorgar una ubicación en la escuela a la práctica psicomotriz integrándola en el trabajo educativo, ya que durante la etapa de Ed. Infantil si que está presente pero una vez terminada esta, se da prioridad a los aprendizajes intelectuales mediante objetivos cognitivos y se olvidan los objetivos afectivos y psicomotores.

Bajo mi punto de vista es bastante chocante el hecho de que no se contemple curricularmente en Educación Primaria, ya que el desarrollo del aparato locomotor no finaliza hasta la adolescencia y el ámbito emocional y sensorial debería estar presente durante toda la etapa escolar. Pineda, Infestas y Herrero (1983, citados en Martín, 2008) hacen referencia a algunas de las razones por las que la práctica psicomotriz no está generalizada en las escuelas. Algunas de estas son debidas a que muchos centros no están preparados para ello, no cuentan con los materiales ni con espacios adecuados para llevar a cabo estas prácticas. Por otro lado, no todos los directores ni profesores favorecen la creación de ambientes propicios que favorezcan una actitud de escucha ni observación de la expresividad del niño, considerando que eso son temas de Infantil, en muchas ocasiones unido a la escasa aceptación de los padres. Por último, destacan la limitada formación de muchos profesionales o que

incluso no comprenden la importancia de estas actividades, sobre todo en los cursos superiores de Educación Primaria.

Por ello, y como conclusión a lo referido por los autores anteriormente nombrados, podríamos concluir que la psicomotricidad tiene como fin principal el desarrollo cognitivo, motriz y socioafectivo de la persona. En este trabajo nos centraremos únicamente en el “cuerpo que hace” y en el “cuerpo que siente”.

2.2. El cuerpo “que hace”: desarrollo motor

Según Gallahue (1982, citado en Del Castillo, 2001) en el desarrollo se pueden establecer cinco fases desde el punto de vista motor:

1. Movimientos Reflejos: acciones involuntarias desencadenadas por estímulos externos de distintos tipos, visibles durante los primeros meses de vida. Estos reflejos transcurren en un periodo de 0,5 segundos desde que el estímulo es percibido, reaccionando siempre del mismo modo ante un estímulo determinado.
2. Movimientos Rudimentarios: movimientos básicos voluntarios presentes hasta los dos años. Estos movimientos comienzan a ser más conscientes pero muy poco estructurados, algunos ejemplos pueden ser levantar el cuello, mantenerse sentado, caminar, etc.
3. Habilidades Motrices Básicas: serie de acciones motrices que aparecen de forma innata (relacionado con el vínculo filogenético de la especie) comunes en todos los individuos, siendo el fundamento de posteriores aprendizajes motrices. Son movimientos elementales como los desplazamientos, saltos, giros y manipulaciones de objetos. Son apreciables hasta los seis-siete años.
4. Habilidades Motrices Específicas: combinaciones de habilidades básicas y su adaptación a unos propósitos específicos. Las habilidades específicas son la capacidad de conseguir un objetivo concreto, es decir, la realización de una tarea motriz definida con precisión, la cual servirá de enlace entre las habilidades Básicas y las Especializadas. Algunos ejemplos son la danza o los gestos deportivos, visibles hasta los doce años.

5. Habilidades Motrices Especializadas: movimientos más especializados que los anteriores, los cuales requieren de un entrenamiento específico para la dedicación exclusiva de alguna actividad o función específica.

Según Thlen, (1983, citado en Conde, Pérez y Peral, 2003), en apenas dos o tres meses el recién nacido pasa de tener un repertorio de conductas innatas de supervivencia (reflejos) a estar dotado de una mayor capacidad visual, prensión voluntaria y una disminución de su tono flexor. Conforme va aumentando su tono muscular comenzará a elevar la cabeza y su tronco, consiguiendo realizar giros y desplazamientos mediante reptaciones. Más tarde, sobre los seis meses, conseguirá mantenerse sentado y comenzarán a apreciarse constantes intentos de trepación para conseguir una postura erguida gracias a un apoyo. Entre el sexto y octavo mes aparecerá el gateo en posición de cuadrupedia, dejando atrás los ligeros balanceos y desplazamientos torpes. Finalmente, hacia los doce meses, se logrará la deambulación gracias a los múltiples intentos de bipedestación apoyado en muebles o familiares. (Conde, Pérez y Peral, 2003)

Hacia los 24 meses, el niño será capaz de subir y bajar escaleras de forma autónoma, comenzando a hacerlo en cuadrupedia, siendo de este modo más fácil el descenso. Posteriormente caminará y correrá con más seguridad, aunque en ocasiones siga inclinando su cuerpo hacia adelante. Además, será capaz de equilibrarse sobre objetos inestables, siempre y cuando no presenten mucha dificultad, comenzando a caminar de puntillas y realizando saltos en el aire (SEAE, s.f.).

En definitiva, según distintos autores, el segundo año de vida es el periodo en el que más diferencias de desarrollo se producen, dependiendo del entorno en el que viva el niño y la estimulación ofrecida. A partir de los 3 años la motricidad global se depurará y dará lugar a movimientos más coordinados y ágiles.

Por tanto, el desarrollo motor será la respuesta a un proceso de aprendizaje continuo y de maduración, que a medida que avance irá modelando la potencialidad motriz del niño.

2.2.1. Estimulación del desarrollo motor terrestre a través del agua

Si hablamos del desarrollo motor dentro del agua la situación es totalmente distinta en comparación la terrestre; se trata de un medio en el que carecemos de una superficie sólida que nos aporte equilibrio. Sin embargo, este medio fluctuante también ofrece apoyos dinámicos. que el niño debe aprender a utilizar, aunque al no ser tan claros como los terrestres deberá descubrirlos mediante la experiencia. Como dice Del Castillo (2001, pp.24): “En el agua el desplazamiento se produce “a través de” mientras que en tierra es “sobre”.

Le Camus (1993) afirma que el agua es un medio que nos permite realizar movimientos tridimensionales, favoreciendo de este modo la libertad y continuidad de movimientos del bebé.

Durante los primeros meses, y mediante materiales que le permitan mantenerse en contacto indirecto con el nuevo medio, el bebé comenzará a realizar tanto elevaciones del tronco y cabeza como movimientos tales como giros o pataleos, siempre con cierta inestabilidad lo que le llevará a desarrollar el equilibrio de una manera más temprana (García, 2010).

El desarrollo motor terrestre entre los 6 y 12 meses se puede complementar con actividades en el medio acuático a través de material accesorio adaptado a esta edad, como pueden ser tumbonas o colchonetas. Los niños más pequeños de este rango de edad se mantendrán en posición horizontal, mientras que los niños cercanos al año tratarán de alcanzar gateando objetos, se incorporarán e intentarán avanzar andando de la mano por la superficie inestable del material (García, 2010).

Para conseguir todo ello es fundamental el mantener contacto visual y táctil de manera segura, relajada y con un intercambio de cariño con el adulto. Gracias a los movimientos lentos, suaves, repetitivos y lo más naturales posible, el niño comenzará a disfrutar de la adquisición de habilidades motrices acuáticas básicas de una forma progresiva, desde las respuestas reflejas hasta las conductas acuáticas elementales.

Podemos concluir que durante los primeros meses de vida el proceso educativo, tanto en el medio terrestre como en el acuático, se basará principalmente en ofrecer al bebé diferentes apoyos, provocando así la búsqueda del equilibrio de manera natural.

2.3. El cuerpo “que siente”: desarrollo afectivo

A medida que el niño va creciendo, las relaciones afectivas que va estableciendo en su contexto social se van modificando. La evolución en su desarrollo conllevará distintos cambios en los ámbitos cognitivo, motor, social y afectivo, y estos influirán en las relaciones que a su vez mantiene con su entorno.

Wallon (1987), basándose en la misma escuela que Piaget, propone siete estadios en los cuales se muestran el tipo de relaciones que el niño va estableciendo con el medio que lo rodea:

- Impulsividad motriz (0-6 meses): en este primer estadio el niño únicamente manifiesta emociones relacionadas con la satisfacción de sus necesidades básicas, estableciendo una comunicación afectiva con sus progenitores.
- Emocional (6-12 meses): la comunicación afectiva ya no solo tiene el objetivo de cubrir sus necesidades, sino que se convierte en un medio de intercambios afectivos del niño con su entorno y del entorno con el niño.
- Sensoriomotor (24-36 meses): comienza a establecer relaciones de apego con objetos comunes de su entorno.
- Proyectivo: la acción es estimuladora de la actividad mental, es decir, de la conciencia. El niño conocerá los objetos a través de su acción sobre el mismo, es decir, sin movimiento ni expresión motora será incapaz de captar el mundo exterior.
- Personalismo (3-6 años): el niño toma conciencia sobre él mismo y su personalidad (“conciencia del yo”). Aparecerá cuando sea capaz de tener formada una imagen de sí mismo, una representación que, una vez formada irá unida al negativismo y el oposicionismo típico de entre los dos años y medio y los tres años. Una vez alcanzado lo anterior, buscará la aceptación y admiración de los otros, aspectos que pondrán en entredicho su adaptación al sentirse avergonzado por lo que hace. Esta etapa finaliza con la aparición poco antes de los cinco años con el disfrute del niño en la imitación y en los juegos de roles

- Pensamiento categorial (6-11 años): también se puede definir como la conquista y el conocimiento del mundo exterior, ya que el niño mostrará especial interés por los objetos. Entre los seis y nueve años se caracterizará por tener un pensamiento sincrético basado en lo global e impreciso, sino aún incapaz de distinguir entre lo objetivo y lo subjetivo. Sin embargo, a partir de los nueve años su pensamiento pasará a ser más categorial, comenzando entonces a agrupar las distintas categorías por sus atributos.
- De la pubertad y la adolescencia (12 años): se trata una etapa orientada hacia la “afirmación del yo”. Se caracterizará principalmente por la contradicción entre lo conocido y lo que se desea conocer, marcada por ambivalencias y conflictos afectivos.

En este trabajo nos centraremos únicamente en los tres primeros estadios: impulsividad motriz, emocional y sensoriomotor, por ser los correspondientes a las edades de los bebés a los que se dirige nuestra propuesta.

Durante los tres primeros meses, sus reacciones son manifestaciones de encontrarse bien o mal, mediante el llanto y el grito en un primer momento como descarga para convertirse más tarde en elementos de comunicación con intencionalidad, ya que se darán cuenta de que gracias a estos se satisfacen sus necesidades.

Poco a poco, hacia el quinto mes, comenzarán a responder a las caras y a las voces, ya que a partir de la décima semana pueden distinguir las caras de alegría, tristeza e incluso imitarlas. A los siete meses ya son capaces de memorizar objetos y personas por lo que responderán con tensión y miedo hacia las “caras” desconocidas. Junto a esto, aparecerá la ansiedad por separación que será mayor o menor dependiendo del conocimiento que tenga el bebé de la persona que se queda a su cuidado y, sobre todo, del grado de vínculo establecido con esa persona. Finalmente, hacia los nueve meses, son capaces de expresar sentimientos tales como la alegría, el disgusto y la rabia, siendo conscientes de si la otra persona esta enfadada o contenta con él.

Durante el primer año, responderá de manera correcta a la conducta social de otros

iguales, mostrará gusto o disgusto por un adulto familiar y realizará muestras de afecto no solo como respuesta al adulto. A partir de los quince meses, pueden aparecer los celos y miedo ante cualquier situación. Esta etapa, suele considerarse un periodo emocional complicado ya que el niño comienza a expresar un deseo de autonomía e independencia que “riñe” con su edad y necesidades, apareciendo entonces las pataletas y sentimientos como la frustración.

A los dos años, son capaces de predecir las reacciones de los demás (se desarrolla la imaginación). Aparece en este momento la envidia, a medida que van descubriendo el sentido de pertenencia (Ibarrola, 2014 y Pastor, Pérez y Nashiki, s.f.).

A modo de resumen, podemos concluir que el bebé viene al mundo desprotegido por lo que depende del adulto y sus cuidados para sobrevivir; los afectos y las relaciones con los demás están estrechamente unidos a la satisfacción de sus necesidades vitales, por lo que reaccionan positivamente hacia las personas que lo hacen. Poco a poco sentirá mayor interés hacia las personas de su entorno más próximo, llegando a extenderlo hacia un contexto más amplio. Estas, las personas más cercanas al bebé se convertirán en figuras de apego, siendo su relación y estilo de comunicación quienes determinarán los sentimientos que desarrolle. Finalmente, paulatinamente, aprenderá a autorregular sus emociones.

2.3.1. El papel de la familia en la educación acuática

El agua permite a los niños moverse libremente por el agua, mientras están en contacto con sus padres y con otros bebés, lo que les permitirá vivir nuevas experiencias. Por ello, y para que estas vivencias sean positivas, los padres tienen un importante papel a la hora de reaccionar hacia las actuaciones de sus hijos, pueden ofrecerles ayuda, atención y, sobre todo, deben elogiar sus esfuerzos.

Conde, Pérez y Peral (2003) sustentan que la intervención de los padres en los programas acuáticos se fundamenta en la importancia de la existencia de un apego adecuado entre la familia y el niño.

Maslow (1954) defendía en su teoría de las necesidades humanas que únicamente una persona luchará por sus necesidades superiores si se han satisfecho las más básicas. En la base de su pirámide encontraríamos las necesidades fisiológicas (p.ej. hambre); en el primer nivel la necesidad de seguridad; a continuación, las necesidades de pertenencia y de amor, es decir, relacionarse con otros y ser aceptado y, en el tercer nivel, encontraríamos las necesidades de autoestima. Por último, en la cúspide de la pirámide, las necesidades de autorrealización.

Siguiendo esta teoría, es fácil comprender que un niño no esté interesado en investigar el medio acuático si tiene hambre o sueño, lo que se manifestará mediante el llanto con origen de necesidad básica no satisfecha. Del mismo modo, lo que le permitirá desenvolverse con libertad en el medio acuático será la sensación de seguridad; un niño que no se sienta seguro en la piscina va a estar inquieto y bloqueando su capacidad de acción. Esta necesidad de seguridad es la que justificaría la presencia de una figura familiar con la que el bebé tenga apego, es decir, un buen vínculo emocional, ya que simplemente con su presencia el niño sentirá el apoyo emocional que necesita.

Una vez, que el niño vaya ganando autonomía afectiva y establezca vínculos con el profesor, este será el momento en el que los padres irán saliendo de la piscina. Aunque parezca una separación difícil, en la mayoría de los casos no lo es ya que suele coincidir con la entrada en la escuela alrededor de los tres años. Sin embargo, para que esta separación pueda producirse es esencial que el profesor sea el que ya conoce, no uno nuevo (Del Castillo, 2017).

La actividad acuática fomenta la individualidad del niño, al realizarse en un medio peligroso para un niño de tan corta edad sin vigilancia. Podemos considerar esta como una oportunidad para hacer que cada niño se sienta importante y único, aprovechando este momento para mejorar y enriquecer la calidad de sus relaciones. Los padres pueden tomar consciencia de la calidad de las interacciones con sus hijos únicamente si el vínculo entre ellos es individualizado (Suriol, 2002).

No cabe duda de que los bebés disfrutan de estos momentos acuáticos con sus padres, convirtiéndose la piscina en un espacio de experimentación para ambos, siendo esta una oportunidad para observar el comportamiento del niño en contacto con el agua.

