Trabajo Fin de Grado

Propuesta de itinerario de aprendizaje para el desarrollo de las actividades acuáticas en Educación Primaria

Autor

Carlos Bronchal Sánchez

Director

Jorge Mancebón Gil

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación. Campus de Huesca.

Año 2019/2020

Índice

Introducción. 4
Motivaciones personales sobre la temática elegida. 5
PARTE 1: Fundamentación Teórica y Proceso de Investigación. 7
1. Presupuestos de partida. 7
1.1. ¿Por qué proyectos en el medio acuático? 7
1.2. Las actividades acuáticas en el contexto escolar. 9
1.3. Aprendizajes de la actividad. 14
1.4. El plan de natación escolar de Huesca. 15
2. Objetivos. 16
3. Proceso de investigación. 16
3.1. Metodología. 17
3.2. Participantes. 18
3.3. Análisis. 18
3.4. Resultados. 19
3.5. Discusión. 23
PARTE 2: Propuesta de itinerario para el desarrollo de las actividades acuáticas. ... 28
PARTE 3: Análisis Final del Trabajo. 38
1. Conclusiones. 38
2. Limitaciones de la investigación y propuestas de futuro. 40
Referencias bibliográficas. 42
Anexos. 45

Propuesta de itinerario de aprendizaje para el desarrollo de las actividades acuáticas en Educación Primaria.

Itinerary design for the development of aquatic activities in Elementary Education.

- Elaborado por Carlos Bronchal Sánchez.
- Dirigido por Jorge Mancebón Gil.
- Presentado para su defensa en la convocatoria de junio del año 2020
- Número de palabras (sin incluir anexos): 12.903

Resumen

El objeto de estudio del presente Trabajo Fin de Grado es conocer las necesidades de los docentes de Educación Primaria sobre el contenido de las actividades acuáticas, así como la opinión acerca de los planes de natación escolar existentes. El trabajo de campo ha consistido en un cuestionario con preguntas abiertas y cerradas en el que han participado 23 maestros y maestras de la comunidad autónoma de Aragón. Los resultados muestran, entre otros, la necesidad de la existencia de un itinerario de aprendizaje para la intervención docente en actividades acuáticas que sirva como guía al profesorado y que ofrezca un asesoramiento a los planes de natación escolar propuestos por las administraciones públicas. Es por ello por lo que se presenta una propuesta de itinerario de aprendizaje y deja abierta la vía a otras necesidades que se han derivado de la investigación tales como la metodología y la evaluación de las actividades acuáticas.

Palabras clave

Educación Física, actividades acuáticas, natación escolar, itinerario de aprendizaje, Educación Primaria.

INTRODUCCIÓN.

A continuación, se desarrolla el Trabajo Fin de Grado (TFG de aquí en adelante) titulado "Propuesta de itinerario de aprendizaje para el desarrollo de las actividades acuáticas en Educación Primaria" perteneciente al Grado en Magisterio de Educación Primaria. Asignatura dentro del 4º curso del grado y con un peso total de 10 créditos ECTS.

Debido a las diferentes situaciones personales a lo largo de la vida entorno al medio acuático, se ha decidido desarrollar un TFG en relación directa con el contenido de las actividades acuáticas dentro del marco escolar en la etapa de Educación Primaria, es decir, entre los 6 y 12 años.

Las actividades acuáticas están incluidas dentro del marco legislativo educativo, y estas engloban contenidos que van más allá de los estilos de natación; actividades como waterpolo, sincronizada, saltos, salvamento y socorrismo… son algunos de los contenidos que también podemos incluir en este grupo de actividades acuáticas. Además, los beneficios que presentan la práctica de estos contenidos a nivel motriz, cognitivo, social y emocional son altamente importantes para conseguir un desarrollo integral del alumno siempre y cuando las intenciones y estrategias educativas sean correctas.

El presente trabajo consta de un apartado inicial teórico, donde se responde a preguntas tales como la justificación de la importancia de llevar a cabo proyectos educativos en este medio no habitual para los seres humanos, siguiendo con diferentes beneficios y repercusiones que tiene la práctica de actividad física en el medio acuático para los alumnos de esta etapa escolar. Se realiza también una breve explicación sobre el Plan de Natación Escolar de la ciudad de Huesca para informar al lector de su funcionamiento, organización y trabajo conjunto con las entidades educativas, un ejemplo de proyecto educativo de actividades acuáticas consolidado desde hace años.

La segunda parte del TFG consiste en la realización de una investigación acerca de las necesidades didácticas que tienen los maestros y maestras a la hora de llevar a cabo unidades didácticas en relación con las actividades acuáticas, es decir, la percepción de competencia profesional en este contenido.

El tercer punto importante del trabajo, y ligado estrechamente con el anterior, consiste en el desarrollo de una propuesta de itinerario docente para toda la etapa de Educación Primaria, partiendo de las necesidades que previamente los docentes nos han manifestado a través de los cuestionarios. La finalidad de este reside en dos escenarios:

- El primero, tener una herramienta que guíe al profesorado especialista en Educación Física a organizar el desarrollo a lo largo de los seis cursos de Educación Primaria de las actividades acuáticas. La misma se perfila a través de una progresión y tratamiento de la mayor parte de los bloques de contenidos del currículo aragonés de Educación Física (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 20 de junio de 2014).

- El segundo: ofrecer a ayuntamientos o comarcas de Aragón un instrumento de asesoramiento para organizar los diferentes contenidos de actividades acuáticas dentro de sus planes de fomento.

Finaliza el mismo TFG con la aportación de conclusiones personales extraídas tras la realización del trabajo.

MOTIVACIONES PERSONALES SOBRE LA TEMÁTICA ELEGIDA.

El desarrollo de este TFG en relación con la práctica de actividades acuáticas dentro del marco educativo surge por diversos motivos que se nombran a continuación, pero principalmente por la pasión que tengo por la práctica de este deporte y la importancia que tiene para el desarrollo integral de la persona, principalmente en la niñez, etapa de nuestra vida en la que se desarrolla este trabajo.

Durante mi adolescencia, uno de mis *hobbies* era acudir a las instalaciones deportivas de mi ciudad y practicar la natación no competitiva. Iba con fines sociales y saludables, ya que como bien explicaré en el marco teórico la práctica de este deporte conlleva numerosos beneficios a distintos niveles. No obstante, con el paso del tiempo, decidí ir un poco más allá y obtener el título de socorrismo acuático ya que me notaba con cierta competencia en el agua. Posteriormente, durante mis estudios universitarios de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte cursé dos asignaturas de natación, una de ellas orientada a la enseñanza de los diferentes estilos de natación, y otra más enfocada al alto rendimiento. Estas asignaturas me sirvieron para conocer más a fondo este deporte en

sus diferentes ámbitos, algo que todavía me motivaba más para seguir practicándola y aprendiendo. Siguiendo en esta línea, obtuve el nivel de Entrenador Superior de Natación, y casualmente estuve los 5 siguientes años entrenando en un club de natación de mi ciudad, Teruel. Durante esos 5 años llevé a cabo todo aquello que había aprendido, especialmente en la rama de la enseñanza. Psicología a la hora de tratar con los nadadores, estrategias para fomentar la motivación en los alumnos, gestión del grupo, y aplicación de variedad de ejercicios técnicos entre otros. Sin restar importancia a los otros aspectos, uno que me gustaba cuidar con detalle era la secuenciación de los contenidos en función de la etapa donde se encontraban los nadadores. Y es por esto, que mi idea de TFG vaya orientada al diseño de una propuesta de intervención de actividades acuáticas para toda la etapa de Educación Primaria respetando el desarrollo motor, cognitivo, social y emocional del alumnado y aplicando la gran variedad de actividades acuáticas que existen.

Entre otras muchas razones, donde puede caber la falta de interés por parte del profesorado, la ausencia de infraestructuras o la escasez económica, muchas veces se suma la falta de formación del profesorado en la formación en este contenido en concreto. Y es por ello, que el desarrollo de este trabajo puede ayudar al profesorado a guiarle en su programación o a animarle a llevar a cabo una unidad didáctica en el medio acuático.