La familia se convierte en un factor determinante para el desarrollo de las actitudes, las cuales influirán en la forma de responder a diferentes situaciones y, a su vez, juega un papel fundamental en la experimentación del entorno, proporcionando recursos para ello. Por ello, este grupo primario posibilitará el desarrollo y mejora de las habilidades motrices, verbalizando las dificultades y estrategias para favorecer que las actividades motrices formen parte del pensamiento, propiciando una correcta comprensión espaciotemporal (Comellas y Perinyà, 2000).

Sin embargo, como clarifica Del Castillo (2017), debemos ser conscientes de que, al hablar de Educación Acuática Infantil, debemos enseñar a los padres no a los niños, ya que estos aprenderán de manera autónoma a través de las experiencias propuestas, probando (ensayo-error), etc. Debemos enseñarles a actuar a los progenitores, dejándoles claros los objetivos de las tareas y la función que tienen en ellas, para que puedan facilitar los avances de su hijo y evitar que nuestra acción educativa llegue desvirtuada.

En cuanto al miedo, es fundamental que los padres presentes en las actividades sepan diferenciar si este sentimiento negativo es suyo o del niño, ya que en la mayoría de los casos los pequeños lo manifiestan por imitación de sus padres. No debemos olvidar que los niños son capaces de captar nuestros sentimientos identificándolos como agradables o desagradables, aunque no los comprendan en su totalidad. Por ello, los padres deberán ayudar a sus hijos a crear una consciencia hacia el agua sin la necesidad de mostrarles sus temores; si el adulto presente manifiesta inseguridad hacia el medio acuático será mejor que sea otro miembro de la familia el que lleve a cabo las actividades con el niño (Suriol, 2002).

Claro está que la atención afectiva y, por supuesto, la transmisión de seguridad y confianza que se establece entre padres, monitores y alumnos son hechos indispensables para propiciar la conducta exploratoria del niño, la cual desencadena una actividad motriz que debe ser descubierta por el mismo, no debe ser enseñada. Esta exploración desembocará en un incremento de su capacidad psicomotriz, comunicativa, cognitiva y de interrelación personal.

2.4 Educación acuática vs. Natación

Según Conde, Pérez y Peral (2003), podemos entender la educación acuática como una actividad variada que admite la diversidad y que en ningún caso limita al individuo, con la que se pueden ejecutar propuestas abiertas y adaptadas en función de las capacidades de los alumnos, siempre con el objetivo de su utilidad en la vida cotidiana, por ejemplo cuando vaya a una playa o un lago.

Por otro lado, la natación se enmarca en un enfoque más técnico (tecnocrático), en el que destaca el rigor científico. Podría definirse como la ejecución de movimientos que requieren una coordinación de pies, brazos y respiraciones especializadas, para poder desplazarse de forma horizontal por el agua (Conde, Pérez y Peral, 2003).

Tal y como defiende Suriol (2002, p.33): “cuando se trabaja con un niño desde bebé no podemos decir que hace natación ya que es científicamente imposible y no es el objetivo directo”. A través del agua, este adquiere unas capacidades y habilidades espontáneas únicamente alcanzables si se mantiene el contacto con este medio desde bebé.

Además, si tomamos como punto de partida la educación física, las actividades acuáticas permiten diferentes áreas de actuación. Primeramente, el niño necesita conocer y dominar los principios y reglas de la motricidad acuática para, más tarde, ser capaz de dominar los deportes y actividades acuáticas más específicas. Por ello, en educación física se diferencian dos principios de acción en el medio acuático:

- Principio de acción de la motricidad acuática, el cual se basa en el descubrimiento y aprovechamiento de las capacidades motrices del cuerpo en el medio acuático en relación con uno mismo, con los demás y con el entorno,

dependiendo de si la finalidad de la acción es en la recreación o la supervivencia.

- Principio de acción de la natación: sin embargo, este consiste en recorrer en el agua una distancia acordada anteriormente en el menor tiempo posible, mediante movimientos corporales llamados técnica de estilos, los cuales están reglamentados (Julián et al., 2004)

Del Castillo (2017, p. 118) recalca la importancia de no utilizar el término “natación de bebés” no solo por la utopía de pensar en enseñar estilos de natación antes de finalizar la primera infancia, sino porque bajo su punto de vista “no tiene ningún sentido plantearse el aprendizaje de habilidades deportivas específicas.” No se debe encorsetar la motricidad infantil en técnicas cerradas, sino que debe mantener la espontaneidad y capacidad de adaptación a los retos que el medio acuático plantee al niño. Con todo ello, remarca el objetivo principal: que el niño sea capaz de descubrir cómo moverse en el agua, medio que plantea exigencias mucho mayores que en el terrestre (véase tabla 1.).

Por otro lado, hay que deshacerse de la idea de que la experiencia acuática pretende, de alguna manera, acelerar el desarrollo psicomotor, ya que cada niño evolucionará a un ritmo natural distinto al del resto de iguales. Gracias a esta experiencia experimentará el agua lo que le permitirá disponer en su repertorio motriz no solo habilidades rudimentarias y habilidades básicas terrestres si no también habilidades básicas acuáticas.

Tampoco se trata de que los bebés pierdan el miedo al agua, aspecto que se debería reflexionar junto a los padres ya que nadie nace con miedos innatos, sino que influyen otros aspectos en su aparición, como por ejemplo la forma en la que sostienen al niño en la bañera de su casa. Se trataría entonces de conocer el medio de forma placentera aprovechando la curiosidad innata y la necesidad de aprehender del mundo que les rodea.

En cualquier programa de Educación Acuática Infantil el monitor/educador deberá plantear situaciones lúdicas mediante el juego, al tratarse de una metodología fundamental en la infancia, pero siempre deberá tener unos objetivos claros a

perseguir, explicando a los padres en todo momento qué pretende cada juego y cuáles son sus contenidos.

Por último, y quizás el elemento más importante es que desde el principio debe quedar claro que la experiencia acuática no elimina el riesgo de ahogamiento, por ello se tendrá que explicar a los padres que aunque sus hijos presenten cierta autonomía, un menor siempre deberá estar vigilado por un adulto responsable.

Tabla 1

Resumen de lo que debe ser y no ser en la experiencia acuática en la primera infancia.

| La experiencia acuática en la primera infancia | |
|---|---|
| Conceptos erróneos. | Conceptos acertados. |
| Aprender a nadar. | Aprender habilidades acuáticas básicas. |
| Perder el miedo al agua. | Conocer el medio de forma placentera. |
| Acelerar el desarrollo psicomotor. | Enriquecer el desarrollo del bebé. |
| Jugar en el agua. | Aprender y madurar a través del juego. |
| Evitar el riesgo de ahogamiento. | Compartir con los padres un reto. |

Nota: Tomada de Del Castillo (2017)

Una vez realizada las anteriores distinciones, queda aclarar que este trabajo va a estar enfocado a la educación acuática y no a la natación como tal, entendiendo la primera como aquellos movimientos y conductas que un bebé puede aprender y desarrollar utilizando el agua como medio de movimiento. De este modo se consigue que la práctica acuática sea un componente de su desarrollo integral, a través de su disfrute libre en este medio y de las interacciones tanto con sus padres como con otros iguales.

2.5 Posibilidades pedagógicas del agua.

Los bebés comienzan a realizar movimientos independientes y libres a partir de los seis meses, aspecto que gracias a las actividades acuáticas se consiguen de forma precoz gracias a las posibilidades de exploración en el medio acuático. Por ello, Ahr, Augdurger y Maringer-Zimmen (2006) defienden que se puede iniciar esta práctica a partir de la 6^o o 7^o semana de vida, ya que esta estimulación precoz tendrá consecuencias positivas en las capacidades del niño aún en desarrollo.

Según Pla y Collelledemont (2007) el agua se puede considerar “como un espacio de aprendizaje, de creación y de expresión muy amplia”.

Como ya sabemos, el agua es un espacio no solo de adaptación para nosotros sino un espacio de relaciones físicas complejas, por ello concebimos el agua como un espacio pluridimensional, compuesto por la dimensión física, evolutiva y simbólica (Pla, 2005).

En cuanto a la primera de ellas, la dimensión física, la característica más destacable es su estado físico diferente en relación con el del medio terrestre, este es líquido mientras que el otro es sólido. La densidad de este líquido es dieciocho veces superior a la del aire, lo que incrementa directamente la resistencia de un cuerpo sumergido. A su vez reduce la gravedad permitiendo que una persona pueda permanecer en su superficie sin sumergirse, fenómeno conocido como flotación.

Por otro lado, la dinámica inestable y activa del agua se traduce en una falta de equilibrio en cualquier cuerpo sumergida, aunque esta dinámica puede ser incrementada cuando un cuerpo altera la inmovilidad del agua.

Finalmente, y entendiendo el movimiento del agua como contenido, este líquido se trataría de un objeto móvil y fluido que es capaz de recorrer todas las partes de nuestro cuerpo, lo que permite ofrecer sensaciones en todo el cuerpo creando una unidad corporal (Pla, 2005).

La dimensión simbólica hace referencia al valor del agua como objeto/medio simbólico producto de la percepción personal, cultural y subjetiva tanto de los procesos cotidianos como de los procesos trascendentes. Los simbolismos acuáticos están presentes en infinidad de interpretaciones como por ejemplo: en la astrología el agua se presenta como un elemento femenino, receptor y pasivo, caracterizado por la inestabilidad, lo inconsciente y desconocido. Por otro lado, a lo largo de la historia este líquido también ha tomado un significado mítico y religioso, concretamente uniendo el agua con la vida. La inundación en el arca de Noé presente en la cultura judeocristiana o el mito de Nügua en la cultura china, son el reflejo de esta percepción del agua. Eliade (1981, citado en Pla, 2005) habla de este líquido como la sustancia primordial de la que se nace (el feto humano se desarrolla en una bolsa de

agua) y también adquiere el significado de muerte por la disolución del cuerpo en este medio. Por último, desde la perspectiva filosófica es un medio materno, femenino y líquido, haciendo referencia con esta última característica a la leche proporcionada por las madres a sus hijos, el amor filial interpretado sobre un medio de forma inconsciente.

Sin embargo, en este trabajo nos vamos a centrar únicamente en la evolutiva, explicada a continuación, ya que es la que está más relacionada con el desarrollo del niño.

2.5.1. Relación agua-bebé: vínculo filogenético y ontogenético

El abordaje filogenético pretende manifestar la unión existente ente el agua y el desarrollo humano. Desde este punto de vista, queda claro que nuestra especie no se ha desarrollado en el medio acuoso, por lo que el agua no es un medio propio.

Sin embargo, gracias a la influencia de nuestra cultura y entorno social nos hemos adaptado al medio acuático aprendiendo a nadar a pesar de no contar con recursos evolutivos como tienen otras especies. Por ello, este aprendizaje debe entenderse como un signo de maduración y desarrollo en el niño, el cual, como cualquier otro, fomentará nuevos potenciales en el mismo (Pla, 2005).

Por otro lado, la perspectiva ontogénica defiende el gran lazo de unión entre el medio acuoso y el bebé, ya que este, durante su gestación, pasó nueve meses nadando en el líquido amniótico. Esto nos hace pensar, al contrario que la visión filogenética, que la proximidad temporal con el agua no es tan lejana, quedando reflejado en el bebé al disponer de una serie de reflejos innatos que le permiten adaptarse al medio acuático (Pla, 2005). Como bien defiende Moreno-Doña (2004, p.4): “La autonomía en el medio acuático de un niño no es un aprendizaje a realizar sino un proceso que hay que re-vivir”.

Partiendo de lo anterior, podemos concluir que el ser humano está capacitado para adaptarse al medio acuático, quedando claro que cuanto antes comience a

desarrollarse en el agua más fácil será su proceso de adaptación debido al corto tiempo de separación entre su separación intrauterina y la actual. Algunos autores califican las habilidades motrices acuáticas simplemente ontogenéticas y no filogenéticas, ya que la motricidad acuática depende directamente de las oportunidades de práctica a lo largo del desarrollo (Laether, 1983, citado en García, 2010).

2.5.2. *Reflejos útiles*

Los movimientos reflejos son los primeros movimientos observables desde el momento del alumbramiento, siendo la manifestación más sencilla de la conducta motriz. Consisten en respuestas motrices involuntarias simples, movimientos independientes del aprendizaje, ya que forman parte del patrimonio filogenético del ser humano (Del Castillo, 1997).

Como hemos estudiado a lo largo del grado, los movimientos reflejos muestran la integridad del sistema nervioso central del niño y su madurez, es decir, es un claro indicador de salud.

Los bebés poseen reflejos inherentes que, estimulados de manera correcta, pueden convertirse en automáticos. Si observamos a un recién nacido podemos concluir que sus movimientos estarían más adaptados al medio acuático que al terrestre.

Moreno y De Paula (2006), clasifican la motricidad refleja en varias categorías:

- Reflejos posturales y locomotores: ayudan a mantener la postura en ambientes cambiantes, presentes desde el segundo mes hasta comienzos de los dos años.
- Reflejos defensivos: son reacciones involuntarias provocadas por una estimulación (visual, auditiva, cutánea, etc.) perjudicial y que permite escapar a este estímulo.

- Reflejos de aproximación u orientación al estímulo: permiten mediante las reacciones voluntarias acercarse al estímulo, facilitando así un acto posterior.

Cirigiliano (citado en Moreno y Gutiérrez, 1998) y Fontanelli (citado en Moreno y De Paula, 2005) presentan los principales reflejos en el medio acuático. A continuación, se muestran clasificados en las categorías explicadas anteriormente sobre la motricidad refleja:

Reflejos posturales y locomotores:

- Reflejo tónico cervical asimétrico: cuando se vuelve la cabeza del bebé hacia un lado, el brazo de ese lado se estira y el brazo opuesto se dobla por el codo. Tiene un papel importante en la coordinación ojo-mano y propicia el cambio postural de ventral a dorsal, aunque produce una desestabilización en la flotación.



Figura 2: R. tónico cervical asimétrico

- Reflejo natatorio: consiste en movimientos de brazos y piernas con cierto carácter rítmico y que se realizan al tomar contacto con la superficie del agua estando sujeto por los costados. Según el estudio de Bühler y cols. (1966) si se estimula puede transformarse en los movimientos del crol ventral. Se puede observar desde el alumbramiento hasta el 5º mes.



Figura 3: R. natatorio

- Reflejo de gateo: el bebé, colocado boca abajo, intentará mover sus piernas para avanzar gateando. Permite la propulsión en el estilo “perrito” debido a su similitud en la coordinación. Apreciable a partir de los 9 meses.



Figura 4: R. de gateo

A estos, Peral (1997), añade uno más: reflejo de chapoteo o hidropedal, que es la manifestación de placer al patear el bebé en el medio líquido.

Reflejos defensivos:

- Reflejo de Moro: se sujeta al bebé por los brazos, tirando un poco de ellos hacia arriba, levantando ligeramente la cabeza. Se le suelta bruscamente y el niño abre los brazos y las manos. El bebé se sobresalta, tensa hombros y espalda y abre los ojos como asustado, incluso puede comenzar a llorar. Permite la flotación dorsal y desplazarse en esta posición. Es observable desde el nacimiento hasta los 4 meses.