Durante mi estancia durante este año en Huesca, fui conocedor de la existencia de su Plan de Natación Escolar que se lleva a cabo en la ciudad desde hace más de 20 años. Tras darle varias vueltas, consideré junto con la ayuda de mi director, la idea de enlazar una propuesta de intervención didáctica en actividades acuáticas con dicho proyecto. De este modo, el conocer lo que piensan los maestros sobre el medio acuático, así como su propia implementación, puede servir como punto de reflexión para poder instaurar una propuesta de intervención común en la etapa de Educación Primaria.

Por los mencionados motivos decidí llevar a cabo esta temática de TFG. Conforman un híbrido entre la pasión por la práctica de actividades acuáticas, la importancia de proponer un itinerario para el aprendizaje de las actividades acuáticas a lo largo de toda la etapa de Educación Primaria y su posible instauración dentro de los Planes de Natación Escolar existentes dentro de la comunidad autónoma de Aragón sirviendo de guía a todos docentes.

PARTE 1: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA Y PROCESO DE INVESTIGACIÓN.

1. Presupuestos de partida.

Antes de comenzar con este apartado, será interesante distinguir términos. No podemos confundir el término de actividades acuáticas con natación.

Muñoz (2004) afirma que "las actividades acuáticas son toda aquella actividad física que se realiza en el medio acuático". Siguiendo en esta línea, Moreno y Gutiérrez (1998) definieron las actividades acuáticas como "aquellas modalidades o actividades físicas que se realizan de modo no obligatorio y con finalidades y formas muy diversas en el agua, siendo este elemento totalmente necesario y principal. En adición a la información anterior, García (2010) añade que dichas prácticas pueden ir desde la natación, braza, mariposa, espalda y crol, a las actividades de saltos de trampolín, la natación sincronizada, el aeróbico acuático, etc.

Por otro lado, el término de natación lo define la RAE como "Deporte olímpico que se practica en una piscina, consistente en pruebas de velocidad, realizadas en diversas modalidades, sincronización, saltos o waterpolo".

Dicho esto, conviene no confundir estos dos términos, aunque estén estrechamente ligados, hasta el punto de que podemos decir que la natación como deporte se englobaría dentro de las actividades acuáticas. No obstante, sería un error decir que el aquagym es natación. A lo largo del trabajo, se utilizará el término de actividades acuáticas ya que engloba mayor número de modalidades deportivas.

1.1. ¿Por qué proyectos en el medio acuático?

Siempre que queramos llevar a cabo cualquier proyecto deportivo o formar parte de él, deberemos de realizar algunas preguntas de reflexión ¿Por qué llevar a cabo este proyecto? ¿Qué beneficios en sus diferentes ámbitos aporta? ¿A qué edad conviene implicarse en estos proyectos? ¿Qué efectos tiene sobre el desarrollo integral de la persona que lo realiza?

En el caso de los proyectos en el medio acuático, son diferentes estudios los que dan respuesta a las preguntas anteriores, y las cuales nos permiten justificar el fomento masivo de estos.

En primer lugar, Godoy (2002) nombró los beneficios físicos y saludables que conlleva la participación en actividades acuáticas. Estas son:

- Mejor desarrollo orgánico general, relacionándolo con la circulación sanguínea, funciones cardiacas, funciones pulmonares, aumento de la resistencia y estimulación del metabolismo.

- Mejor desarrollo muscular en cuanto a tonificación, relajación y mejora de la movilidad articular.

- Mejora de la coordinación motriz, ya que mejora la coordinación de movimientos y nuevas experiencias en movimientos de ingravidez.

- Mejora la actitud o postura corporal por el hecho de conseguir un fortalecimiento muscular. Además, ayuda a la relajación y descargar la columna vertebral.

En línea con el trabajo anterior, Albarracín y Moreno (2018b) añadieron que la práctica de actividades acuáticas, producían además de beneficios físicos, beneficios psíquicos, tales como la segregación de endorfinas. Esto es así puesto que estas aportan diversión, socialización y mejoran la composición corporal del estudiante. Aparece aquí el componente socializador, un componente importante para conseguir el pleno desarrollo de la personalidad del estudiante.

En el ámbito emocional, Franco y Navarro (1980) indicaron que la práctica acuática en edad escolar reforzaba la personalidad y la independencia. Siguiendo estos trabajos, García (2010) añadía el desarrollo de la seguridad, dominio de sí mismo, aumento de la autonomía y autoestima. Estos aspectos, son a considerar con especial importancia, ya que el fin último de nuestro trabajo como maestros/as es formar personas con una personalidad segura para que se sepan desenvolver de forma óptima en el entorno social que lo rodea.

Otros trabajos publicados en la misma línea, muestran la importancia de la estimulación acuática desde que somos bebés (Moreno y Borges, 2005, 2006). Estos autores abogan que además de aumentar las posibilidades para que el niño no se ahogue en situaciones críticas, también promueven una adaptación al medio desde muy pronto, favoreciendo la relación del niño con el agua para toda su vida. Asimismo, añaden que

la participación de los bebés en actividades acuáticas les sirve para convertir los reflejos inherentes involuntarios a reflejos automáticos siempre que la estimulación sea la correcta.

Esta gran cantidad de beneficios nos ha de hacer plantearnos seriamente si es interesante fomentar la participación de los niños y niñas desde edades tempranas en los proyectos en el medio acuático, y además prorrogarlo a lo largo de todas las etapas de crecimiento del niño por las ventajas que suponen en cuanto a nuestro desarrollo motor, cognitivo, social y emocional.

1.2. Las actividades acuáticas en el contexto escolar.

En la actualidad se puede observar cómo las actividades acuáticas se han ido incluyendo poco a poco dentro del marco de la Educación Física debido a la gran cantidad de beneficios que aporta. No obstante, no hace tanto tiempo que se incluyeron. Según Albarracín y Moreno (2009) no se encontraron referencias legales obligatorias para impartir el contenido de actividades acuáticas durante toda la reforma educativa de la LOGSE, y se tuvo que esperar Reales Decretos para hacer alguna alusión de forma muy genérica (RD.112/2002, RD.113/2002, RD.291/2007 y RD.262/2008).

Hoy en día, los docentes deben trabajar bajo el paraguas legislativo de la LOMCE, y concretando para la Comunidad Autónoma de Aragón bajo la Orden de 16 de junio de 2014 (BOA de 20 de junio de 2014). En el anexo II de esta Orden, y más específicamente en el área de Educación Física, la cual esta dividida en seis bloques de contenidos, podemos observar que se incluyen aspectos relacionados con las actividades acuáticas:

Bloque 1 de actividades motrices individuales: “Actividades de natación: estilos, zambullidas, juegos acuáticos, retos acuáticos combinados, salvamento y socorrismo (pruebas combinadas, arrastres de maniquís, nado con obstáculos), etc. Flotación-equilibrio, respiración-inmersión (control respiratorio, coordinación respiración-acción, apnea), propulsión-resistencias, gestión del esfuerzo en el nado, gestión del ritmo de nado uniforme. Organización de la actividad: preparación de mochilas para cambio de atuendo, indumentaria (gorro, gafas, bañador, chanclas, etc.), protocolo de accidentes, etc.”.

Dicho esto, sí que encontramos hoy en día el contenido de las actividades acuáticas dentro del currículum de Aragón, y quedará a elección del docente el llevarlo a cabo su programación o no. No obstante, creo que es necesario considerar que las actividades acuáticas no sólo se pueden trabajar en el bloque 1 de contenidos, sino que se pueden trabajar en todos los grupos.

Bloque 2: Acciones motrices de oposición: Bloque destinado a contenidos donde el alumno tenga que verse en una situación de uno contra uno, cuya finalidad sea lograr vencer al adversario dentro de unas normas previamente establecidas. También podemos trabajarlos en actividades acuáticas mediante actividades o juegos donde se tenga que vencer a través de la propulsión de diferentes extremidades la fuerza opuesta de tu oponente.

Bloque 3: Acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición: Mediante los contenidos de este bloque, se pretende en primer lugar, que los alumnos aprendan a colaborar para conseguir un mismo objetivo mediante ayuda recíproca, comunicación y coordinación entre los participantes; y por otro lado buscar la cooperación entre los integrantes de un mismo grupo para vencer una oposición. También pueden trabajarse estos objetivos en el medio acuático. Por ejemplo, el waterpolo o el hockey subacuático como contenidos específicos de las actividades acuáticas.