Figura 5: R. de moro

- Reflejo tónico cervical simétrico: cuando la cabeza se extiende, también se extienden los brazos y se doblan las piernas. Cuando la cabeza se flexiona, se flexionan los brazos y las piernas se extienden. Favorece, en la posición prona, mantener las vías respiratorias fuera del agua.



Figura 6: R. tónico cervical simétrico

- Reflejo palpebral: es un movimiento de defensa que surge cuando los párpados de los ojos se cierran, en el caso de aparecer bruscamente una luz intensa. Permite al bebé orientarse bajo el agua y bucear, ya que consiste en mantener los ojos abiertos debajo del agua. Desde el nacimiento hasta los 2 años.



Figura 7: R. palpebral

- Reflejo del paracaídas: se provoca sujetando al bebé por la cintura, boca abajo, y bajándolo repentinamente; el bebé extenderá los brazos para apoyarse y defenderse. Protege la entrada de la cabeza al agua y ayuda a la propulsión en la zambullida. Observable entre el 6º y 7º mes.



Figura 8: R. del paracaídas

- Reflejo de apnea: se trata del bloqueo de la respiración cuando el agua humedece las vías respiratorias externas. Desde el nacimiento hasta el 6º mes, si no se ejercita.

Reflejos de aproximación u orientación al estímulo:

- Reflejo de búsqueda: al tocar la mejilla, el recién nacido desplaza la boca hacia el lado que se ha presionado. Facilita la localización de la cabeza en la posición de flotación dorsal. Se observa desde el alumbramiento hasta los 5-6 meses



Figura 9: R. de búsqueda

- Respuesta de Jerónimo: favorece la zambullida al provocar un impulso al arrojarse al vacío aparece del 5º al 9º mes.



Figura 10: R. de Jerónimo

- Reflejo de prensión o agarre: al poner un dedo en la palma de la mano abierta del bebé, la mano se cerrará alrededor del dedo. El intento de retirar el dedo hace que el agarre se apriete. Presente desde el nacimiento



Figura 11: R. de prensión o agarre

2.5.3. Conductas motrices acuáticas básicas

La motricidad acuática en los primeros cuatro años de vida reúne una serie de requisitos, tales como aspectos filogenéticos y ontogenéticos y aspectos relacionados con la transferencia del aprendizaje.

Sin embargo, el desarrollo motor relacionado con el medio acuático ha sido uno de los aspectos más descuidados de la motricidad, ya que los estudios y las investigaciones en este ámbito no han sido tan abundantes como en las habilidades motrices básicas en el medio terrestre.

McGraw (1935) fue una de las primeras en estudiar las conductas natatorias en los más pequeños. A través de su estudio en los años treinta sobre los gemelos Jimmy y Jonny, observó la existencia de reacciones reflejas cuando el niño era

colocado sobre la superficie del agua. Tras un largo periodo observó los movimientos del sujeto mantenido por un brazal colocado ventralmente sobre el agua. Más tarde decidió retirar dicho artificio y pudo demostrar que un niño de diecisiete meses sumergido completamente era capaz de recorrer casi cuatro metros en una sola respiración. Estos estudios se enmarcaron dentro de una investigación global de las conductas motrices infantiles.

Investigadores más actuales han tratado el tema de las conductas motrices acuáticas tratando de explicar e interpretar el papel que el agua posee para el niño y su desarrollo.

2.5.3.1. *Clasificación según varios autores.*

Las conductas motrices acuáticas básicas, según Peral (1997), a las que se deben hacer referencia al hablar de las actividades desarrolladas en el medio acuático en edades tempranas son:

- Equilibrio acuático: definido como “la estabilidad sensoriomotriz adquirida con la percepción y aprendizaje guiado en el medio”, el cual gracias a la capacidad de flotación inherente en el recién nacido se ve favorecido.
- Flotación: consiste en mantenerse o sostenerse en la superficie de algún líquido. Esto se consigue gracias a movimientos instintivos (reflejos), los cuales serán explicados más adelante.
- Propulsión: aquellas acciones que una persona realiza con sus extremidades, tanto superiores como inferiores, que le permiten vencer la resistencia al agua y poder desplazarse en ella. De manera instintiva, al colocarse en posición ventral en el agua, el bebé provoca un conjunto de reflejos determinados como son: el cervical, reflejo glótico y movimientos de flexión-extensión rudimentarios, lo que propicia la acción propulsiva.

Por otro lado, García (2010), añade a esta lista otras conductas motrices desarrolladas en el medio acuático como:

- Respiración: proceso posterior a la fase de inmersión, es decir, meter la cabeza dentro del agua; para poder realizar la respiración correctamente el niño ha debido aprender a diferenciar las dos fases respiratorias: inspiración y espiración.

- Desplazamientos: movimientos que consisten en trasladarse de un lugar a otro dentro del agua; éstos se producen por el movimiento realizado por los brazos, adquiriendo entonces las piernas una función equilibradora.
- Salto: movimiento que permite introducirse en el agua. Se trata de una habilidad mixta dado que comienza normalmente en el medio terrestre y termina en el medio acuático.
- Giros: rotaciones realizadas sobre un eje imaginario con el objetivo de cambiar de posición u orientación.
- Manipulaciones: interacciones con otros objetos; para ello, el bebé debe mantenerse en el agua con ayuda.

El repertorio de conductas que se pueden observar en el medio acuático van desde movimientos reflejos natatorios hasta inmersiones y flotaciones dorsales y ventrales (Moreno y Gutiérrez, 1998).

2.5.3.2. *Fases de adquisición.*

En la segunda mitad del siglo XX, McGraw estableció a través de un estudio las fases de adquisición de las conductas acuáticas (McGraw, 1963. Citado en Moreno y Gutiérrez, 1998):

1. La primera fase comprendería desde el nacimiento hasta los cinco meses. En esta, están muy presentes los reflejos natatorios, pudiéndose observar sucesiones rítmicas de flexión-extensión tanto de piernas como de brazos cuando el bebé es sumergido en posición prona. Además, durante esta etapa, el reflejo de la glotis está aun muy presente lo que impide observar la ingestión de agua y la posterior tos.
2. Durante la segunda fase los patrones reflejos comienzan a desaparecer dando lugar a la actividad voluntaria. Como característica principal de esta es la capacidad del niño para voltearse de posición prona a supina.
3. La tercera y última fase de adquisición de las conductas acuáticas comenzará sobre los dos años, donde el niño ya es capaz de realizar movimientos más voluntarios y deliberados. A pesar de que el niño ya es capaz de controlar el quedarse sumergido en posición prona y realizar movimientos que favorezcan la propulsión, aún no consigue elevar la cabeza sobre el agua para realizar la respiración.

2.5.4. *Metodologías actuales para la enseñanza de actividades acuáticas*

Una metodología didáctica se podría definir como todas aquellas estrategias de enseñanza con cierta base científica que el educador propone para que los estudiantes o personas a las que va dirigida adquieran determinados aprendizajes (Forteza, 2009).

Por ello, en los programas de educación acuática tanto infantil como para adolescentes o adultos es esencial seleccionar cuidadosamente la metodología a utilizar, ya que nos permitirá acercarnos más al destinatario y favorecer su desarrollo y aprendizaje.

Durante las últimas décadas han surgido diferentes metodologías de enseñanza respecto a las actividades acuáticas, como por ejemplo:

La asociación americana YMCA (1999, citado en Moreno, Abellán, y López, 2003; Salar, 2017) propuso un programa de actividades acuáticas educativas basado en una metodología grupal e individual, en la cual el padre recibe la información necesaria para que el niño trabaje con él mientras el educador realiza la tarea para que el pequeño la imite. La edad de comienzo es a los seis meses en sesiones de treinta a cuarenta minutos cada uno en la que se utiliza multitud de material variado (aros, espejos, pelotas, ...). Consta de dos fases en las que en la primera, se fomenta la seguridad y diversión de la práctica acuática con la presencia de los padres y, en una segunda, se buscan alcanzar objetivos motrices acuáticos (desplazamientos, inmersiones, etc.)

Dos años después, en el 2001, Franco propuso la enseñanza acuática a través del descubrimiento guiado, donde el monitor actúa directamente con el niño aunque esté en todo momento con su madre. La enseñanza se divide en dos fases: la primera: “iniciación” en la que se trabaja el dominio de las capacidades motrices acuáticas básicas del bebé (apnea respiratoria voluntaria, flotación dorsal con respiración aérea, ...); y, una segunda, “continuidad”, donde los objetivos aumentan la dificultad: cambios de posición de pronación a supinación, desplazamientos dorsales, etc. (Franco, 2001, citado en Moreno, Abellán, y López, 2003; Salar, 2017)

En el mismo año, Freedman (2001, citado en Moreno, Abellán y López, 2003) presentó un programa de actividades acuáticas que comienza en la bañera, adentrándose paulatinamente en la piscina, trabajando la flotación y la inmersión, con el objetivo de que los bebés consigan nadar ellos solos.

Moreno (2001, citado en De Paula, 2017 y Salar, 2017) propone una nueva metodología a través del Método Acuático Comprensivo (MAC), en el cual el juego es el protagonista principal y, a través de él, el niño consigue los objetivos mediante la exploración. Defiende que a la hora de elegir la estructuración del programa es esencial tener en cuenta factores que intervienen en la enseñanza acuática relativos al alumno, al ambiente y al juego. El juego en sí supone un recurso metodológico que aporta motivación y eficacia en los procesos de enseñanza, pero siempre se debe facilitar que sean los propios alumnos los que asuman el papel de ser protagonistas de su propio aprendizaje. Por ello, en el MAC el papel del educador toma gran relevancia al ser el mediador el encargado de adecuar los procesos de enseñanza a los procesos de aprendizaje de cada alumno, a través de propuestas que favorezcan una práctica vivenciada y con diferentes niveles de ejecución y solución motriz.

Años más tarde, De Paula, Martínez y Alonso (2008) presentaron una propuesta de intervención basada en el juego, mediante actividades que les producían placer a la vez que aprendizaje, dirigida a niños entre los tres meses y los seis años.

El Laisser-Faire es una metodología propuesta y seguida por la escuela francesa de natación donde se potencia la exploración por parte del niño siempre promoviendo el juego de este tipo y de aventura.

Los objetivos principales son respetar el ritmo de desarrollo del niño aumentando sus potencialidades motoras y favorecer el descubrimiento del entorno por iniciativa propia. Defienden la importancia de la interacción padres-bebés y su papel fundamental en el descubrimiento del entorno por parte del niño, debe ser una conquista de él mismo y no una imposición.

Esta metodología considera la autonomía del niño como un valor educativo

esencial en la construcción de la personalidad e, incluso, de su vida futura. Debe ser él mismo el que tome conciencia de sus capacidades y posibilidades a través de la experimentación; se le debe enseñar a escoger y a acceder a su libertad, pero siempre siendo conocedor de sus limitaciones (SEAE, s.f.).

Por otro lado, las Prácticas Psicomotoras propuestas por Jean Paul Moulin y Azéman, rechazan el modelo de enseñanza precoz de las actividades acuáticas. Defienden que para que un niño consiga ser autónomo en el medio acuático no es indispensable la inmersión, para llegar a este paso el niño debe estar preparado para hacerle frente, nunca imponerse. El objetivo principal es favorecer el desarrollo psicomotor del niño y que sea capaz de sentir placer en el agua (Pena, 2006).

2.5.5. Beneficios de la educación acuática, centrado en el ámbito psicomotor y afectivos

Actualmente es impensable pensar que el desarrollo motor y el desarrollo afectivo están desligados y que no influyen uno en el otro.

Son numerosos los trabajos especializados en cuanto al tema en cuestión que han reconocido que las actividades acuáticas provocan efectos saludables en diferentes ámbitos del niño: psicomotor, emocional y socioafectivo:

Camus (1983, citado en García, 2010) observó que los bebés que habían experimentado con el medio acuático mostraban un mayor desarrollo motriz gracias al mayor campo de experimentación. Del mismo modo, Ahr (1994, citado en Moreno, Abellán y López, 2003) defendía que las actividades acuáticas van a proporcionar mejoras en el campo motriz y en el plano cognitivo.

Numminen y Sääkslathi (1993, citado en Del Castillo, 2001, p.72) realizaron un estudio comparativo del desarrollo motor en los primeros meses de vida entre niños que participaban en programas de actividades acuáticas junto a sus padres y niños que no recibían este tipo de estimulación. Encontraron diferencias en lo relativo al tiempo de adquisición en algunas de las habilidades a favor de los

primeros, concluyendo que

como el aprendizaje se basa en la estimulación del sistema nervioso y la respuesta activa del niño, podría ser, que el agua con sus cualidades especiales, dote al niño de unas posibilidades de activación sensorial que no pueden ser encontradas en ningún otro sitio, por lo menos a tan temprana edad. Así, el agua puede procurar al niño incluso posibilidades para la integración sensorial (vista-tacto) y, aunque indirectamente, formación de modelos mentales para un aprendizaje y control motor apropiados.

Cirigliano (1989, citado en Moreno, Abellán y López, 2003, p. 2):

por su parte indica que las prácticas acuáticas (...) ejercitan la destreza motriz, respetando las cualidades naturales de los niños, actúan como prevención de posibles retrasos psicomotores (...) También desarrollan la seguridad y dominio de sí mismo, incrementan el conocimiento y dominio del cuerpo, aseguran la supervivencia del niño en el agua, favorecen la comunicación del niño con el adulto y de los niños entre sí, y mejoran la calidad de vida en general. Las prácticas acuáticas proporcionan al niño un mejor desarrollo en la motricidad gruesa, motricidad fina, cognitiva, comunicación y socialización. Permiten al niño vivir sus propias experiencias, sin imposiciones ajenas a su voluntad, además de permitirle evolucionar en tres dimensiones.

Gracias al agua el bebé es capaz de experimentar un sinnúmero de experiencias que enriquecerán su desarrollo motor, ya que este medio permite realizar movimientos que no proporciona el ámbito terrestre. Esto hace que el bebé experimente experiencias que enriquecerán sensiblemente su desarrollo físico (Ahr, 1990; Guerrero, 1991 y Le Camus, 1993, citado en Bretones, 2006).

Además, los bebés nadadores aprenden a dominar y coordinar mejor los movimientos, desarrollando un mejor equilibrio y conciencia corporal, disponiendo desde muy pequeños un mayor radio de acción para moverse (Ahr, Augdurger y Maringer-Zimmen, 2006).

El agua ejerce un efecto relajante en el niño que permite el fortalecimiento de su musculatura mediante la realización de nuevos movimientos, lo cual favorece el desarrollo motor y, con ello, su comunicación no verbal mediante la postura y las señales corporales.

Por otro lado, y en cuanto al desarrollo social, estos niños muestran mayor interés por el contacto con otros, disfrutando de las relaciones, siendo más autónomos, perseverantes, motivados y conscientes de sus capacidades. Además, las actividades acuáticas al contribuir en la independencia del niño, aumenta su tendencia exploratoria lo que le permite socializarse con otras personas, tanto niños como adultos. Destacan su facilidad a la hora de adaptarse a nuevas situaciones (Ahr, Augdburger y Maringer-Zimmen, 2006; Del Castillo, 1997; García, 2010).

Martínez y Pérez (s.f.) ponen en énfasis que la convivencia social con niños de su misma edad, intereses y necesidades le ayudará a su desenvolvimiento y relaciones humanas, aspectos que deben ser aprendidos desde los primeros años de vida, con el fin de moldear los rasgos positivos de su personalidad con independencia, con iniciativas propias, aunque siempre guiadas por sus madres.

3. Objetivo

El objetivo de este TFG es diseñar una propuesta compuesta de sesiones de actividades acuáticas para bebés de 6 a 12 meses y sus familias, favoreciendo a través de ellas el desarrollo psicomotor y afectivo

4. Propuesta didáctica

4.1. Objetivos

4.1.1. Generales

- Favorecer el desarrollo motor y afectivo de bebés de 6 a 12 meses a través de actividades acuáticas junto a sus padres.

4.1.2. Específicos

- Favorecer el desarrollo físico y psíquico del bebé, mediante un trabajo de percepción y conocimiento del propio cuerpo en el medio acuático, sensaciones, funciones y posibilidades corporales.
- Incrementar la capacidad de movimientos básicos, relacionados con la postura, el desplazamiento y las acciones globales, segmentarias y manipulaciones.

- Experimentar las diferentes habilidades motrices básicas en el medio acuático.
- Potenciar la relación afectiva y social entre los bebés y sus padres/madres.
- Afianzar la aceptación del medio acuático.
- Potenciar la exploración del medio acuático.

4.2. Destinatarios

El programa va dirigido a bebés entre los seis y doce meses de edad y sin ninguna patología previa, aunque en el caso de darse se podrían modificar las sesiones para que pudieran participar en el mismo.

Los bebés estarán acompañados en todo momento por uno de sus progenitores, padre o madre, nunca de ambos para evitar distracciones, y siempre procurando que sea la misma persona quien acuda a las sesiones. La relación entre el bebé y la figura debe ser buena y segura para el niño, de lo contrario no recibirá la seguridad necesaria para poder explorar el nuevo medio.

4.3. Metodología

La metodología usada en el programa será una combinación entre Laisser-Faire y la propuesta por Moreno (2001), metodologías explicadas anteriormente en el punto 2.5.4. A modo de recordatorio cabe destacar que se trata de un modelo centrado en la potencialización de la exploración por parte del niño, mediante la interacción con una figura de apego, respetando en todo momento su ritmo de desarrollo. Y, en cuanto a la segunda, una metodología que presenta al juego como instrumento mediante el cual el niño explora.

Como bien defiende la American Academy of Pediatrics (2000), todos los programas acuáticos deben incluir información sobre los riesgos inherentes del agua, diferentes estrategias para prevenir el ahogamiento y la importancia del papel de los adultos en la supervisión de la seguridad de los niños dentro y alrededor del agua, nunca se les debe dar una imagen del “bebé autónomo y capacitado”. Por ello, a lo largo de todo el programa el monitor hará hincapié en todos estos aspectos, enseñando diferentes

estrategias y movimientos para poder salvar una situación de peligro, siempre recordando la importancia del papel supervisor de los padres.

La práctica de actividades acuáticas tiene un gran valor pedagógico para los niños a partir de los seis meses, ya que se puede realizar bajo los mismos Principios Metodológicos de la enseñanza formal. Algunos de estos son:

- Enfoque globalizador: gracias a las situaciones en las que se crea inestabilidad produciendo en el niño/a una sensación de inseguridad, este es capaz de resolver problemas o situaciones de peligro mediante la aplicación de los conocimientos adquiridos previamente. Las actividades acuáticas permiten que los niños/as establezcan conexiones constantemente entre lo aprendido anteriormente y los conocimientos nuevos de cada sesión.
- Aprendizaje significativo: en las actividades acuáticas es el propio niño/a quien construye, enriquece y modifica sus esquemas de conocimiento, siendo él el creador de su propio proceso de aprendizaje. Dentro de este proceso tanto el monitor como los padres tiene un papel fundamental ya que deben ser los encargados de motivar al niño/a en el desarrollo de las actividades tanto manipulativas como experimentales.
- Ambiente seguro y de confianza: para que puedan desarrollar al máximo sus capacidades es necesario que los niños que participan en este tipo de actividades encuentren un entorno seguro y acogedor. Por ello, el vínculo afectivo y de seguridad entre cada niño con su padre/madre es tan importante, de no existir esta confianza la exploración por parte del bebé no se produciría.
- Individualización y diversidad: el monitor debe conocer las posibilidades y capacidades de progreso de cada niño/a para poder saber desde dónde se parte. Para ello, es esencial realizar una evaluación inicial mediante diferentes tipos de actividades.

Aunque las actividades se lleven a cabo de forma grupal, es decir, todos los niño/as al mismo tiempo, las actividades propuestas deben ser adaptadas a las necesidades particulares de cada uno, ya que en cualquier grupo existen diferencias significativas ente los participantes.

- Valor educativo del juego: el juego es el vehículo idóneo para desarrollar aspectos cognitivos, sensoriales, afectivos y sociales en los niños/as. La acción en los primeros años de vida es corporal, mientras que en edades más avanzadas es más mental. A

través de ellos los pequeños son capaces de interiorizar, asimilar las instrucciones y ejecutar los ejercicios motrices a realizar. Esta metodología lúdica se puede observar en muchas de las actividades propuestas donde por ejemplo las colchonetas se transforman en lanchas y los churros en caballitos.

- La observación y la experimentación: para que los niño/as de estas edades experimenten y conozcan el mundo que les rodea es necesario brindarles oportunidades para realizar actividades de forma autónoma y sean ellos mismos los que planifiquen y secuencien poco a poco la acción. En nuestra planificación las actividades propuestas serán variadas y ajustadas en todo momento a los ritmos de los alumnos.

Está claro que a estas edades los niños han de aprender haciendo, lo que requiere la observación como proceso natural, manipulación y experimentación.

- El tiempo: la organización del tiempo va más allá de la temporalización de las actividades. Debe entenderse como un elemento que contribuye a la construcción personal de los niños y niñas. Para la planificación temporal del programa deberán tenerse en cuenta los tiempos definidos por los niños en cuanto a sus necesidades, es decir, los ritmos biológicos: sueño, alimentación, etc.
- Socialización: en el proceso de aprendizaje es muy importante potenciar no solo la relación bebé-padre/madre, sino también entre los distintos niños, creando para ello un ambiente rico en comunicación.

Por último, y en cuanto a la evaluación, será necesario utilizar instrumentos que proporcionen tanto al monitor como a las familias información sobre el punto de partida de cada niño (capacidades iniciales) y del progreso realizado hasta llegar al producto final. Para ello, se utilizará la técnica observacional obteniendo mediante ella información cualitativa.

Esta evaluación no deberá llevarse a cabo en un momento estanco del proceso de aprendizaje, sino que debe ser continua (evaluación formativa) y valorada en función del nivel de desarrollo de cada niño. Tampoco deberá ser el último paso del proceso, debe formar parte de él desde el inicio (evaluación inicial) hasta el final (evaluación sumativa) (Moreno y Gutiérrez, 1998). Por ello, el monitor rellenará una tabla de cada niño donde recogerá los progresos realizados a los largo de cada sesión (véase un ejemplo en el apartado 5.1).

Uno de los instrumentos más utilizados a la hora de realizar una evaluación final es la elaboración de informes finales individuales, en los que se puede observar la evolución del niño y la consecución o no de los objetivos previamente establecidos. Al finalizar este programa el monitor realizará una lista de verificación o cortejo, instrumento utilizado para verificar la presencia o ausencia de rasgos específicos determinados con anterioridad (Escobar, Romero, Sedano, Ramos y Vázquez, 2010). (Véase un ejemplo en el apartado 5.2)

4.4. Localización y características del lugar de realización

Respecto al vaso de la piscina este tendrá que tener poca profundidad, con diversas alturas, facilitando de este modo que los padres puedan estar en diferentes posiciones: agachados, arrodillados o de pie. Además, la escasa profundidad facilitará la autonomía del niño pudiendo jugar solo, sin que los padres lo sujeten, o con material auxiliar y relacionarse con otros iguales.

Las características del tratamiento químico del agua deben garantizar una calidad excelente y controlada periódicamente, dentro de los niveles legalmente establecidos, tal y como queda reflejado en el artículo 7 del Real Decreto 742/2013, de 27 de septiembre, por el que se establecen los criterios técnico-sanitarios de las piscinas. La temperatura del agua debe oscilar entre los 30-32 grados y la ambiental unos 2 grados por encima, asegurando así que el entorno sea acogedor para los bebés. No hay que olvidar que al salir de la piscina los niños tendrán frío, por lo que será necesario abrigarlo cuando salga de la misma para evitar resfriados.

Por otro lado, la playa de la piscina debe estar pensada para que los niños que comienzan a gatear o andar puedan desplazarse sin peligros, es decir, no deberá tener esquinas, agujeros, ... o cualquier otra cosa que lleve al niño a caerse.

Por último, y en cuanto a los vestuarios, deben tener una bañera o espacio adaptado donde podamos dejar al bebé sin que este pueda caerse o resbalar, ya que hay que tener en cuenta que se debe duchar a los niños antes y después de las actividades; antes para que se adapten a la temperatura y, después, para eliminar los restos de cloro evitando así irritaciones. Además, deben contar con duchar para los padres que permitan tener controlado al bebé en todo momento y disponer de un espacio los

suficientemente alto que permita cambiar al niño sin agacharse.

4.5. Temporalización

El horario estará realizado respetando los tiempos del niño, de vigilias de sueño y comida.

Numminen y Sääkslathi (1991, citado en Gómez-Mármol, Fuensanta, Sánchez-Alcaraz, 2015) afirman que un programa con una duración de nueve meses con una sola sesión semanal es más que suficiente para conseguir un desarrollo motor adecuado. Por lo que uniendo lo anterior y dado que nuestra metodología implica directamente a los padres, las sesiones se desarrollarán los sábados por la mañana, una vez a la semana durante el primer trimestre del curso escolar (septiembre-diciembre). Estas sesiones tendrán una duración de 45 minutos, aunque siempre será el propio bebé y su comportamiento el que establecerá el tiempo más conveniente para él y la actividad.

4.6. Recursos personales y materiales

4.6.1. Recursos personales

El **monitor** debe ser un especialista experto en la impartición de actividades acuáticas, el cual sigue una serie de principios pedagógicos y es capaz de reflexionar sobre su práctica e intenta mejorar sus actuaciones posteriores. La figura del monitor no solo debe atender a ser el encargado de guiar sesiones sino que además:

- Debe programar con anterioridad.
- Motivar y conocer los intereses de sus alumnos.
- Ser capaz de elegir las tareas, metodologías, material, ... adecuado.
- Reflexionar en la post-acción y autoevaluarse.
- Informar adecuadamente a los padres.

Los **padres y madres** no solo nos proporcionan la información sobre sus hijos, sino que serán los encargados de realizar las sesiones junto a sus hijos, por lo que se convierten en imprescindibles para poder llevar a cabo el programa.

4.6.2. Recursos materiales

A continuación se muestran los materiales utilizados:

Tabla 2.

Materiales requeridos en la propuesta.

| | |
|-------------------|--|
| Tablas |  |
| Churros |  |
| Colchonetas airex |  |
| Pelotas |  |
| Regaderas |  |
| Bolas de Navidad |  |
| Bolas de plástico |  |

4.7. Sesiones

Las actividades presentadas a continuación forman parte de un programa de actividades acuáticas con un desarrollo total de un curso escolar, aunque en este trabajo únicamente se presenten las sesiones del primer trimestre.

El programa consta de doce sesiones divididas en tres periodos de cuatro sesiones cada uno: familiarización, agarres e inmersiones y agarres y respiración. Cada uno de los periodos está presentado de un color diferente: azul, verde y naranja, con el objetivo de facilitar la organización al monitor que desarrolle la actividad.



Figura 12: Cronograma de la propuesta.

Cada una de las sesiones está estructurada en tres partes:

- Calentamiento: destinada a la toma de contacto de los bebés y sus familiares con el medio acuático.
- Parte principal: tanto los niños como sus progenitores realizan juegos con unos objetivos concretos, yendo de menor a mayor dificultad a medida que avanzan las sesiones. Algunas de las actividades presentadas han sido obtenidas de Heston (2000), aunque se han modificado algunos aspectos, como el orden y la duración, para poder adaptarlas a la propuesta.
- Vuelta a la calma: tanto bebés como padres llevan a cabo de forma conjunta con el resto de los participantes, una actividad dedicada a comentar como se han sentido a lo largo de la sesión.

Con el fin de conocer el punto de partida de cada uno de los niños, los padres deberán rellenar la siguiente valoración personal antes de comenzar la propuesta. Deberá ser entregada al monitor varios días antes del comienzo por correo electrónico para que, si así fuese necesario, se pudieran adaptar las primeras sesiones:



| | SI | NO | Observaciones |
|--|----|----|---------------|
| Reacciona correctamente al contacto con el agua | | | |
| Llora al tener el primer contacto en el agua (piscina, mar) | | | |
| ¿Compartes la hora del baño con tu hijo? | | | |
| ¿Le pones el nivel del agua por la cintura cuando está sentado en el fondo de la bañera? | | | |
| ¿Lo colocas boca-abajo sobre el fondo de la bañera? | | | |
| ¿Les escondes cosas por la bañera para que las busque? | | | |
| ¿Le refuerzas la expresión de sentimientos? | | | |

| | | | |
|---|--|--|--|
| ¿Le haces jugar lanzándole cosas para observar sus seguimientos visuales, tanto dentro como fuera del agua? | | | |
|---|--|--|--|



Además, al final de cada una de las sesiones, existe un apartado titulado evaluación en el que se recogen los ítems a evaluar de cada sesión, los cuales el monitor deberá colocar en la tabla de evaluación durante el desarrollo. Una muestra de ello puede verse en el apartado 5.1, donde se presenta un ejemplo de cómo debería realizarse.