Bloque 4: Acciones motrices en el medio natural: Un bloque más complicado de trabajar dentro de las actividades acuáticas ya que los contenidos de este bloque se efectúan en el medio natural. No obstante, se podrían incluir actividades como piragüismo o natación en aguas abiertas siempre y cuando la competencia de los alumnos sea suficiente para desenvolverse en el medio y no suponer peligros para ellos mismos y el docente. Además, se debe tener en cuenta la disponibilidad de espacio y en la mayoría de los casos el coste económico que suponen ya que se tiene que efectuar un desplazamiento.

Bloque 5: Acciones motrices con intenciones artísticas o expresivas: Este bloque engloba acciones que se centran en la expresión y en la comunicación. Es por ello, que también tendrían cabida actividades acuáticas como por ejemplo la natación sincronizada. Un encadenamiento de acciones que representan, movimientos, gestos y expresiones que comunican un mensaje al espectador.

Bloque 6: Gestión de la vida activa y valores: Para terminar, el bloque 6 busca la mejora de aprendizajes transversales, entre otros, las reglas y principios de la actividad física, hábitos higiénicos y alimenticios. Es por ello, que mediante las actividades acuáticas también se pueden incluir contenidos de este bloque. El prepararse la mochila de la piscina, el ducharse, el salir aseado de la piscina, el cumplimiento de las normas dentro de la instalación, el respeto al personal de trabajo de la instalación… son contenidos interesantes a trabajar en los alumnos para formarlos como personas íntegras. Es por ello por lo que este bloque también se puede trabajar mediante las actividades acuáticas.

Dicho esto, afirmamos que las actividades acuáticas se encuentran dentro del marco legislativo, y que, además, pese a estar enmarcadas dentro de un bloque en concreto de contenidos, la gran oferta de actividades acuáticas que existen permite incluir estas actividades en cualquier bloque de contenidos.

Pese a la gran cabida del contenido en los bloques de contenidos, es importante también justificar el porqué de la inclusión de las actividades acuáticas dentro de la escuela, y para ello, es interesante mencionar la aportada por Albarracín y Moreno (2011). Estas son:

- Las diferentes actividades facilitan la formación integral del alumnado desde una perspectiva global educativa, a través de la expresión libre de las destrezas cognitivas, afectivas y motrices, así como por la capacidad de desenvolverse con cierta autonomía e independencia en un medio no habitual.

- Este medio posibilita el desarrollo integral y armónico de la persona, proporcionando un bagaje tanto de experiencias sensorio-motrices, perceptivo-motrices y sociales.

- El cambio de liderazgo que supone para el alumnado que muestra menos competencias motrices en tierra, y alta competencia en agua. Además, las experiencias previas acuáticas no están sujetas a prototipos de género.

- La gran cantidad de posibilidades de acción que se presentan en el medio acuático.

- Parece que la Educación Física y las actividades acuáticas pueden actuar como agente educativo en la educación en valores, donde la tolerancia, la paz, la cooperación, el respeto, la solidaridad y la aceptación de diferencias, conduzcan a la unión y no a la segregación.

Estas actividades acuáticas no han de enfocarse en el marco educativo dentro de la especialización, ni en la búsqueda de un alto rendimiento que caracterizan al deporte federativo de la natación (Rodríguez y Moreno, 1997). Dos de las ideas por las que también proponen estos autores la inclusión de las actividades acuáticas en la escuela, son en primer lugar, el dar a conocer la práctica de actividad física en el medio acuático en sus diferentes modalidades, y, en segundo lugar, para despertar en los alumnos la necesidad de realizar una actividad física que se lleve a cabo fuera del entorno escolar. Este es uno de los objetivos finales que finalmente queremos conseguir como docentes, que al final es que los alumnos por iniciativa propia practiquen actividad física (en el medio acuático en este caso) fuera del contexto escolar.

Conociendo que las actividades acuáticas se incluyen dentro del marco legal educativo, y las mejoras que reporta en los alumnos y alumnas en los diferentes ámbitos, no cabe duda de la importancia que tiene este contenido. No obstante, muchas veces nos encontramos con problemas a la hora de implementarlo en el aula. ¿Cómo lo llevo a cabo en mis clases? ¿Qué contenidos doy para según qué edades? ¿Cómo secuencio esos contenidos?

Para responder a estas preguntas es necesario nombrar el trabajo realizado por el francés Famose (1992). En su obra, se explica la secuenciación de los contenidos a trabajos en el medio acuático considerando las fases del desarrollo motor del niño/a. Para ello, priorizaba el trabajo de las habilidades motrices acuáticas, y posteriormente las habilidades acuáticas deportivas. El mismo, concluía que, trabajando en este orden, el discente conseguiría un mejor dominio del medio acuático. Los contenidos a incluir dentro de los dos grandes grupos de habilidades mencionados por Famose (1992) son:

- Habilidades motrices acuáticas: inmersión, propulsión, flotación, respiración y equilibrios.

- Habilidades acuáticas deportivas: natación de estilos, natación con aletas, salvamento acuático, saltos, natación sincronizada y waterpolo.

En adición al trabajo anterior, los autores Albarracín y Moreno (2018b) incluyeron una propuesta educativa para llevar a cabo las actividades acuáticas en los centros educativos. En este estudio, se incluyen referencias para la etapa de infantil, primaria, secundaria y bachillerato. En concreto, para la etapa de Educación Primaria, propone llevar a cabo la enseñanza de actividades acuáticas basadas en dos grandes áreas de intervención: las habilidades acuáticas y deportivas y habilidades de supervivencia y práctica segura.

Dentro de las habilidades acuáticas y deportivas, estos autores incluyen una serie de contenidos que los maestros debemos de incluir:

- Habilidades motrices acuáticas tales como desplazamientos, equilibrios, saltos, giros y manipulaciones (lanzamientos y recepciones).

- Habilidades deportivas acuáticas tales como propulsiones, flotación, respiración acuática, saltos y zambullidas, virajes y manipulaciones específicas.

- La natación como especialidad deportiva, así como introducción básica a otras especialidades deportivas acuáticas. Aquí se podrían incluir saltos, waterpolo, y sincronizada.

Por otro lado, en el área de las habilidades de supervivencia y práctica segura, los contenidos que incluyen son:

- Aspectos de supervivencia ante accidentes acuáticos.

- Práctica segura en las instalaciones y precauciones básicas, entendiendo que una prevención de accidentes será tan importante como las técnicas de salvamento y socorrismo.

- Actividades físicas acuáticas destinadas a una mejora de la salud personal.

Considerando la cabida de las actividades acuáticas en el marco legislativo educativo, y la existencia de guías de intervención docente para estos contenidos, se ve

la necesidad de terminar este apartado con las palabras de García (2010), el cual remarcaba la importancia de llevar a cabo actividades acuáticas con intención educativa en el área de Educación Física:

> Las actividades acuáticas como contenido de la Educación Física pueden y deben promover una práctica saludable y beneficiosa para cualquier alumno, siempre y cuando, se persigan objetivos con claras intenciones educativas y que dichas prácticas sean planificadas de una manera correcta y efectiva (p. 2).

1.3. Aprendizajes de la actividad.

Los aprendizajes que supone la práctica de actividades acuáticas son muy diversos, y sería un error considerar únicamente los aprendizajes motrices básicos.

Desde el punto de vista motriz, y de acuerdo a Muñoz (2004) los alumnos y alumnas que practiquen actividades acuáticas conseguirán un mejor desarrollo de las habilidades acuáticas básicas (respiración, flotación y propulsión) y de las habilidades acuáticas específicas (desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones). Además, añade el desarrollo de otro grupo de habilidades, las psicomotrices, donde se incluyen la lateralidad, la percepción espacial y temporal, coordinación dinámica general, y ritmo entre otras.

Sin embargo, como maestros y maestras, no sólo se debe buscar un resultado motriz en nuestro alumnado, ya que como señala el apartado 2 del artículo 16 de la LOMCE, “tenemos que garantizar una formación integral que contribuya al pleno desarrollo de la personalidad de los alumnos y alumnas”. Y es por ello, que la práctica de actividades acuáticas en la escuela son un medio esencial para fomentar aprendizajes sociales. Lo mismos sirven para formar alumnos y alumnas en valores de convivencia y respeto, fomentar la capacidad de iniciativa y autonomía, así como fortalecer su personalidad. Entre este tipo de aprendizajes podemos nombrar:

- Comportamiento ejemplar durante el traslado a la instalación.
- Respeto al personal que trabaja en la instalación deportiva.
- Respeto, cuidado y mantenimiento de las instalaciones.