4.7.1. Sesión 1




| FICHA DE SESIÓN | |
|--|---|
| SESIÓN N.º: 1 | |
| PERIODO: Familiarización | |
| N.º ALUMNOS: 10 | |
| SEXO: Ambos | |
| MATERIAL | Regadera de plástico, colchoneta airex |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Familiarizar al bebe con el nuevo entorno. • Tomar contacto con el agua de la piscina. |
| DESARROLLO | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | |
| Instrucciones previas: | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| Ejercicios: | Repre. Gráfica |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trenecito (5min.): <p>Desarrollo: realizaremos una fila como si fuéramos en los vagones del tren, comenzaremos a caminar rodeando la playa, observando de este modo donde vamos a realizar nuestra actividad intentando que poco a poco se quite el miedo al nuevo espacio. (Los niños irán encima de sus padres envueltos en una toalla siempre mirando hacia fuera.)</p> | |
| <i>Parte Principal (25 min.)</i> | |
| Ejercicios: | |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trenecito pasa por una cascada (10 min.): <p>Desarrollo: los padres dejarán la toalla que tapaba a los niños en el lugar indicado y, del mismo modo anterior, en forma de trenecito, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Buenos días! (5 min.): <p>Desarrollo: los padres se sentarán en el borde del vaso con sus hijos sentado delante apoyados en ellos. Cantando “La canción del baño” irán</p> | |

| | |
|--|--|
| <p>mojando poco a poco al niño al unísono de lo que dice la canción (¡Atención! Conviene en un primer momento evitar grandes cantidades de agua, sobre todo en la parte de la cara). Véase anexo.</p> <p>❖ Creemos como flores (5 min.):</p> <p>Desarrollo: en la misma posición que en el anterior ejercicio, se va incrementando el volumen de agua, mediante una regadera. Los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé. El trabajo se debe considerar siempre como un juego del cual los padres y los niños disfrutarán.</p> <p>❖ La isla flotante (5 min.)</p> <p>Desarrollo: se colocará al bebé sobre una colchoneta airex, sobre la que habrá un poco de agua, e iremos cambiando al niño de posición, primero boca abajo y luego boca arriba. El padre/madre le irá mojando con la regadera evitando en contacto con los ojos.</p> |   |
| <p><i>Vuelta a la calma (5 min.)</i></p> | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla. • Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc. | |
| <p>EVALUACIÓN</p> | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Observación directa de las reacciones al agua de cada uno de los niños: <ul style="list-style-type: none"> - Lloro ante el primer contacto con el agua. - Disfruta al realizar las actividades. | |

4.7.2. Sesión 2

| FICHA DE SESIÓN | |
|--|--|
| <p>SESIÓN N.º: 2 PERIODO: Familiarización</p> | |
| <p>N.º ALUMNOS: 10 SEXO: Ambos</p> | |
| MATERIAL | Regadera |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Familiarizar al bebe con el nuevo entorno. • Iniciar la flotabilidad. |
| DESARROLLO | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | |
| <p>Instrucciones previas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| <p>Ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trencito pasa por una cascada (5 min.): <p>Desarrollo: en forma de trencito, los bebés encima de sus padres, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Crecemos como flores (5 min.): <p>Desarrollo: los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé, sentados ambos en el bordillo del vaso.</p> | <p>Repre. Gráfica</p>  |
| <i>Parte Principal (25 min.)</i> | |
| <p>Ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Listos, ya! (5 min.) <p>Desarrollo: el padre sentado en el fondo del vaso doblará su brazo para coger mejor al bebé, el cual estará sentado sobre él con la cabeza y el pecho fuera del agua. A orden de “¡listos, ya!” le echará un poco de agua por la cabeza, repitiendo esta acción varias veces. A medida que el niño vaya cogiendo confianza, podrá aumentar la cantidad de agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Flotamos (10 min.) <p>Desarrollo: sentado en el fondo del vaso, cogerá al bebé con suavidad</p> |  |

| | |
|--|---|
| <p>por la cabeza, con las palmas de las manos y los dedos señalando hacia arriba, asegurándose de que las orejas están debajo del agua. ¡Atención! No lo deberá sujetar ni por el cuello ni por la espalda. Sin soltarle la cabeza, el adulto lo empujará hacia delante mientras flota (gracias a la flotabilidad natural no se hundirá).</p> <p>❖ ¡Nos relajamos! (5 min.)</p> <p>Desarrollo: con el bebé de espaldas al adulto, este apoyará los dedos en el pecho del niño y los pulgares en los omoplatos. Deberá sostenerlo a la altura de su cadera. (Si el bebé es muy pequeño, 6 m. mantenerlo recto; los mayores deberán estirar las piernas).</p> <p>❖ Paseo en lancha (5 min.):</p> <p>Desarrollo: consiste en tumbar boca-abajo a dos niños en el centro de la colchoneta y simular un paseo en lancha mientras se canta la canción: “La lancha del pescador”. Los dos adultos se colocarán uno a cada lado de la colchoneta, manteniendo así la horizontalidad y permitiendo, en caso de desequilibrio, que el niño se cayera al agua. Véase anexo.</p> |   |
| <p><i>Vuelta a la calma (5 min.)</i></p> | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla. • Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc. | |
| <p>EVALUACIÓN</p> | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Observación directa de las reacciones al agua de cada uno de los niños: <ul style="list-style-type: none"> - Lloro ante el primer contacto con el agua. - Disfruta al realizar las actividades, demostrándolo con sonrisas o risas. • Flotabilidad en cúbito-dorsal y en cúbito-ventral. | |

| | |
|--|---|
| <p>Desarrollo: el padre/madre se colocará de pie de espaldas al borde de la piscina, levantando una rodilla y sentando al bebé en ella, des espalda al adulto. Deberá sujetarlo por la cabeza con las manos extendidas. El padre bajará la rodilla despacio a tiempo que empuja al bebé hasta que flote de espaldas. Una vez que se sienta seguro, caminará despacio hacia atrás, balanceándolo de un lado a otro. (El bebé debe estar boca arriba y con las orejas debajo del agua).</p> <p>❖ ¡Somos anfibios! (5 min.):</p> <p>Desarrollo: se colocará al bebé en posición estirada de forma que su caja torácica descansa sobre el antebrazo del adulto. Mientras tanto la mano derecha abarcará el brazo izquierdo del niño y, la mano izquierda del adulto ejercerá palanca empujando los glúteos del bebé hacia abajo (aún más si la cara del bebé se hunde en el agua). La espalda del bebé debe estar cubierta por el agua</p> <p>❖ Pescamos patos (5 min.)</p> <p>Desarrollo: con el bebé de espaldas al adulto, este apoyará los dedos en el pecho del niño y los pulgares en los omoplatos. Deberá sostenerlo a la altura de su cadera. A continuación, el monitor tirará patitos de plástico cerca de los bebés, salpicando para captar su atención. El adulto deberá acercarse junto al bebé al juguete mientras le da la orden “¡cógelo!”.</p> |    |
| <p><i>Vuelta a la calma (5 min.)</i></p> | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla. • Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc. | |
| <p>EVALUACIÓN</p> | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Observación directa de las reacciones al agua de cada uno de los niños: <ul style="list-style-type: none"> - Lloro ante el primer contacto con el agua. - Disfruta al realizar las actividades, demostrándolo con sonrisas o risas. • Flotabilidad en cúbito-dorsal y en cúbito-ventral. • Levanta estando en cúbito-ventral la cabeza (tónico-cervical). • Coordinación de las manos y los ojos (capacidad para coger un objeto). | |

Desarrollo: se colocará al bebé en posición estirada de forma que su caja torácica descansa sobre el antebrazo del adulto. Mientras tanto la mano derecha abarcará el brazo izquierdo del niño y, la mano izquierda del adulto ejercerá palanca empujando los glúteos del bebé hacia abajo (aún más si la cara del bebé se hunde en el agua). La espalda del bebé debe estar cubierta por el agua.

❖ ¡Y ahora de espaldas! (5 min.):

Desarrollo: el adulto colocará su mano con los dedos separados debajo de la cabeza del niño, sujetándola, sin presionar; el bebé comenzará a mover lentamente brazos y piernas. La nariz, la boca y los ojos deben quedar fuera del agua. El padre/madre le irá echando agua por el pecho y abdomen.

Poco a poco, siempre que veamos que el niño domine la posición “del muerto”, se irá eliminando la sujeción del occipital hasta que el bebé esté sostenido por un solo dedo.

❖ Zambullida (5 min.):

Desarrollo: el adulto cogerá al bebé de las axilas y lo sentará en el borde de la piscina con los brazos estirados. Lo levantará y a la orden de “¡listo! ¡salpica!” lo meterá debajo del agua sacándolo rápidamente. El padre/madre andará hacia atrás mientras saca y mete al bebé en el agua y repetirá la palabra “¡salpica!” cada vez que lo introduzca.

❖ Nos relajamos (8 min.)

Desarrollo: sentado en el fondo del vaso, coja al bebé con suavidad por la cabeza, con las palmas de las manos y los dedos señalando hacia arriba, asegurándose de que las orejas están debajo del agua. ¡Atención! No lo sujete ni por el cuello ni por la espalda. Sin soltarle la cabeza, empújelo hacia delante mientras flota.



Vuelta a la calma (5 min.)


- Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.
- Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc.

EVALUACIÓN

- Observación directa de las reacciones al agua de cada uno de los niños:

- Lloro ante el primer contacto con el agua.
- Disfruta al realizar las actividades, demostrándolo con sonrisas o risas.
- Flotabilidad en cúbito-dorsal y cúbito-ventral.
- Levanta estando en cúbito-ventral la cabeza (tónico-cervical).
- Reacciona ante las zambullida:
 - Con risas.
 - Con llanto.

4.7.5. Sesión 5

| FICHA DE SESIÓN | |
|---|--|
| SESIÓN N.º: 5 | PERIODO: Agarres e inmersiones |
| N.º ALUMNOS: 10 | SEXO: Ambos |
| MATERIAL | Regaderas de plástico |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Iniciar la flotabilidad. • Iniciar el agarre a la barandilla mediante el acto reflejo de agarre. • Desarrollar la coordinación de piernas. • Iniciar las zambullidas. |
| DESARROLLO | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | |
| Instrucciones previas: | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| Ejercicios: | Repre. Gráfica |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trencito pasa por una cascada (5 min.): <p>Desarrollo: en forma de trencito, los bebés encima de sus padres, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Crecemos como flores (5 min.): <p>Desarrollo: los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé, sentados ambos en el bordillo del vaso.</p> |  |
| <i>Parte Principal (25 min.)</i> | |
| Ejercicios: | |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Al agua patos! (2 min.): <p>Desarrollo: sentamos a los niños/as en el borde, los padres/madres en el agua les acercan las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo) y les tiramos al agua. Nos vamos desplazando lentamente sin que nos suelten las manos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Agárrate que voy! | |

Desarrollo: con el bebé de espaldas al adulto, este apoyará los dedos en el pecho del niño y los pulgares en los omoplatos. Deberá sostenerlo a la altura de su cadera. A continuación, dará la orden “¡agárrate!” y acercará al bebé al borde de la piscina (el adulto tendrá que apoyar sus manos en el borde para que se coja).

❖ ¡Hasta luego!

Desarrollo: a continuación, el padre/madre dará la orden “¡date la vuelta!”, mientras lo gira del todo y lo aparta del borde de la piscina.

❖ Patada, patada

Desarrollo: en la misma posición de la primera actividad, el adulto repetirá la orden “¡patada!, ¡patada!” varias veces, mientras atraviesa la piscina junto al bebé. (Al llegar al otro extremo, se repetirán las actividades 1 y 2)

LAS ACTIVIDADES 1, 2 Y 3 SE REALIZARÁN 3 VECES CADA UNA (15 min.)

❖ Nos relajamos

Desarrollo: sentado en el fondo del vaso, coja al bebé con suavidad por la cabeza, con las palmas de las manos y los dedos señalando hacia arriba, asegurándose de que las orejas están debajo del agua. ¡Atención! No lo sujete ni por el cuello ni por la espalda. Sin soltarle la cabeza, empújelo hacia delante mientras flota.

❖ ¡Hasta el fondo! (5 min):

Desarrollo: el padre/madre sostendrá al bebé recto y dará varios botes en el agua. A orden de “¡listos, ya!” con voz fuerte, ambos se sumergirán (el adulto se arrodillará), descansará un momento en el fondo de la piscina mientras frota su nariz con la del bebé y le besa y saldrá a la superficie. (se realizará varias veces)



Vuelta a la calma (5 min.)


- Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.
- Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc.

EVALUACIÓN

- Flotabilidad en cúbito-dorsal y cúbito-ventral.
- Levanta estando en cúbito-ventral la cabeza (tónico-cervical).

- Coordinación de las piernas.
- Se agarra al bordillo de la piscina (con o sin orden).
- Reacciona ante las zambullidas:
 - Con sonrisas.
 - Con llanto.

4.7.6. Sesión 6

| FICHA DE SESIÓN | |
|---|--|
| SESIÓN N.º: 6 | PERIODO: Agarres e inmersiones |
| N.º ALUMNOS: 10 | SEXO: Ambos |
| MATERIAL | Regaderas |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar la flotabilidad. • Desarrollar el agarre a la barandilla. • Fomentar la coordinación de piernas y brazos. • Iniciar el buceo. • Desarrollar la coordinación de las ojo-mano. |
| DESARROLLO | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | |
| Instrucciones previas: | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| Ejercicios: | Repre. Gráfica |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trencito pasa por una cascada (5 min.): <p>Desarrollo: en forma de trencito, los bebés encima de sus padres, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Crecemos como flores (5 min.): <p>Desarrollo: los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé, sentados ambos en el bordillo del vaso.</p> |  |
| <i>Parte Principal (25 min.)</i> | |
| Ejercicios: | |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Al agua patos! (2 min.): <p>Desarrollo: sentamos a los niños/as en el borde, los padres/madres en el agua les acercan las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo) y les tiramos al agua. Nos vamos desplazando lentamente sin que nos suelten las manos.</p> | |

❖ ¡Preparados! ¡Listos! (15 min.):

Desarrollo: comenzará realizando dos veces (ida y vuelta) las mismas actividades que en la sesión anterior a modo de calentamiento.

Con el bebé de espaldas al adulto, este apoyará los dedos en el pecho del niño y los pulgares en los omoplatos. Deberá sostenerlo a la altura de su cadera. A continuación, dará la orden “¡agárrate!” y acercará al bebé al borde de la piscina (el adulto tendrá que apoyar sus manos en el borde para que se coja).

A continuación, el padre/madre dará la orden “¡date la vuelta!”, mientras lo gira del todo y lo aparta del borde de la piscina.

Por último, en la misma posición de la primera actividad, el adulto repetirá la orden “¡patada!, ¡patada!” varias veces, mientras atraviesa la piscina junto al bebé.

❖ ¡A bucear! (5 min.):

Desarrollo: el adulto se colocará de espaldas al borde de la piscina, con el agua hasta el pecho, apoyando los pulgares en los hombros del bebé, ahuecando las manos para cogerlo mejor y estirará los brazos, mirándolo fijamente a los ojos. A la orden de “¡listo, ya!” hundirá al bebé unos quince centímetros por debajo del agua sin doblar los brazos. El padre/madre acercará al bebé despacio hacia él, sacándolo del agua y abrazándolo para tranquilizarlo (en el caso de que el bebé aún aguante la respiración, deberá darle unos cuantos botes suavemente y soplarle en la cara). Se repetirá 2 veces.

❖ Pescamos patos (5 min.):

Desarrollo: con el bebé de espaldas al adulto, este apoyará los dedos en el pecho del niño y los pulgares en los omoplatos. Deberá sostenerlo a la altura de su cadera. A continuación, el monitor tirará patitos de plástico cerca de los bebés, salpicando para captar su atención. El adulto deberá acercarse junto al bebé al juguete mientras le da la orden “¡cógelo!”.