- Conocimiento acerca de las normas de seguridad y de cumplimiento en las instalaciones deportivas acuáticas.

- Realizar la mochila con el material necesario previo a la práctica las actividades acuáticas (chanclas, bañador, gorro, gafas, toalla y jabón).

- Concienciarse sobre su propia realidad corporal, respetando la suya y la de sus compañeros y compañeras.

1.4. El plan de natación escolar de Huesca.

Son escasos los planes de promoción del deporte subvencionados por las administraciones públicas para fomentar la práctica de los deportes que son menos accesibles para los centros educativos. No obstante, la ciudad de Huesca sigue contando actualmente con el Plan de Natación Escolar, el cual surgió en el año 1990 de la mano del Patronato Municipal de Deportes de la ciudad.

Su objetivo principal desde que fue creado es fomentar las actividades acuáticas especialmente en edad escolar. Es por ello, que proporciona medios tales como desplazamientos, personal e instalaciones para que todos los alumnos de la etapa de Educación Primaria y Educación Secundaria tengan la posibilidad de practicar las actividades acuáticas dentro del área de Educación Física. De este modo, el plan escolar pretende inculcar la práctica de actividades físicas en el medio acuático desde edades tempranas para conseguir que esta se mantenga en el tiempo por sus diversos beneficios ya tratados en apartados anteriores.

Dicho plan, al ser promovido por la administración local, cuenta con las dos infraestructuras de la ciudad donde se pueden practicar actividades acuáticas: “Piscina El Parque” y “Piscina Almériz”. Ambas dotadas de todos los recursos materiales (vaso grande y pequeño, material didáctico acuático, accesibilidad, etc.) y personales (monitores de natación, socorristas, personal de recepción y personal de limpieza) necesarios para poder llevar a cabo el plan de forma óptima y con total garantía de éxito.

Cada centro educativo puede elegir el trimestre que quiere asistir a las piscinas para formar parte de este plan, no obstante, deberá de haberse acordado la fecha previa

petición con el Patronato. Además, cada centro podrá acudir con los cursos que haya elegido previamente una vez al trimestre.

Es reseñable destacar que los estudiantes pertenecientes a centros de Educación Primaria que están adscritos al plan no abonan ninguna cantidad, ya que todos gastos son asumidos por el Patronato Municipal de Deportes. No obstante, los alumnos de centros de Educación Secundaria adheridos al plan abonan un total de 4€ al trimestre.

2. Objetivos.

Los objetivos propuestos con la realización de este trabajo son los siguientes:

- Estudiar y conocer los beneficios que aporta la práctica de actividades acuáticas al alumnado de la etapa de Educación Primaria.
- Recoger información acerca de las necesidades didácticas docentes en el contenido de actividades acuáticas en la etapa de Educación Primaria.
- Diseñar un itinerario de intervención docente de actividades acuáticas partiendo de la información recogida a lo largo de la etapa de Educación Primaria.

3. Proceso de investigación.

El objeto de la investigación de este trabajo, es conocer las necesidades docentes para el desarrollo, implantación e impartición de unidades didácticas de contenidos de actividades acuáticas para la etapa de Educación Primaria, así como la importancia que le dan a los planes de natación escolar promovidos por diferentes administraciones públicas; para posteriormente ofrecer una propuesta de intervención docente conjunta y mejorar de esta forma el proceso enseñanza-aprendizaje del alumnado de Educación Primaria en este contenido en concreto.

Dicho esto, se trata de una investigación cualitativa, del tipo investigación-acción. Una de las características de este tipo de investigación es que permite estudiar problemas y fenómenos educativos a partir del acercamiento con los docentes (Martínez, 2014). Y es por ello que en este estudio, se pretende estudiar una realidad educativa para finalmente mejorar la práctica conjunta entre docentes y administración.

Este tipo de investigación, no es la panacea, ya que también ha recibido numerosas críticas (Martínez, 2014), como por ejemplo, que los datos obtenidos no se acercan a la realidad, o que los temas de investigación son de interés de los investigadores y no de los actores del sistema educativo, es decir, los alumnos. No obstante, parece que es el tipo de investigación más propicia para llevar a cabo en el sector de la educación porque permite extraer información directa y significativa de los participantes en la investigación.

Martínez (2014) recaba en su estudio información relevante de la investigación-acción. Se presentan sus pros y sus contras, así como las consideraciones óptimas para llevarla a la práctica. Entre los tipos de investigación-acción que se presentan en su trabajo, hacer especial mención a aquella que se identifica con el presente trabajo, la investigación-acción de carácter colaborativo (IAC). La IAC, se caracteriza por la participación activa de los actores implicados en el proceso o problema socioeducativo sobre el que se está trabajando. En este estudio en concreto, se ha solicitado la ayuda en los maestros de la comunidad autónoma de Aragón para que participen en el estudio ofreciendo información relevante acerca del contenido de las actividades acuáticas en la escuela de primaria y su funcionamiento conjunto con las administraciones en planes de natación.

3.1. Metodología.

De acuerdo a Bisquerra (2004) se diferencian tres momentos claros en una investigación cualitativa y que marcan su diseño. Se mencionan a continuación, y se concretan aspectos relacionados con la presente investigación.

- Antes de acceder al escenario:

Se consideró en primer lugar el objeto de estudio de la investigación (ya mencionado anteriormente), y posteriormente se empezó a pensar en diferentes estrategias y métodos para valorar la recogida de información. También se estableció un periodo máximo de recogida de información para posteriormente empezar con el análisis de los resultados (8 de abril de 2020) y cumplir los plazos de finalización del trabajo.

- Acceso al escenario y al inicio del trabajo de campo:

Se acordó utilizar la técnica de investigación del cuestionario, y este fue enviado de forma telemática, pudiendo realizarse de forma online para dar mayor comodidad a los sujetos y obtener una muestra más amplia. El cuestionario está formado por un total de 20 preguntas de respuesta abierta y cerrada (algunas de tipo nominal y otras de escala). Hay que destacar que no se ha seguido ningún cuestionario validado, ya que fueron elaboradas de forma personal junto con la ayuda del director de este TFG en función de la información que se quería recoger establecida en los objetivos del trabajo. Se puede consultar el cuestionario en el Anexo I.

- Retirada del escenario:

Corresponde a la parte final de la investigación. En ella, se incluyen las tareas de análisis e interpretación de los datos a partir de la información proporcionada por los participantes.

3.2. Participantes.

La muestra estuvo compuesta por un total de 23 maestros y maestras de la Comunidad Autónoma de Aragón de las tres provincias, Huesca, Zaragoza y Teruel. Estos ejercen en la actualidad como docentes especialistas de Educación Física para la etapa de Educación Primaria.

3.3. Análisis.

Para el análisis de los datos, se llevó a cabo un análisis descriptivo de frecuencias de las 20 preguntas que componen el cuestionario.

El cuestionario está compuesto por 6 preguntas de respuesta abierta y 14 preguntas de respuesta cerrada, de las cuales 8 son de tipo nominal y 6 de tipo escala. A su vez, estas preguntas responden a diferentes grupos de categorías. Para facilitar la comprensión del cuestionario las mismas se pueden consultar en la Tabla 1.

Tabla 1. Relación categorías, contenido y preguntas del cuestionario.

Categoría	Contenido	Preguntas
1	Importancia que le da el docente al contenido de actividades acuáticas.	1 y 2
2	Formación profesorado en actividades acuáticas.	3, 4, 5 y 6
3	Las actividades acuáticas como contenido educativo legislativo.	7, 8 y 9
4	Necesidades y recursos docentes en el contenido de actividades acuáticas	10 y 11
5	Aplicación unidades didácticas de actividades acuáticas.	12 y 13
6	Conocimiento acerca de los beneficios a diferentes ámbitos de las actividades acuáticas.	14, 15 y 16
7	Importancia de la existencia de un itinerario docente en actividades acuáticas.	17
8	Administración y planes de natación escolar.	18, 19 y 20

3.4. Resultados.

Categoría 1: Importancia que le da el docente al contenido de actividades acuáticas.

Los resultados obtenidos en la categoría uno muestran que el 69,3% de los maestros y maestras consideran muy importante introducir las actividades acuáticas en el área de Educación Física. En la pregunta dos resultados casi idénticos, el 69,6% de los encuestados consideran que las actividades acuáticas deberían de impartirse durante todos los cursos de la etapa.

Categoría 2: Formación profesorado en actividades acuáticas.

En relación con la categoría dos, la cual recoge información acerca de la formación docente, encontramos que el 52,2% de los maestros se encuentran preparados para diseñar una unidad didáctica en este contenido. Resultados parecidos en la preparación del maestro para impartirla, donde el 47,8% abogan estar preparados para ello. Es interesante señalar que el 26,1% de los maestros se encuentran escasamente

preparados/as para diseñar una unidad didáctica de actividades acuáticas, mientras que para impartir ese contenido, el 30,4% de los maestros dice estar escasamente preparado/a. Respecto a la formación en actividades acuáticas recibidas se encuentran respuestas muy diversas. Los más escasos, comentan que dicen no tener formación en este contenido, o que la obtenida proviene de su pasión por el deporte, o por cursillos de natación que ha realizado. Podemos citar otro grupo, que señala la recibida en la mención, y la extraída en cursos de formación tales como socorrismo o alguna jornada de natación. Por otro lado, el grupo con más formación habla de la obtenida en otros grados universitarios como CAFD, cursando maestría en natación, u obteniendo el curso de entrenador superior de natación por la Real Federación Española de Natación. En cuanto a la formación que más han echado en falta los docentes en actividades acuáticas acoge un amplio abanico. Varias respuestas van encaminadas a una mayor formación en progresiones didácticas de aprendizaje, y no sólo en estilos de natación, sino en otros contenidos tales como salvamento, natación terapéutica y otras modalidades acuáticas. Dos respuestas abogan por una formación más centrada en la realidad escolar que nos encontramos. Otra respuesta, menciona formación en rutinas y pautas para comenzar y preparar la actividad.

Categoría 3: Las actividades acuáticas como contenido educativo legislativo

Los resultados de la categoría tres, donde se recoge información sobre los contenidos a trabajar mediante las actividades acuáticas, encontramos respuestas muy coincidentes entre los participantes de la muestra. Muchas de las respuestas incluyen habilidades acuáticas básicas como la propulsión, flotación, inmersión y respiración. Sin embargo, también aparecen en varias respuestas contenidos como salvamento, estilos, waterpolo, sincronizada, saltos, triatlón, buceo y juegos acuáticos básicos. Siguiendo con los resultados de esta categoría, el 100% de los maestros y maestras han enmarcado las actividades acuáticas dentro del bloque 1 (acciones motrices individuales). No obstante, el 95,7% de los maestros responden que también se pueden trabajar dentro del bloque 3 (acciones motrices de cooperación y cooperación-oposición), del bloque 5 (acciones motrices con intención artística y expresiva) y del bloque 6 (gestión de la vida activa y valores). Los bloques de contenidos menos considerados para incluir las actividades acuáticas son el bloque 4 (acciones motrices en el medio natural) con un 43,5%, seguido del bloque 2 (acciones motrices de oposición) con un 34,8%. Como contenidos

específicos a incluir dentro de todos los bloques mencionados, destacar los estilos de natación, buceo y habilidades acuáticas dentro del bloque 1; juegos de persecución, de pillar y zafaduras dentro del bloque 2; waterpolo y juegos en gran grupo dentro del bloque 3; salvamento, triatlón, rescates, primeros auxilios y actividades acuáticas en el mar dentro del bloque 4; aquagym y sincronizada como contenidos dentro del bloque 5; y autonomía, cuidado de instalaciones, cambiarse, recoger la ropa, ducharse después de la práctica deportiva, normas dentro de la instalación, y adquisición de hábitos de vida saludables como contenidos a trabajar del bloque 6.

Categoría 4: Necesidades y recursos docentes en el contenido de actividades acuáticas.

Respecto a la categoría cuatro, preguntas del cuestionario relacionadas con las necesidades docentes y recursos, se obtiene como principal problema la metodología con un 47,8% de los encuestados, seguido de la evaluación (34,8%), y de la secuenciación de los contenidos (26,1%). Por último, se añaden respuestas libres tales como el control del grupo dentro de la piscina, o el acompañamiento de los alumnos dentro del vestuario. En cuanto a recursos, el mayor de los problemas los presenta los desplazamientos con un 78,3% de los docentes, seguido por la ratio monitor-alumno o profesor-alumno (47,8%), y falta de infraestructura (43,5%). Le siguen en orden decreciente, falta de material (34,8%), familias (30,4%) y equipo directivo (17,4%). En otros de los casos que comentan los maestros son la falta de compatibilización de horarios con las instalaciones deportivas y el gasto económico que conlleva realizar esta actividad.

Categoría 5: Aplicación unidades didácticas de actividades acuáticas.

En referencia a la categoría cinco, la cual muestra si se llevan a cabo actividades acuáticas en la programación docente, se puede decir que los resultados son bastante bajos. Sólo el 34,8% de los maestros y maestras llevan a cabo estos contenidos, contra el 65,2% que no lo hace. Los que llevan a cabo este contenido, principalmente trabajan estilos de natación y habilidades acuáticas. No obstante, hay dos respuestas que añaden sincronizada y salvamento y socorrismo, estos últimos en 5º y 6º de Educación Primaria.

Categoría 6: Conocimiento acerca de los beneficios a diferentes ámbitos de las actividades acuáticas.

Los resultados de las preguntas de la categoría seis, las cuales hacen alusión a los beneficios que reportan la práctica de actividades acuáticas sobre nuestro alumnado son bastante parejas. Un 60,9% de los docentes creen que reporta beneficios sociales muy altos y un 73,9% de los encuestados muestra un beneficio muy alto sobre la salud. El grado de aceptación por parte de los alumnos y alumnas es muy alto con un 47,8% de las respuestas de los docentes.

Categoría 7: Importancia de la existencia de un itinerario docente en actividades acuáticas.

La categoría siete ofrece resultados unánimes por parte de los docentes encuestados. Son el 100% de los maestros y maestras los cuales consideran de vital importancia la existencia de un itinerario de trabajo de las actividades acuáticas para toda la etapa de Educación Primaria.

Categoría 8: Administración y planes de natación escolar.

Para terminar, la categoría ocho del cuestionario, reporta información interesante acerca del trabajo de las administraciones y los planes de natación escolar. El 95,7% de los maestros/as encuestados piensan que es interesante que las administraciones públicas propongan planes de natación escolar para fomentar las actividades acuáticas en edad escolar. No obstante, sólo el 30,4% de los maestros/as, participan con su centro en algún plan de natación escolar, mientras que el 69,6% restante no lo hace. Entre las opiniones más negativas que añaden acerca de estos planes encontramos respuestas como que sí que son necesarios, pero que tras varios años de implantación podrían estar más desarrollados; que es una cuestión política más que educativa; se pone en duda la preparación de los monitores que la imparten; en cursos inferiores existe una falta de monitores por el elevado ratio; mejor una mejor organización en cuanto a transporte y disponibilidad horaria; y que fuera de las ciudades no se lleva a cabo dicho plan de natación escolar, pareciendo a veces escasos. Por otro lado, las respuestas positivas reportan comentarios como que están muy agradecidos al ayuntamiento ya que para muchos alumnos y alumnas es el único contacto anual con las actividades acuáticas; la

gratuidad del plan; que reporta altos beneficios a distintos niveles para el alumnado. Aparecen tres respuestas que dicen no conocer dichos planes, y por lo tanto no opinan. Otra respuesta añade, que podría ser impartida por los profesores si tuvieran estos la formación suficiente, que sólo es necesario apoyo económico para utilizar la instalación y transporte.

3.5. Discusión.

Tras el análisis de los resultados, se pueden observar diferentes aspectos que afectan directamente al proceso de enseñanza-aprendizaje del alumnado para el contenido de actividades acuáticas.

En primer lugar, considerar la importancia que el propio maestro o maestra le da al contenido es imprescindible. Muchas veces se tiende a llevar a cabo contenidos al aula donde el maestro/a se siente cómodo, domina y sabe que tiene repercusiones positivas sobre el alumnado. En este caso, los resultados obtenidos apuestan por impartir unidades didácticas de actividades acuáticas en todos los cursos, puesto que la consideran muy importantes para el desarrollo personal del alumnado. En línea de los resultados obtenidos, Boixeda (2003) añade en su trabajo, que utilizar el medio acuático para realizar actividad física en el periodo de escolarización, sirve para potenciar las posibilidades formativas que favorezca la experimentación de diferentes situaciones, y aumente así el bagaje motriz.