❖ Nos sumergimos juntos (5 min.):

Desarrollo: el padre/madre cogerá al bebé en posición vertical y darán, ambos, unos botes en el agua. A la orden de “¡listos, ya!”, con voz firme, adulto y bebé se sumergirán juntos (el adulto deberá doblar las



| | |
|--|--|
| <p>piernas como si fuera a arrodillarse). Descansarán un momento en el fondo de la piscina antes de volver a salir a la superficie. Una vez fuera, el padre/madre frotará su nariz con la del bebé y le besará para mostrarle confianza. Se realizará 1-2 veces dependiendo de la reacción del niño.</p> | |
| <i>Vuelta a la calma (5 min.)</i> | |
| <ul style="list-style-type: none">• Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.• Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc. | |
| EVALUACIÓN | |
| <ul style="list-style-type: none">• Flotabilidad en cúbito-ventral.• Levanta estando en cúbito-ventral la cabeza (tónico-cervical).• Coordinación de las piernas.• Se agarra al bordillo de la piscina (con o sin orden).• Reacciona ante las zambullidas.<ul style="list-style-type: none">- Con sonrisas.- Con llanto.• Coordinación de las manos y los ojos (capacidad para coger un objeto). | |

4.7.7. Sesión 7

| FICHA DE SESIÓN | |
|---|---|
| SESIÓN N.º: 7 | PERIODO: Agarres e inmersiones |
| N.º ALUMNOS: 10 | SEXO: Ambos |
| MATERIAL | Regaderas de plástico, tablas, churros |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar la flotabilidad. • Iniciar el uso de material auxiliar. • Fomentar la coordinación de piernas y brazos. • Iniciar el desplazamiento autónomo. • Iniciar el buceo. • Desarrollar la coordinación de las ojo-mano. • Desarrollar el agarre. |
| DESARROLLO | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | |
| Instrucciones previas: | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| Ejercicios: | Repre. Gráfica |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trencito pasa por una cascada (5 min.): <p>Desarrollo: en forma de trencito, los bebés encima de sus padres, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Crecemos como flores (5 min.): <p>Desarrollo: los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé, sentados ambos en el bordillo del vaso.</p> |  |
| <i>Parte Principal (25 min.)</i> | |
| Ejercicios: | |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Al agua patos! (2 min.): <p>Desarrollo: sentamos a los niños/as en el borde, los padres/madres en el</p> | |

agua les acercan las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo) y les tiramos al agua. Nos vamos desplazando lentamente sin que nos suelten las manos.

❖ Los surferos (8 min.):

Desarrollo: el adulto colocará al bebé sobre la tabla, llevando las manos del niño a agarrarse a la misma (es posible que muchos la agarren por sí mismos). El padre/madre se colocará a su altura pasando uno de los brazos por detrás del niño para sujetar la tabla. Ambos se desplazarán por el agua.

❖ Llenamos la ponchera (8 min.):

Desarrollo: el grupo se divide en dos, cada grupo tiene una ponchera en un extremo de la piscina y al otro lado una ponchera vacía; el primer bebé sostendrá en sus manos una pequeña espuma llena de agua la cual deberá pasar al siguiente niño. Así hasta llegar al otro lado, donde el monitor exprimirá la esponja en la ponchera. Los padres sujetarán a sus bebés colocando sus dedos en los omoplatos. (Se realizará dos veces)


❖ Los churreros (5 min.):

Desarrollo: los padres doblarán el churro a modo de anillo. Irán abriendo el anillo progresivamente hasta que este quede colocado prácticamente plano sobre el agua. El pecho del bebé permanecerá en todo momento en contacto con el churro, boca abajo paralelo al agua. De esta forma los niños podrán desplazarse libremente por el agua, movimiento que descubrirán al patear. En el caso de que se comporten de forma pasiva, el padre/madre podrá mover el churro y jugar a la locomotora (imitando también el ruido).


❖ ¡A bucear! (5 min.):

Desarrollo: el adulto se colocará de espaldas al borde de la piscina, con el agua hasta el pecho, apoyando los pulgares en los hombros del bebé, ahuecando las manos para cogerlo mejor y estirará los brazos, mirándolo fijamente a los ojos. A la orden de “¡listo, ya!” hundirá al bebé unos quince centímetros por debajo del agua sin doblar los brazos. El padre/madre acercará al bebé despacio hacia él, sacándolo del agua y abrazándolo para tranquilizarlo (en el caso de que el bebé aún aguante la respiración, deberá darle unos cuantos botes suavemente y soplarle



| | |
|--|---|
| <p>en la cara). Se realizará dos veces</p> <p>❖ Flotamos juntos (5 min.):</p> <p>Desarrollo: el padre/madre se colocará de pie de cara al borde la piscina, con el bebé de espaldas y apoyado en su pecho. Entonces, el adulto se echará hacia atrás hasta flotar y empujará un poco con los pies para alejarse del borde. Deberá dar suaves patadas para mantenerse y sostener al bebé encima de su abdomen con una mano.</p> |  |
| <i>Vuelta a la calma (5 min.)</i> | |
| <ul style="list-style-type: none">• Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.• Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc. | |
| EVALUACIÓN | |
| <ul style="list-style-type: none">• Familiarización con el material auxiliar.<ul style="list-style-type: none">- Reacciona al contacto con sonrisas.- Reacciona al contacto con llantos.• Autonomía de desplazamiento con material.• Flotabilidad en cúbito-ventral.• Levanta estando en cúbito-ventral la cabeza (tónico-cervical).• Coordinación de las piernas.• Reacción ante el buceo.<ul style="list-style-type: none">- Con sonrisas.- Con llantos.• Coordinación de las manos y los ojos (capacidad para coger un objeto). | |

4.7.8. Sesión 8

| FICHA DE SESIÓN | |
|---|--|
| SESIÓN N.º: 8 | PERIODO: Agarres e inmersiones |
| N.º ALUMNOS: 10 | SEXO: Ambos |
| MATERIAL | Regaderas de plástico, tablas, churros |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Iniciar el uso de material auxiliar. • Fomentar la coordinación de piernas. • Iniciar el desplazamiento autónomo. • Iniciar el buceo. • Comenzar la entrada al agua desde el bordillo. |
| DESARROLLO | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | |
| Instrucciones previas: | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| Ejercicios: | Repre. Gráfica |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trencito pasa por una cascada (5 min.): <p>Desarrollo: en forma de trencito, los bebés encima de sus padres, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Crecemos como flores (5 min.): <p>Desarrollo: los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé, sentados ambos en el bordillo del vaso.</p> |  |
| <i>Parte Principal (25 min.)</i> | |
| Ejercicios: | |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Al agua patos! (2 min.): <p>Desarrollo: sentamos a los niños/as en el borde, los padres/madres en el agua les acercan las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo) y les tiramos al agua. Nos vamos desplazando lentamente sin que nos suelten las manos.</p> | |

❖ ¡Ay que te pilló debajo del agua! (5 min.):

Desarrollo: el adulto apoyará los pulgares en los hombros del bebé y lo cogerá por el pecho con las manos ahuecadas. El padre/madre deberá estirar los brazos y caminar hacia atrás, balanceando al bebé suavemente de un lado a otro para que dé patadas. A la orden de “¡listos, ya!” sumergirá al bebé mientras camina hacia atrás. Tras unos pequeños instantes sacará al bebé del agua y le dirá “¡respira!”, dándole tiempo a que lo haga. Se repetirá el ejercicio, diciéndole “¡ya!” y sumergiéndolo. (el aumento de nº de veces de inmersiones le permite respirar de forma gradual)

❖ Cada rana con su nenúfar (5 min.):

Desarrollo: sentaremos a los niños/as en el borde de la piscina, los padres/madres en el agua les acercarán las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo). Cuando dé la orden “¡ listo, ya!” levantarán al bebe. Acto seguido, lo sumergirán con gesto firme (la cabeza del bebé debe estar al menos a quince cm. por debajo de la superficie). Mientras camina hacia atrás, tirará del niño y lo sacará del agua. Deberá acogerlo con un abrazo y una sonrisa, ya que lo distraerá y le ayudará a reponerse). En el caso de que aun aguante la respiración, el adulto le dará unos botes y le soplará en la cara. (Dos repeticiones).

❖ ¡Uy que me caigo! (5 min.):

Desarrollo: con la ayuda de otro adulto, este se sentará en el borde con las piernas en el agua, sosteniendo al bebé a un lado y bien recto, con los dedos de los pies apenas tocando el agua. A la orden de “¡listos, ya!, ¡date la vuelta!” lo soltará en el agua. El padre/madre que estará dentro del agua, cuando el bebé esté del todo hundido, le ayudará a volver al borde girándolo suavemente de la cadera. En cuanto saque la cabeza le dará la orden de “¡agárrate!”, mientras que el adulto que estará fuera le podrá guiar sus manos hacia la barandilla o la pared. (Dos repeticiones)

❖ Los churreros (5 min.):

Desarrollo: los padres doblarán el churro a modo de anillo. Irán abriendo el anillo progresivamente hasta que este quede colocado prácticamente plano sobre el agua. El pecho del bebé permanecerá en todo momento en contacto con el churro, boca abajo paralelo al agua.



De esta forma los niños podrán desplazarse libremente por el agua, movimiento que descubrirán al patear. En el caso de que se comporten de forma pasiva, el padre/madre podrá mover el chorro y jugar a la locomotora (imitando también el ruido).







Vuelta a la calma (5 min.)

- Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.
- Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc.

EVALUACIÓN

- Reacciones ante el buceo:
 - Con sonrisas.
 - Con llanto.
- Reacción al entrar en el agua desde el bordillo:
 - Con sonrisas.
 - Expresión de susto.
 - Con llanto.
- Coordinación de los pies.
- Nivel de agarre.
- Familiarización con el material auxiliar.
 - Reacciona al contacto con sonrisas.
 - Reacciona al contacto con llantos.
- Autonomía de desplazamiento con material.

| | | |
|--|---|--|
| | ambos en el borde del vaso. | |
| Parte Principal (25 min.) | | |
| <p>Ejercicios:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Al agua patos! (2 min.): Desarrollo: sentaremos a los niños/as en el borde, los padres/madres en el agua les acercan las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo) y les tiramos al agua. Nos vamos desplazando lentamente sin que nos suelten las manos. ❖ A caballito (5 min.) Desarrollo: el adulto colocará al bebé en el medio del churro, como si estuviera montando a caballo. El niño se agarrará (posiblemente sin ayuda) a la parte delantera del material, ya que de no hacerlo descubrirá que se desequilibra y caerá al agua. Mientras se desplazan sonará de fondo la canción “Corcel, el caballo negro”. Como bien dice la canción hay que encontrar amigos por lo que cuando los niños se encuentren con otros se colocarán en fila uno detrás de otro y seguirán desplazándose todos juntos. ❖ Los surferos (2+4=6 min.): Desarrollo: el adulto colocará al bebé sobre la tabla boca abajo, llevando las manos del niño a agarrarse a la misma (es posible que muchos la agarren por sí mismos). El padre/madre se colocará a su altura pasando uno de los brazos por detrás del niño para sujetar la tabla. Ambos se desplazarán por el agua. A continuación, el niño se colocará sentado sobre la tabla lo más recto posible. Del mismo modo que antes, el padre pasará uno de sus brazos por detrás del niño, evitando que se caiga de espaldas si se desequilibra y sujetando la tabla. ❖ Cada rana con su nenúfar (5 min.): Desarrollo: sentaremos a los niños/as en el borde de la piscina, los padres/madres en el agua les acercarán las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo). Cuando dé la orden ¡” listo, ya!” levantarán al bebe. Acto seguido, lo sumergirán con gesto firme (la cabeza del bebé debe estar al menos a quince cm. por debajo de la superficie). Mientras camina hacia atrás, tirará del niño y lo sacará del agua. Deberá acogerlo con un abrazo y |     | |

una sonrisa, ya que lo distraerá y le ayudará a reponerse). En el caso de que aun aguante la respiración, el adulto le dará unos botes y le soplará en la cara. (Dos repeticiones).

❖ Los recolectores (6 min.):

Desarrollo: se distribuyen materiales flotantes por toda la piscina y entre todos los niños los deben sacar del vaso. La posición será el bebé de espaldas al adulto, apoyando este los dedos en el pecho del niño y los pulgares en los omoplatos. Deberá sostenerlo a la altura de su cadera e ir desplazándose por el agua. Cuando se acerquen a un objeto el padre/madre deberá dar la orden “¡cógelo!”.




Vuelta a la calma (5 min.)

- Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.
- Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc.

EVALUACIÓN

- Reacciones ante el buceo:
 - Con sonrisas.
 - Expresión de susto.
 - Con llanto.
- Flotabilidad en cúbito-ventral.
- Familiarización con el material auxiliar:
 - Reacciona al contacto con sonrisas.
 - Reacciona al contacto con llantos.
- Control de la respiración (aguanta o no la respiración).
- Nivel de agarre de materiales.
- Equilibrio y estabilidad.
- Coordinación de las ojo-mano.
- Levanta la cabeza para evitar ahogo (tónico-cervical).

4.7.10. Sesión 10

| FICHA DE SESIÓN | |
|---|--|
| SESIÓN N.º:10 PERIODO: agarres y respiración | |
| N.º ALUMNOS:10 SEXO: Ambos | |
| MATERIAL | Regaderas de plástico, reproductor de música, churros, tabla, patos de goma, pesas de gomaespuma |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Fomentar el equilibrio y la estabilidad. • Desarrollar la fuerza dorsal-cervical • Fomentar el movimiento coordinado de piernas. • Iniciar el aprendizaje de la respiración. • Fortalecer el sistema respiratorio. • Fortalecer el agarre. • Facilitar la socialización entre iguales. |
| DESARROLLO | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | |
| Instrucciones previas: <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| Ejercicios: <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trencito pasa por una cascada (5 min.): Desarrollo: en forma de trencito, los bebés encima de sus padres, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua. ❖ Crecemos como flores (5 min.): Desarrollo: los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé, sentados ambos en el bordillo del vaso. | Repre. Gráfica  |

Parte Principal (25 min.)

Ejercicios:

❖ ¡Al agua patos! (2 min.):

Desarrollo: sentaremos a los niños/as en el borde, los padres/madres en el agua les acercan las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo) y les tiramos al agua. Nos vamos desplazando lentamente sin que nos suelten las manos.

❖ Concierto de chapoteo (5 min.):

Desarrollo: los padres/madres sostendrán a los niños por debajo de los brazos por detrás. Se colocarán todos haciendo un círculo y en el medio se dejará una pelota hinchable la cual se irá desplazando por el movimiento de los bebés. A la orden del monitor de “¡haced mucho ruido!” los niños deberán patalear el agua.

❖ ¡Uy que me caigo! (5 min):

Desarrollo: con la ayuda de otro adulto, este se sentará en el borde con las piernas en el agua, sosteniendo al bebé a un lado y bien recto, con los dedos de los pies apenas tocando el agua. A la orden de “¡listos, ya!, ¡date la vuelta!” lo soltará en el agua. El padre/madre que estará dentro del agua, cuando el bebé esté del todo hundido, le ayudará a volver al borde girándolo suavemente de la cadera. En cuanto saque la cabeza le dará la orden de “¡agárrate!””, mientras que el adulto que estará fuera le podrá guiar sus manos hacia la barandilla o la pared. (Dos repeticiones)


❖ Los independientes (8 min.):

Desarrollo: con el bebé de espaldas al adulto, este apoyará sus dedos en el pecho y los pulgares en los omoplatos del bebé, sosteniéndolo a la altura de la cadera. Ambos se situarán en el centro de la piscina y a la orden de “¡listo, ya!””, se sumergirá al bebé un instante. El adulto lo lanzará suavemente hacia adelante por debajo del agua antes de soltarlo un par de segundos. Cuando el bebé salga a la superficie por sí solo, el padre/madre lo deberá coger con calma y abrazarlo para tranquilizarlo. (¡ATENCIÓN! Debe realizarse a un ritmo tranquilo y suave, evitando movimientos bruscos que puedan asustar al niño)



| | |
|---|--|
| <p>❖ Paseo en lancha (5 min.):</p> <p>Desarrollo: consiste en sentar a dos niños en el centro de la colchoneta y se simula un paseo en lancha mientras se canta la canción: “La lancha del pescador”. Los dos se colocarán uno a cada lado de la colchoneta, manteniendo así la horizontalidad y permitiendo, en caso de desequilibrio, que el niño se cayera al agua. Véase anexo.</p> | |
| <i>Vuelta a la calma (5 min.)</i> | |
| <ul style="list-style-type: none">• Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.• Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc. | |
| <i>EVALUACIÓN</i> | |
| <ul style="list-style-type: none">• Coordinación movimientos de piernas.• Capacidad de agarre al bordillo.• Disfruta en la relación con otros, demostrando sonrisas o risas.• Familiarización con el material auxiliar:<ul style="list-style-type: none">- Reacciona al contacto con sonrisas.- Reacciona al contacto con llantos.• Control de la respiración (aguanta o no la respiración).• Agarra los materiales utilizados en la sesión.• Equilibrio y estabilidad.• Levanta la cabeza para evitar ahogo (tónico-cervical). | |

4.7.11. Sesión 11

| FICHA DE SESIÓN | | |
|--|---|---|
| SESIÓN N.º: 11 | | PERIODO: agarres y respiración |
| N.º ALUMNOS: 10 | | SEXO: Ambos |
| MATERIAL | Reproductor de música, churros, tabla, patos de goma, | |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Fomentar el movimiento coordinado de piernas. • Iniciar el aprendizaje de la respiración. • Fortalecer el sistema respiratorio. • Fortalecer el agarre. | |
| DESARROLLO | | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | | |
| | Instrucciones previas: | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| Tiem po | Ejercicios: | Rep. Gráfica |
| 5 min. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trencito pasa por una cascada (5 min.): Desarrollo: en forma de trencito, los bebés encima de sus padres, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua. |  |
| 5 min. | <ul style="list-style-type: none"> ❖ Crecemos como flores (5 min): Desarrollo: los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé, sentados ambos en el bordillo del vaso. | |
| <i>Parte Principal (25 min.)</i> | | |
| Ejercicios: | | |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Al agua patos! (2 min.): Desarrollo: sentaremos a los niños/as en el borde, los padres/madres en el agua les acercan las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo) y les tiramos al agua. Nos vamos desplazando lentamente sin que nos suelten las manos. | | |

❖ ¡Uy que me caigo! (5 min):

Desarrollo: con la ayuda de otro adulto, este se sentará en el borde con las piernas en el agua, sosteniendo al bebé a un lado y bien recto, con los dedos de los pies apenas tocando el agua. A la orden de “¡listos, ya!, ¡date la vuelta!” lo soltará en el agua. El padre/madre que estará dentro del agua, cuando el bebé esté del todo hundido, le ayudará a volver al borde girándolo suavemente de la cadera. En cuanto saque la cabeza le dará la orden de “¡agárrate!”, mientras que el adulto que estará fuera le podrá guiar sus manos hacia la barandilla o la pared. (Dos repeticiones)

❖ ¡Preparados! ¡Listos! (10 min.):

Desarrollo: comenzará realizando dos veces (ida y vuelta) las mismas actividades que en la sesión anterior a modo de calentamiento.

Con el bebé de espaldas al adulto, este apoyará los dedos en el pecho del niño y los pulgares en los omoplatos. Deberá sostenerlo a la altura de su cadera. A continuación, dará la orden “¡agárrate!” y acercará al bebé al borde de la piscina (el adulto tendrá que apoyar sus manos en el borde para que se coja).

A continuación, el padre/madre dará la orden “¡date la vuelta!”, mientras lo gira del todo y lo aparta del borde de la piscina.

Por último, en la misma posición de la primera actividad, el adulto repetirá la orden “¡patada!, ¡patada!” varias veces, mientras atraviesa la piscina junto al bebé.

❖ Los independientes (5 min.):

Desarrollo: con el bebé de espaldas al adulto, este apoyará sus dedos en el pecho y los pulgares en los omoplatos del bebé, sosteniéndolo a la altura de la cadera. Ambos se situarán en el centro de la piscina y a la orden de “¡listo, ya!”, se sumergirá al bebé un instante. El adulto lo lanzará suavemente hacia adelante por debajo del agua antes de soltarlo un par de segundos. Cuando el bebé salga a la superficie por sí solo, el padre/madre lo deberá coger con calma y abrazarlo para tranquilizarlo. (¡ATENCIÓN! Debe realizarse a un ritmo tranquilo y suave, evitando movimientos bruscos que puedan asustar al niño)


❖ En busca del tesoro (3 min):

Desarrollo: el monitor lanzará objetos flotantes por todo el vaso. Los niños



| | |
|--|--|
| junto a sus padres deberán cogerlos y depositarlos en una caja que está situada en el borde de la piscina. | |
| <i>Vuelta a la calma (5 min.)</i> | |
| <ul style="list-style-type: none">• Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.• Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc. | |
| EVALUACIÓN | |
| <ul style="list-style-type: none">• Control de la respiración (aguanta o no la respiración).• Coordinación movimientos de piernas.• Capacidad de agarre al bordillo.• Familiarización con el material auxiliar:<ul style="list-style-type: none">- Reacciona al contacto con sonrisas.- Reacciona al contacto con llantos.• Aguanta o no la respiración.• Agarra los materiales utilizados en la sesión. | |

4.7.12. Sesión 12

| FICHA DE SESIÓN | |
|---|---|
| SESIÓN N.º: 12 | PERIODO: Agarres y respiración |
| N.º ALUMNOS: 10 | SEXO: Ambos |
| MATERIAL | Bolas de plástico, churros, reproductor de música |
| OBJETIVOS | <ul style="list-style-type: none"> • Fomentar la coordinación de piernas. • Iniciar el desplazamiento autónomo. • Comenzar la entrada al agua desde el bordillo. • Desarrollar el agarre. • Fomentar el equilibrio y la estabilidad. |
| DESARROLLO | |
| <i>Calentamiento (10 min.)</i> | |
| Instrucciones previas: | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Recepción de niños. • Preguntas a los padres por si hay alguna consideración. • Quitarse las chancletas. | |
| Ejercicios: | Repre. Gráfica |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ El trencito pasa por una cascada (5 min.): <p>Desarrollo: en forma de trencito, los bebés encima de sus padres, iremos pasando por debajo de las duchas cantando y divirtiéndonos para que los niños se vayan acostumbrando al agua.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Crecemos como flores (5 min.): <p>Desarrollo: los padres irán mojando paulatinamente el cuerpo de su bebé, sentados ambos en el bordillo del vaso.</p> |  |
| <i>Desarrollo (25 min.)</i> | |
| Ejercicios: | |
| <ul style="list-style-type: none"> ❖ ¡Al agua patos! (5 min): <p>Desarrollo: sentaremos a los niños/as en el borde, los padres/madres en el agua les acercan las manos abiertas para que se agarren (acto reflejo) y les tiramos al agua. Nos vamos desplazando lentamente sin que nos suelten las</p> | |

manos.

❖ ¿Y las bolas del árbol? (10 min.= 5+5):

Desarrollo: dado que es la última sesión antes de las vacaciones de Navidad, se colocará un árbol en la zona de playa. Se les contará a los niños un cuento sobre la Navidad: *La verdadera historia del Árbol de Navidad*. A continuación, en la parte poco profunda encontrará bolas flotando sobre el agua, que con la ayuda de sus padres deberán coger y colocar en el árbol.

❖ ¡Ay que te pillo debajo del agua! (5 min.):

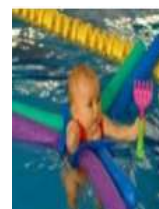
Desarrollo: el adulto apoyará los pulgares en los hombros del bebé y lo cogerá por el pecho con las manos ahuecadas. El padre/madre deberá estirar los brazos y caminar hacia atrás, balanceando al bebé suavemente de un lado a otro para que dé patadas. A la orden de “¡listos, ya!” sumergirá al bebé mientras camina hacia atrás. Tras unos pequeños instantes sacará al bebé del agua y le dirá “¡respira!”, dándole tiempo a que lo haga. Se repetirá el ejercicio, diciéndole “¡ya!” y sumergiéndolo. (el aumento de nº de veces de inmersiones le permite respirar de forma gradual)

❖ Los churreros (5 min):

Desarrollo: los padres doblarán el churro a modo de anillo. Irán abriendo el anillo progresivamente hasta que este quede colocado prácticamente plano sobre el agua. El pecho del bebé permanecerá en todo momento en contacto con el churro, boca abajo paralelo al agua. De esta forma los niños podrán desplazarse libremente por el agua, movimiento que descubrirán al patear. En el caso de que se comporten de forma pasiva, el padre/madre podrá mover el churro y jugar a la locomotora (imitando también el ruido).

❖ Villancico chapoteando (5 min.):

Desarrollo: los padres/madres sostendrán a los niños por debajo de los brazos por detrás. Se colocarán todos haciendo un círculo y cantarán entre todos el villancico “Los peces en el río”. En la parte del estribillo, a la orden de “¡ya!” los bebés deberán comenzar a dar patadas al agua con los pies. Véase anexo.



Vuelta a la calma (5 min):

- Ponerse las chancletas, ducharse y ponerse la toalla.
- Reunión del grupo, sentados en una colchoneta para comentar entre todos la sesión, lo que les ha llamado más la atención, incertidumbres, etc.

EVALUACIÓN

- Entradas a la piscina.
 - Reacciona con sonrisas.
 - Reacciona con expresión de susto.
 - Reacciona con llantos.
- Control de la respiración (aguanta o no la respiración).
- Capacidad de agarre al bordillo (con o sin orden).
- Coordinación movimientos piernas.
- Disfruta en la relación con otros, demostrándolo con sonrisas o risas.
- Capacidad de desplazamiento autónomo.

5. Evaluación

La evaluación es un proceso que sirve para ajustar las actuaciones de enseñanza-aprendizaje, mostrando los éxitos o contenidos a reforzar. En edades tempranas la observación es la metodología más adecuada para evaluar. Moreno y Gutiérrez (1998, pp.110-111) definen los sistemas de observación y de registro como

instrumentos muy valiosos para registrar lo que sucede en las sesiones prácticas, en el progreso de día a día, pero éstos han de ser sistemáticos y continuos y no deben recoger solo elementos cuantitativos o sumativos de la actividad del alumno (marcas, tiempos o número de repeticiones), sino que también su atención, interés, relación con sus compañeros, actitudes y formas de trabajo.

5.1. Ejemplo de evaluación de una sesión

A continuación, se presenta un modelo de tabla de evaluación de cada sesión. El monitor deberá colocar en la parte izquierda de la tabla los ítems establecidos en cada una de las sesiones en la parte de “evaluación”.

| EVALUACIÓN SESIÓN Nº3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--|---|---|---|---|---|
| Reacciona con sonrisas al contacto con el agua | | | | | |
| Reacciona con llantos al contacto con el agua | | | | | |
| Llora al tener el primer contacto dentro de la piscina | | | | | |
| Levanta la cabeza para evitar ahogo (tónico-cervical) | | | | | |
| Flota cúbito-dorsal | | | | | |
| Flota cúbito-frontal | | | | | |
| Coordinación ojo-mano. | | | | | |

1: nunca; **2:** rara vez; **3:** ocasionalmente; **4:** casi siempre; **5:** siempre

5.2. Evaluación final

Una vez realizada la última sesión, el monitor responsable deberá rellenar la siguiente tabla de cada uno de sus alumnos con el objetivo de conocer tanto él como los padres la consecución de objetivos de cada niño.

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------------------------------|---|---|---|---|---|
| RESPIRACIÓN | | | | | |
| Agua a nivel del cuello | | | | | |
| Al salpicarle la cara con agua | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--|--|--|--|
| Inmersión completa del cuerpo | | | | | |
| Control voluntario | | | | | |
| AGARRES | | | | | |
| Es capaz de agarrarse al borde de la piscina | | | | | |
| Es capaz de agarrarse al borde de la piscina tras una inmersión | | | | | |
| Agarra diferentes objetos | | | | | |
| RELAJACIÓN | | | | | |
| Sujetado con dos brazos | | | | | |
| Sujetado con un brazo | | | | | |
| En ejercicios de flotación con el adulto | | | | | |
| Cuando se encuentra el solo con material | | | | | |
| Tras realizar una zambullida | | | | | |
| FLOTACIÓN | | | | | |
| De cúbito-dorsal (plancha) | | | | | |
| De cúbito-ventral | | | | | |
| ESQUEMA CORPORAL | | | | | |
| Coordinación piernas | | | | | |
| Coordinación brazos | | | | | |
| EQUILIBRIO | | | | | |
| Es capaz de mantenerse sentado sobre material | | | | | |
| SOCIALIZACIÓN | | | | | |
| Disfruta jugando con otros iguales | | | | | |
| Comparte juguetes/materiales | | | | | |
| RELACIÓN MADRE/PADRE-HIJO | | | | | |
| Ambos disfrutan de las actividades | | | | | |

1: nunca; **2:** rara vez; **3:** ocasionalmente; **4:** casi siempre; **5:** siempre

5.3. Evaluación de satisfacción para los padres

Con la finalidad de implicar a las familias en el programa y poder mejorarlo en el futuro, podrán rellenar de forma voluntaria el siguiente cuestionario para dar a conocer sus conformidad sobre diferentes aspectos:

Optimización del desarrollo psicomotor y afectivo de bebés de 6 a 12 meses a través de un diseño de actividades acuáticas junto a sus familias

El curso ha conseguido satisfacer mis expectativas 1 2 3 4 5

| | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|
| Organización del curso | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Grado de satisfacción respecto al monitor asignado | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Trato recibido por parte del monitor | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Grado de información recibida en cuanto a la evolución de mi hijo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Progreso de mi hijo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

1: muy descontento; **2:** descontento; **3:** ni descontento ni satisfecho; **4:** satisfecho; **5:** muy satisfecho

6. Conclusiones y valoración personal

El trabajo ha consistido en una propuesta de actividad extraescolar con el objetivo primordial de contribuir en el desarrollo de los bebés. Se ha realizado una propuesta realista y viable para que se pueda llevar a cabo con la colaboración de los padres, evitando realizar sesiones durante los días laborables para poder asegurar la asistencia.

Aunque son numerosos los autores que defienden las ventajas de la práctica de la actividad acuática en edades tempranas, aún faltan estudios que aporten resultados concluyentes sobre el tema. Por mi parte, y por la experiencia que tengo sobre él, estoy convencida de los beneficios sobre el desarrollo completo de los niños durante la primera infancia, si se realizan actividades acuáticas con la estimulación conveniente.

Por otro lado, se ha remarcado aún más la importancia del vínculo afectivo de los bebés con una figura de apego, ya que este permite al niño/a explorar de manera autónoma formando así el conocimiento de su esquema corporal y del entorno que le rodea.

Además, cualquier programa para que sea de calidad debe ser evaluado y modificado constantemente, por lo que se ha planteado con el aspecto evaluativo constantemente, ya que el monitor deberá realizar evaluaciones durante el transcurso del mismo, debiendo adaptar las actividades al ritmo de cada uno de los participantes.

Para dar por finalizada la realización de este Trabajo de Fin de Grado considero oportuno aportar una reflexión personal sobre las experiencias vividas, ya que considero de gran importancia concienciar sobre los beneficios que aportan las actividades acuáticas al desarrollo global de los niños en la primera infancia.