Las actividades acuáticas siempre han estado en el punto de mira por el hecho de que los docentes cuentan con escasa formación en este contenido en concreto. En la presente investigación, observamos cómo los maestros y maestras afirman en su mayoría sentirse preparados para poder desarrollar e impartir una unidad didáctica en el medio acuático. No obstante, podemos ver cómo existe una pequeña diferencia en cuanto a diseño e implementación. En este caso, el profesorado se ve menos preparado para impartir una unidad didáctica que para diseñarla. Puede ser debido a numerosos factores, como por ejemplo, la falta de recursos humanos en la instalación, la gestión del grupo en la piscina, la duración de la sesión, la falta de profundización o conocimiento en los contenidos a impartir, inseguridad por ser un medio diferente al terrestre, etc. Albarracín y Moreno (2018a) llevaron a cabo un trabajo en el que se recogen las buenas prácticas que hay que cumplir siempre que, como maestros y maestras, vayamos a llevar a cabo

este contenido en nuestras aulas. Con relación al profesorado, estos autores añaden la importancia de tener la formación académica y deportiva adecuada, además, incluyen que también tiene que poseer conocimientos sobre socorrismo y salvamento al tratarse del medio acuático. Los autores añaden que la actualización debe de ser constante y adecuada para su labor, y dentro de esta formación se incluyen aspectos pedagógicos, psicológicos, conceptuales de la actividad, así como un conocimiento completo sobre el medio acuático y sus características. Lo que proponen estos autores parece demasiado extenso, pero es lo que más se aproxima a lo que debería de ser la realidad. Un maestro o maestra con los conocimientos a los niveles anteriormente mencionados harán que la actividad se desarrolle en armonía y con un éxito rotundo.

Relacionando los requisitos que incluyen Albarracín y Moreno, (2018a), con la formación que aporta el profesorado en las encuestas podemos decir que se asemeja más con el tercer grupo de formación. Se considera insuficiente el tener pasión por el deporte para poder impartirlo. Tiene que haber una formación suficiente detrás, a través de federaciones, seminarios de Educación Física, o cursos de formación. Se habla de un respaldo que proporcione los recursos pedagógicos necesarios para llevar a cabo la actividad con total seguridad y con garantías para que los alumnos y alumnas sean capaces de exprimir al máximo sus capacidades y aprender tanto contenidos de saber hacer como de saber ser.

Como se ha podido observar a través de los resultados, los maestros y maestras son conscientes de que las actividades acuáticas, gracias a sus diferentes modalidades, se pueden incluir dentro de todos los grupos de contenidos. Muchos han sido los que han incluido los estilos de natación dentro del bloque 1, pero como se citaba al inicio de la fundamentación teórica del trabajo, las actividades acuáticas engloban muchos más contenidos que los estilos de natación que es lo que tradicionalmente la sociedad ha pensado. Albarracín & Moreno (2018b) establecieron en su trabajo los contenidos a trabajar en Educación Primaria, y estos son: entrada y orientación en el agua, confianza y seguridad, inmersiones y apneas, flotaciones y equilibrios, equilibrio dinámico, propulsión básica, giros sobre diferentes ejes, acción de piernas, desplazamientos y deslizamientos, generación de apoyos fijos y móviles, propulsión de brazos y recuperación aérea, respiración acuática, técnicas de prevención, auto salvamento y seguridad y destrezas acuáticas en profundidad. Este amplio bagaje de contenidos

basados en habilidades acuáticas puede trabajarse mediante todos los contenidos extraídos de las encuestas (waterpolo, sincronizada, buceo, apnea, estilos de natación, juegos, etc.).

Los principales problemas didácticos que encuentran los maestros en las actividades acuáticas han sido la metodología, la evaluación y la secuenciación de contenidos, pregunta que va muy ligada a la formación por parte del profesorado. Muchas veces la metodología es la clave para motivar a nuestro alumnado por la práctica y para que desarrollen su motricidad acuática al máximo. Los autores Albarracín & Moreno, (2018b), proponen que la metodología cuando queramos llevar a cabo aprendizajes con actividades acuáticas debe atender cuatro aspectos principales: al proceso, al alumnado, al docente y a la actividad. Centrándonos en el del docente que es el que ataña a la investigación, comentar que se remarca la ubicación del mismo siempre casi siempre fuera del vaso, utilizar estilos de enseñanza que impliquen activamente al estudiante y que fomenten la participación y la socialización, utilizar refuerzos positivos y evitar comparaciones con otros compañeros y compañeras, actualizarse en nuevas metodologías como la gamificación o el modelo de enseñanza deportiva, y también muy importante, hacer comprender al alumnado la necesidad de prevenir accidentes para garantizar la seguridad de todo el grupo-clase.

La evaluación es la parte del proceso de enseñanza-aprendizaje que servirá tanto a nosotros como al alumnado para conocer qué nivel de adquisición de contenidos y actitudes ha adquirido una vez finalice la unidad didáctica, el curso escolar o la etapa educativa. No obstante, muchas veces supone un quebradero de cabeza para el docente sobre cómo evaluar determinados contenidos. En este caso, en concreto con las actividades acuáticas, tener un conocimiento profundo sobre el contenido a impartir, también nos ayudará a preparar esos instrumentos de evaluación, y que han de corresponder con los criterios y estándares evaluables que nos propone la ley de nuestra comunidad autónoma. Ortiz (2010) llevó a cabo un trabajo en el cual desarrolló una propuesta de evaluación para aplicar en los cursos de Educación Primaria. En esta propuesta sólo aparecen ítems con cohesión al aspecto motriz, y especialmente relacionados con los estilos de natación y habilidades acuáticas básicas. No obstante, no deberemos olvidar evaluar aquellos criterios del bloque 6 del currículum de Aragón

(Orden del 16 de junio de 2014, BOA 24 de junio de 2014), los cuales se relacionan con el componente más comportamental y actitudinal de la práctica deportiva.

Para llevar a cabo contenidos de este tipo a nuestras clases de Educación Física suele presentar numerosas trabas, de ahí la importancia de que las administraciones ayuden con el aporte de recursos o medios. En este caso, el mayor de los problemas lo mostraron los desplazamientos, falta de infraestructura y el alto ratio de monitor-alumno o maestro-alumno. Estos problemas también son considerados en el trabajo realizado por López, Romance y Chinchilla (2008), los cuáles citaban la carencia de piscinas cubiertas en centros, insuficiencia de instalaciones cercanas, desplazamientos, costes económicos y peso de contenidos tradicionales entre otros. Hay que destacar que estos autores añaden las reticencias que muestran los padres para este contenido, ya sea por miedo al agua o por experiencias previas, siendo además el quinto problema expresado por los maestros en las encuestas.

En línea con lo anterior, y debido a la gran cantidad de problemas que se presentan cuando se quiere llevar a cabo este contenido en las aulas por ser una realidad, se considera importante el apoyo de las administraciones con sus recursos para que este contenido pueda realizarse. Se habla por lo tanto de los planes de natación escolar que fomentan las administraciones locales y comarcales ayudando con sus recursos para incentivar la práctica de este deporte desde edades tempranas. Del profesorado encuestado en el presente trabajo, una minoría es la que participa en estos planes de natación, no obstante, todos aportan opiniones tanto positivas como negativas. Las positivas hacen referencia a la gratuidad de desplazamientos, monitores y acceso a la instalación, ya que para algunos alumnos y alumnas es la única vez al año que mantienen contacto con el medio acuático para su aprendizaje., Por otro lado, algunas de las opiniones negativas que aparecen apuntan a la escasa formación del monitor que imparte la clase. Resultados en trabajos relacionados con esta temática (Albarracín y Moreno, 2015), obtuvieron que en estos planes de natación, en la mayoría de los casos quien daba la clase era el monitor/técnico. No obstante, estos autores señalan que tendría que ser impartida por el maestro o maestra, ya que es el que ha creado su programación anual, y que se tendría que recurrir al técnico si se elevara la ratio o si hubiese algún tipo de problema. Es decir, el monitor-técnico debería tener un rol de

facilitador. No obstante, también señalan que para ello los maestros y maestras han de tener la formación específica en actividades acuáticas necesaria.

Los resultados de los cuestionarios muestran que, para todos los maestros y maestras, la práctica de actividades acuáticas reporta beneficios sociales y saludables para los alumnos y alumnas, y además para todos ellos, el contenido de actividades acuáticas resulta muy aceptable. Al implicar el medio acuático algo novedoso y distinto del que estamos acostumbrados a desenvolvernos, hacen que las actividades acuáticas en edad escolar despierten una motivación especial entre el alumnado.

Debido a las necesidades docentes presentadas, la falta existente de recursos económicos y humanos, así como posibles aspectos a mejorar en los planes de natación escolar promovidos por las administraciones, puede ayudar a deducir que todos los docentes encuestados hayan manifestado la importancia de la existencia de una propuesta de itinerario docente en el contenido de las actividades acuáticas.

PARTE 2: PROPUESTA DE ITINERARIO PARA EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS.

Desde el momento de la inclusión de las actividades acuáticas como contenido educativo dentro de la legislación estatal y autonómica, han sido varios los estudios que han ido encaminados a aportar diferentes ideas para crear un itinerario de actividades acuáticas en etapa escolar.

Borges (2018) propuso un itinerario docente en contenidos de actividades acuáticas para la etapa de Educación Primaria basado en la legislación educativa actual, la LOMCE. Esta autora, considerando la recomendación 2006/962/EC, del Parlamento Europeo y del Consejo, de 18 de diciembre de 2006, sobre las competencias clave para el aprendizaje permanente, divide los contenidos en tres grandes grupos de saberes: "saber", "saber hacer" y "saber ser". Además, estos contenidos son diferenciados en función del bloque de contenidos del currículum al que pertenecen. Para clarificar estos tipos de saberes, es interesante mencionar que el "saber" hace referencia a contenidos que tienen relación principios, datos y teoría sobre el medio acuático, es decir, contenido más conceptuales. En segundo lugar, los contenidos de "saber hacer" hacen referencia a aquellos que conllevan la práctica motriz de forma intrínseca. Por último, los contenidos de "saber ser" hacen referencia a aquellos que exigen una actitud acorde al contexto educativo en el que se encuentran.

Moreno y Gutiérrez (1998) realizaron la propuesta de un modelo comprensivo para aprender de las actividades acuáticas a través del juego. El modelo de estos autores pasa por el trabajo en primer lugar de las habilidades acuáticas básicas (equilibrios, respiración, flotación, propulsión, inmersión, coordinación motriz y estructuración perceptiva) para que, una vez dominadas se pase a las específicas (waterpolo, sincronizada, saltos, salvamento y natación con aletas). Estos apuestan por un trabajo de las habilidades motrices básicas mediante juegos de coordinación motriz (gruesa y fina) y juegos de estructuración perceptiva (control corporal, lateralidad, percepción espacio-temporal, espacio-visual y organización perceptiva) a través del juego. La progresión de enseñanza de los juegos deportivos acuáticos que proponen estos autores utiliza el modelo de un trabajo anterior de uno de los autores (Moreno y Rodríguez, 1997). Esta

progresión contempla la lógica interna de las diferentes actividades acuáticas y se puede consultar en la siguiente tabla:

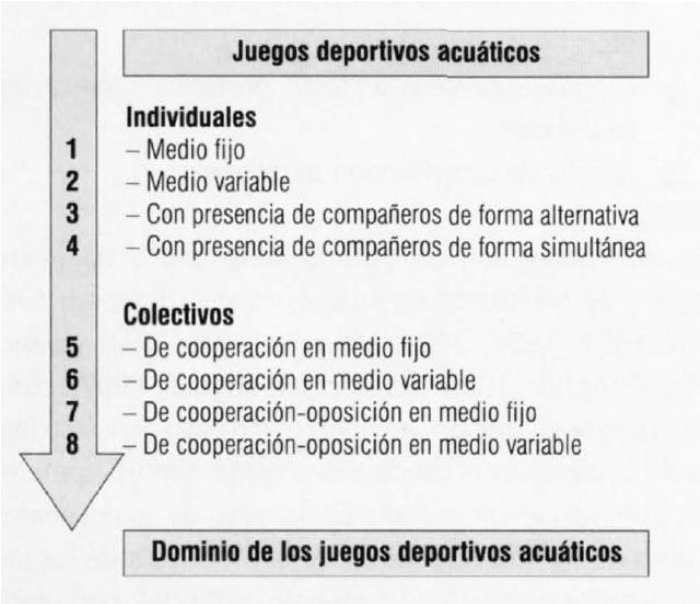


Figura 1. Progresión de enseñanza de los juegos deportivos acuáticos (Moreno y Rodríguez, 1997).

Albarracín y Moreno (2012) realizaron otro trabajo donde analizaron los contenidos y las actividades acuáticas desarrolladas en las clases de Educación Física. Tras su análisis, proponen una propuesta de intervención docente de las actividades acuáticas para la etapa de Educación Secundaria Obligatoria. En esta propuesta se diferencian contenidos específicos clasificados en función del bloque de contenidos al que pertenecen, así como autores y trabajos donde se tratan de distinta forma dichos contenidos en la etapa escolar. En esta propuesta no sólo da cabida a los estilos de natación, sino que se incluyen contenidos en relación con los tipos de entrenamiento, reeducación postural, waterpolo, sincronizada, apneas, hockey subacuático, salvamento y socorrismo, juegos en piscina, juegos en el medio natural donde el agua sea el soporte principal, habilidades motrices acuáticas básicas, y actividades en el agua con soporte musical entre otras. Pese a que el trabajo que se presenta vaya encaminado a la realización de una propuesta docente en una etapa educativa posterior, este trabajo resulta interesante por la gran cantidad de ideas que puede aportar al profesorado, así como conocer los diferentes contenidos acuáticos que se pueden llevar en las aulas.

Moreno, Camarero y Tella (1995), en su libro, diferencian las distintas áreas de actividad física que existen en función del objetivo que se persiga. Hablan actividad física utilitaria, educativa, competitiva y recreativa, concretando que no se tratan de áreas independientes, sino que están relacionadas entre sí. Dicho esto, podemos considerar la propuesta y la clasificación de distintas actividades acuáticas de recreación que estos autores proponen, ya que claramente se pueden incluir en las clases de Educación Física. Entre ellas, se clasifican las actividades en función del objetivo, del material a utilizar, de la utilidad del juego, de los espacios, de si la música forma parte de la actividad, etc.

Considerando las propuestas e ideas educativas citadas anteriormente, se expone a continuación un itinerario de aprendizaje para llevar a cabo las actividades acuáticas a las clases de Educación Física en la etapa de Educación Primaria. Para ello, también se ha tenido en cuenta el currículo aragonés de Educación Física (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24 de junio de 2014) en la que se desarrollan los diferentes elementos curriculares tales como contenidos, criterios de evaluación y estándares de aprendizaje. A su vez, se concretan los resultados de aprendizaje esperados para cada curso. Debido a que la asignatura de Educación Física esta contemplada en la actual normativa como una asignatura específica obligatoria por lo que su currículo lo elaboran las propias comunidades autónomas, para extrapolarlo a otras regiones, este itinerario debe ser adaptado.

En las tablas siguientes, (Tabla 2, Tabla 3, Tabla 4, Tabla 5, Tabla 6 y Tabla 7) se ofrece la propuesta elaborada para cada uno de los cursos de Educación Primaria.

Tabla 2. Contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables y resultados de aprendizaje para 1º de Educación Primaria.

CURSO	BLOQUE CONTENIDOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/14)	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE EVALUABLE	RESULTADO DE APRENDIZAJE
1º	1: Acciones motrices individuales: - Habilidades acuáticas básicas (flotación, respiración, propulsión e inmersión). - Saltos.	Cri.EF.1.1. Realizar e identificar acciones motrices individuales para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones.	Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Realiza e identifica acciones motrices individuales (por ejemplo desplazamientos, saltos, giros equilibrios) para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones planteadas en clase.	-El alumno/a es capaz de realizar 25 metros utilizando como medio de propulsión el batido de pies en posición ventral con la ayuda de material. -El alumno/a es capaz de mantener flotación en posición dorsal con ayuda de material. -El alumno/a es capaz de dominar la respiración boca y boca-nariz mediante inmersiones agarrados en bordillo. -El alumno/a es capaz de introducirse al agua mediante un salto desde el poyete.
	6: Gestión de la vida activa y valores: - Actitud positiva para participar en las tareas.	Cri.EF.6.13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos.	Est.EF.6.13.1. Tiene interés por participar en las tareas presentadas.	-El alumno/a muestra una actitud proactiva para participar en las actividades acuáticas propuestas.