En cuanto al tema, reconozco que no me pareció complicado ya que de forma general lo conocía debido a que durante mi vida siempre he pertenecido a varios equipos de natación, como ya expliqué al principio del trabajo. Sin embargo, sí que me ha costado bastante organizar la información obtenida de las diferentes fuentes bibliográficas y, sobre todo al principio, ya que no sabía muy bien cómo enfocar el Trabajo de Fin de Grado en general.

Respecto a la propuesta didáctica, a pesar de haber realizado varias unidades didácticas y programas de intervención a lo largo del Grado, tengo que destacar que en un primer momento me dio bastante respeto plantear un programa de actividades acuáticas ya que apenas conocía las fases de aprendizaje ni cómo debía plantearse para obtener los resultados esperados y no crear una experiencia negativa en los bebés. Sin duda alguna, toda la bibliografía consultada sobre el tema me facilitó el cómo hacerlo. Además, este trabajo me ha permitido poner en práctica, aunque sea de forma teórica, competencias desarrolladas a lo largo del Grado, en lo referido a la organización de información, argumentar mis criterios y estrategias educativas desde mi punto de vista como docente.

Durante el desarrollo de este Trabajo de Fin de Grado me han surgido una serie de dificultades que me han entorpecido en cierta forma a la hora de realizarlo y, por otro lado, una serie de facilidades que han conseguido entusiasmarme con el tema aún más y poder descubrir una etapa prácticamente desconocida para mí.

Primeramente, y en cuanto a las dificultades, el hecho de que las actividades acuáticas dirigidas a bebés sea una actividad que lleva relativamente poco tiempo impartándose, apenas hay datos estadísticos que puedan demostrar los beneficios psicomotores y afectivos de las actividades acuáticas en los primeros años de vida. Además, me ha sido bastante complicado encontrar información sobre el tema ya que, a pesar de haber mucha información sobre natación y programas sobre este deporte, apenas se contempla la opción de que bebés puedan realizar actividades acuáticas. Por otro lado, el hecho de que a lo largo del Grado la mayor parte de nuestra formación se haya centrado en la segunda etapa, es decir, de los tres a los seis años, también me ha dificultado un poco la tarea en lo referido a conocer el desarrollo, posibilidades y metodologías más adecuadas para desarrollar cualquier tipo de programa.

Por otro lado, el haber formado parte de varios equipos de natación me ha facilitado el conocer la realidad existente en cualquier piscina, pudiendo adaptar las actividades y los materiales requeridos en cada una de ellas a las posibilidades reales. Aun así, soy consciente de que al tratarse de actividades muy variadas, probablemente habrá que adaptarlas a los ritmos.

Si que es verdad que me hubiera gustado poder llevarlo a cabo en una piscina para comprobar de verdad si mi programa está bien planteado para la consecución de los objetivos, pero debido a la falta de tiempo y, sobre todo, el no tener niños dispuestos a participar, ya que no se trata de una programación que se puede llevar a cabo en un aula en cualquier momento.

Gracias a la revisión bibliográfica realizada he podido comprobar que las actividades acuáticas tienen cabida dentro del entorno educativo, ya sea en la etapa planteada o en superiores, incluso la legislación de algunas comunidades avala el uso del medio acuático para la realización de actividad física. Por ello, dejo abierta la opción de dejar de considerar dichas actividades dentro del tiempo libre o de ocio, llegando a ser implantadas dentro del ámbito educativo, como una asignatura más, algo que se está comenzando a implantar ya en algunos colegios concertados-privados de Zaragoza.

Además, este trabajo me ha permitido demostrar que no existe una única salida laboral para los maestros de educación infantil, ya que normalmente las orientaciones que recibimos son hacia la educación formal en colegios o entidades privadas. Sin embargo, gracias a los conocimientos adquiridos a lo largo de los cuatro años de Grado, nos permiten desempeñar nuestra labor en la educación no formal o en actividades más enfocadas al tiempo libre.

Por último, me gustaría resaltar lo cómoda que me he sentido trabajado este tema ya que una de mis pasiones, la educación y el agua, pero también debido a la ayuda que me ha proporcionado mi tutora, proporcionándome orientaciones, información y explicaciones y a mi actual entrenadora las explicaciones y ayuda prestada a la hora de pedirle consejo sobre algunas de las actividades. Su ayuda ha sido muy beneficiosa tanto para la realización de mi Trabajo de Fin de Grado como para mi formación como docente.

7. Referencias

- Ahr, B., Augdurger, I. y Maringer-Zimmer, A. (2006). *Nadar con bebés y niños pequeños: diversión para usted y su hijo*. Badalona: Paidotribo
- American Acedemy of Pediatrics (2000). Swimming Programs for Infants and Toddlers. *Pediatrics*, 105(4), 868-870. doi: 10.1542 / peds.105.4.868
- Andrade, A., Juárez, M.I., García, F., Padilla, L.M. y Vargas, L. (2010). *Manual de Técnicas e Instrumentos para facilitar la Evaluación del Aprendizaje*. Recuperado de http://moodle2.unid.edu.mx/dts_cursos_mdlic/ED/AV/AM/11/Manual.pdf
- Arsuaga, J.L. y Martínez, I. (1998). *La especie elegida. La larga marcha de la evolución humana*. Madrid: Temas de Hoy.
- Bernaldo de Quirós, M. (2006). *Manual de psicomotricidad*. Madrid: Pirámide.
- Berruezo, P.P y Adelantado (1995). El cuerpo, el desarrollo y la psicomotricidad. *Psicomotricidad. Revista de Estudios y Experiencias*, 1(49), 15-26.
- Berruezo, P.P. (2000). El contenido de la psicomotricidad. En P. Bottini (Ed.), *Psicomotricidad: prácticas y conceptos*, (pp. 43-99). Madrid: Miño y Dávila
- Berruezo, P.P. (2004). El cuerpo, eje y contenido de la Psicomotricidad. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales* 4(16), 35-50.
- Bretones, A. (2006). Natación para bebés: efectos y beneficios sobre el niño. *Efisioterapia*. Recuperado de: <https://www.efisioterapia.net/articulos/natacion-bebes-efectos-y-beneficios-el-nino>
- Cidoncha, V. y Diaz, E. (2009). Importancia del desarrollo del esquema corporal. *Efdeportes* (128). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd128/importancia-del-desarrollo-delesquema-corporal.htm>
- Comellas, M. y Perpinyà, A. (2000). *Psicomotricidad en la Educación Infantil. Recursos pedagógicos*. Barcelona: Ceac.
- Conde, E., Pérez, Á., y Peral, F. (2003). *La importancia de la natación en el desarrollo infantil. Hacia una Natación Educativa*. Madrid: Gymnos.

- Cosas de peques (27 de noviembre de 2014). *La verdadera historia del Árbol de Navidad. Cuentos de Navidad. Cuentos de Navidad para niños*. [Archivo de vídeo]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=49nbQpm4Ojc>
- Da Fonseca, V. (1994). Fundamentos psicomotores del aprendizaje natatorio en la infancia. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 1(2), 20-25.
- De Paula, L., Martínez, M.C., y Alonso, N. (2008). Las actividades acuáticas en los primeros años de vida del niño. En J.A. Moreno y L.M. Marín (Eds.), *Nuevas aportaciones a las actividades acuáticas*, pp.27-42. Murcia: UNIVEFD
- De Paula, L. (2017). *Efectos del Método Acuático Comprensivo en Estudiantes de 6 a 11 años*. (Tesis doctoral). Universidad Miguel Hernández, Elche, España. Recuperado de <http://dspace.umh.es/bitstream/11000/4534/1/TD%20Paula%20Borges%2C%20Luciane.pdf>
- Del Castillo, M. (1997). Reflexiones en torno a la actividad acuática en educación infantil. *apunts. Educación Física y Deporte*, 48, 36-46. Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/viewFile/310986/400969>
- Del Castillo, M. (2001). *La experiencia acuática en la primera infancia como aprendizaje motor enriquecedor del desarrollo humano: un estudio en la Escuela Acuática Infantil del INEF de Galicia*. (Tesis doctoral). Universidade da Coruña, A Coruña, España. Recuperado de <http://ruc.udc.es>
- Del Castillo, M. (2017). Educación acuática infantil. En F. Navarro, M. González y D. Juárez (Eds.), *Natación +. Un compendio sobre la natación actual desde la enseñanza hasta la gestión*, pp. 117-162. Madrid: RFEN y Cultiva Libros
- García, E. (2010). Iniciación a las actividades acuáticas en edades tempranas. *EmásF. Revista Digital de Educación Física*, 1-15. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3324148.pdf>
- Gómez-Mármol, A., Fuensanta, M. y Sánchez-Alcaraz, B.J. (2015). Design, validation and administration of an observation tool for assessing water psychomotor skills in pre-school education. *Sportis Scientific Technical Journal*, 1(3), 270-292. Recuperado de <http://revistas.udc.es/index.php/SPORTIS/article/download/1418/pdf>.

- Fortea, M.A. (2009). Metodologías didácticas para la enseñanza/aprendizaje de competencias. En Competencias en el ámbito de las ciencias experimentales. Programas y trabajar por competencias. Formació professorat de la Unitat de Suport Educatiu (UJI), Castellón. Recuperado de http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cach e:RnAel4I8JUU:cefire.edu.gva.es/pluginfile.php/73850/mod_folder/content/0/Miguel_A._Fortea/Metodologias_didacticas_EA_competencias_FORTEA_.pdf%3Fforcedownload %3D1+%&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=es
- Franc, N. Educación e intervención psicomotriz. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*, 4(16). Recuperado de <http://psicomotricidadum.com/index.php>
- Heston, L. (2000). *¡Al agua, patos!* Barcelona: RBA
- Ibarrola, B. (2014). La educación emocional en la etapa 0-3. Expuesto en la 21ª Jornada La cirança com la base de la Salut Mental. Fundació El Mareseme. Recuperado de <http://www.fundacionmaresme.cat/wp-content/uploads/2014/07/21a-PON%C3%88NCIA-2.pdf>
- Julián, J., Generelo, E., Soler, J. y Zaragoza, J. (2004). Las actividades acuáticas educativas: principios, reglas de acción y conductas observables. *Efedepportes*, 69. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd69/acuat.htm>
- Le Camus, J. (1993). *Las prácticas acuáticas del bebé*. Barcelona: Paidotribo.
- LittleBabyBum (27 de enero de 2016). *La canción del baño. Canciones infantiles. LittleBabyBum*. [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.Youtube.Com/watch?v=okKiWXi7Hsg>
- Martín, D. (2008). *Psicomotricidad e intervención educativa*. Madrid: Pirámide.
- Martínez, B. y Pérez, J.Y. (s.f.). *Funciones sociales y deportivas de la natación*. Recuperado de http://www.monografias.com/trabajos87/funciones-sociales-y-deportivas-natacion/funciones-sociales-y-deportivas-natacion.sht_ml
- Mas, M. (2017). Importancia de la regularidad en las sesiones de psicomotricidad durante el ciclo 0-3 años. En M. Mas, M. Antón (Coords.), X. Forcadell, L. Martínez, G. Pla y F. Porta, *Psicomotricidad educativa: avanzando paso a paso* (pp. 17-32). Barcelona: Octaedro
- Maslow A. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper & Row

- McGraw, M. (1935). *Growth: a study of Johnny and Jimmy*. New York. [Archivo de video]. Recuperado de https://archive.org/details/growth_study#
- Moreno, J.A. y De Paula, L. (2006). Estimulación de los reflejos en el medio acuático. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales* 21(6), 193-206. Recuperado de <http://psicomotricidadum.com/index.php>
- Moreno, J.A. y Gutiérrez, M. (1998). *Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas*. Barcelona: INDE
- Moreno, J.A, Abellán, J. y López, B. (2003). El descubrimiento del medio acuático de 0 a 6 años. En el I Congreso Internacional de Actividades Acuáticas. Murcia. Recuperado de <https://www.um.es/univefd/descubrimiento.pdf>
- Moreno-Doña, A. (2004). El misterioso viaje de aprender a nadar, pensar y sentir: educación como proceso de creación de relaciones posibles. *Polis. Revista Latinoamericana*, (37), 111-129. Recuperado de <http://journals.openedition.org/polis/9726>
- Moreno, J.A. y De Paula, L. (2005). Estimulación acuática para bebés. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*(20), 56-57.
- Ocaña, M.J. (2010). La psicomotricidad en la educación infantil. *Temas para la Educación. Revista digital para profesionales de la enseñanza*, (7). Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd6949.pdf>
- Pastor, R., Pérez M.A. y Nashiki, R.M. (s.f.). *Construyendo Comunidades de Aprendizaje. Un Programa de Formación de Educadoras de Niños y Niñas de 0 a 6 años. Manual de Implementación*. Recuperado de http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/Construyendo_comunidades_manual_de_implementation_.pdf
- Pena, L. (2006). Innovaciones en la enseñanza de actividades acuáticas: natación para bebés, natación para embarazadas, natación para mayores. En la Ponencia *Natación para embarazadas*. Recuperado de http://www.munideporte.com/imagenes/documentacion/ficheros/20081013123948ma_gonzalez1.pdf
- Pérez, R. (2004). *Psicomotricidad. Desarrollo Psicomotor en la Infancia*. Vigo: IdeasPropias
- Peral, F. L. (1997). Bases anatómico-fisiológicas del recién nacido e infante. En E. Conde, F.L. Peral y L. Mateo (Eds.) *Educación infantil en el medio acuático*. Madrid: Gymnos

Optimización del desarrollo psicomotor y afectivo de bebés de 6 a 12 meses a través de un diseño de actividades acuáticas junto a sus familias

- Pla, G. (2005). El agua: un medio de interpretación del psicomotricista. Expuesto en el *Congreso Estatal de Psicomotricidad*. Barcelona. Recuperado de http://repositori.uvic.cat/bitstream/handle/10854/1580/artconlli_a2005_pla_gil_agua_medio.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Pla, G. (2007). “El significat de les activitats aquàtiques del nadó des d'una perspectiva evolutiva”. *Apunts: Educació Física i Esport* (90), 5-11. Recuperado de <https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFE/article/view/300296>
- Pla, G. y Collelldemont, E. (2007). Interpretar pedagógicamente las actividades acuáticas para bebés. Aportaciones desde la fenomenología. Universitat de Vic (Barcelona). Recuperado de <http://repositori.uvic.cat/handle/10854/1588>
- Real Decreto 742/2013, de 27 de septiembre, por el que se establecen los criterios técnico-sanitarios de las piscinas. Boletín Oficial del Estado. Madrid, 11 de octubre de 2013, núm. 244, pp. 83123-83135.
- Salar, C. (2017). *Evaluación del desarrollo evolutivo acuático y efecto de una metodología activa en niños de 6 a 36 meses* (Tesis doctoral). Universidad CEU Cardenal Herrera, Valencia, España. Recuperado de: <http://dspace.ceu.es/.../Evaluaci%C3%B3n%20del%20desarrollo%20evolutivo%20acu%C3%A1tico%20y%20e>
- SEAE (s.f.). Técnico en actividades acuáticas para bebés. Material publicado por la Diputació de Barcelona. Recuperado de <https://www.diba.cat/documents/41289/21609481/Apunts+taller+nados.pdf/ca1273e6-3c29-45c9-ad19-b2cf8cb5c4ca>
- Suriol, N. (2002). *¡Bebés al agua! El placer del agua*. Barcelona: Tibidabo
- Wallon, H. (1987). *Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la educación infantil*. Madrid: Visor Libros