Tabla 3. Contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables y resultados de aprendizaje para 2º de Educación Primaria.

CURSO	BLOQUE CONTENIDOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/14)	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE EVALUABLE	RESULTADO DE APRENDIZAJE
2º	1: Acciones motrices individuales: - Estilos de natación crol y espalda.	Cri.EF.1.1. Realizar e identificar acciones motrices individuales para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones.	Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Realiza e identifica acciones motrices individuales (por ejemplo desplazamientos, saltos, giros equilibrios) para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones planteadas en clase.	-El alumno/a es capaz de completar 25 metros al estilo crol. -El alumno/a es capaz de realizar la respiración lateral del estilo crol. -El alumno/a es capaz de completar 25 metros al estilo espalda. -El alumno/a es capaz de controlar la respiración en el estilo espalda.
	6: Gestión de la vida activa y valores: - Recogida de material.	Cri.EF.6.13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés.	Est.EF.6.13.4. Participa, de forma dirigida, en la recogida de material utilizado en las clases.	-El alumno/a es capaz de recoger el material después de la clase.

Tabla 4. Contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables y resultados de aprendizaje para 3º de Educación Primaria.

CURSO	BLOQUE CONTENIDOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/14)	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE EVALUABLE	RESULTADO DE APRENDIZAJE
3º	1: Acciones motrices individuales: - Estilos de natación braza y mariposa.	Cri.EF.1.1. Realizar e identificar acciones motrices individuales para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones.	Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Realiza e identifica acciones motrices individuales (por ejemplo desplazamientos, saltos, giros equilibrios) para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones planteadas en clase.	-El alumno/a es capaz de completar 50 metros al estilo braza. -El alumno/a es capaz de identificar las fases propulsivas positivas y negativas del estilo braza. -El alumno/a es capaz de completar 12,5 metros al estilo mariposa. -El alumno/a es capaz de identificar las fases propulsivas de la patada en mariposa.
	6: Gestión de la vida activa y valores: - Aceptar la realidad corporal propia y de los compañeros.	Cri.EF.6.7. Respetar la propia realidad corporal y la de los demás mostrando una actitud crítica.	Est.EF.6.7.1. Est.EF.6.7.2. Respeta la propia realidad corporal y la de los demás cuando participan en las diferentes situaciones planteadas durante la clase, en especial en el aprendizaje de nuevas habilidades, y muestra iniciativa al defender los buenos comportamientos frente a actitudes discriminatorias.	-El alumno/a es capaz de respetar su realidad corporal propia. -El alumno/a es capaz de respetar la realidad corporal de sus compañeros.

Tabla 5. Contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables y resultados de aprendizaje para 4º de Educación Primaria.

CURSO	BLOQUE CONTENIDOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/14)	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE EVALUABLE	RESULTADO DE APRENDIZAJE
4º	3: Acciones motrices cooperación y cooperación-oposición: - Waterpolo.	Cri.EF.3.1. Comprender y resolver acciones motrices. para ajustar los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de las situaciones de cooperación y cooperación-oposición	Est.EF.3.1.3. Comprende y resuelve acciones motrices de forma coordinada y equilibrada, ajustando los movimientos corporales a diferentes cambios de las condiciones de las situaciones de cooperación y cooperación-oposición.	-Es alumno/a es capaz de aplicar técnica de estilos de natación al waterpolo. -El alumno/a es capaz de realizar 5 lanzamientos y recepciones del balón por parejas en el medio acuático. -El alumno/a es capaz de solventar con éxito una situación de ataque de 3x1.
	6: Gestión de la vida activa y valores: - Respeto a las reglas y compañeros.	Cri.EF.6.13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés.	Est.EF.6.13.5. Respeta las normas y reglas de juego, a los compañeros, aceptando formar parte del grupo que le corresponda y el resultado de las competiciones o situaciones de trabajo con deportividad.	-El alumno/a es capaz de respetar las reglas de la actividad. -El alumno/a es capaz de mostrar deportividad y respeto con los compañeros/as.

Tabla 6. Contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables y resultados de aprendizaje para 5º de Educación Primaria.

CURSO	BLOQUE CONTENIDOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/14)	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE EVALUABLE	RESULTADO DE APRENDIZAJE
5º	5: Acciones motrices con intenciones artísticas y expresivas: - Natación sincronizada.	Cri.EF.5.2. Combina el uso de recursos expresivos del cuerpo y del CCEC movimiento para elaborar producciones con intención artística o expresiva.	Est.EF.5.2.1. Est.EF.5.2.3. Est.EF.5.2.4. Coordina con otros de manera autónoma el uso de diferentes recursos expresivos (por ejemplo, uso de espacios, alturas, desplazamientos, mirada, miedo, humor, jugar con el espectador, etc.) para participar en proyectos de acción colectivos (por ejemplo para elaborar y representar composiciones coreográficas, escénicas o danzadas) con la intención de mostrarlo a otros.	-El alumno/a es capaz de aplicar técnicas de estilos de natación como recurso expresivo de la natación sincronizada. -El alumno/a es capaz de expresar diferentes sentimientos a través de gestos y movimientos en el medio acuático. -El alumno/a es capaz de representar una coreografía por quintetos en el medio acuático.
	6: Gestión de la vida activa y valores: - Realización autónoma de la mochila y ducha.	Cri.EF.6.13. Demostrar un comportamiento personal y social responsable, respetándose a sí mismo y a los otros en las actividades físicas y en los juegos, aceptando las normas y reglas establecidas y actuando con interés.	Est.EF.6.13.3. Incorpora en sus rutinas el cuidado e higiene del cuerpo (por ejemplo el aseo tras la sesión de Educación Física).	-El alumno/a es capaz de gestionar la realización y recogida de la mochila de forma autónoma. -El alumno/a es capaz de adoptar rutinas de higiene tras terminar la sesión.

Tabla 7. Contenidos, criterios de evaluación, estándares de aprendizaje evaluables y resultados de aprendizaje para 6º de Educación Primaria.

CURSO	BLOQUE CONTENIDOS	CRITERIO DE EVALUACIÓN (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/14)	ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE EVALUABLE	RESULTADO DE APRENDIZAJE
6º	1: Acciones motrices individuales: - Salvamento y socorrismo.	Cri.EF.1.1. Realizar e identificar acciones motrices individuales para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones.	Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Realiza e identifica acciones motrices individuales (por ejemplo desplazamientos, saltos, giros equilibrios) para ajustar los movimientos corporales a las demandas de las situaciones planteadas en clase.	-El alumno/a es capaz de realizar 100 metros a estilo con aletas. -El alumno/a es capaz de nadar 25 metros a estilo crol de salvamento. -El alumno/a es capaz de sumergirse al fondo de la piscina para coger el maniquí. -El alumno/a es capaz de remolcar a un compañero 12,5 metros.
	6: Gestión de la vida activa y valores: - Prevención y primeros auxilios en el medio acuático.	Cri.EF.6.11. Identificar e interiorizar la importancia de la prevención, la recuperación y las medidas de seguridad en la realización de la práctica de la actividad física.	Est.EF.6.11.1. Explica y reconoce las lesiones y enfermedades deportivas más comunes en las prácticas que realizan, así como las acciones preventivas y los primeros auxilios a realizar en caso de accidente.	-El alumno/a es capaz de cumplir las normas de seguridad de la instalación deportiva. -El alumno/a es capaz de realizar correctamente la RCP a un maniquí.

A modo de resumen se presenta en la Tabla 8 la propuesta de itinerario de toda la etapa recogiendo los aspectos más significantes del mismo.

Tabla 8. Resumen propuesta itinerario docente para la etapa de Educación Primaria.

Curso	1º EP	2º EP	3º EP	4º EP	5º EP	6º EP
Contenidos	-Habilidades acuáticas básicas. -Saltos. -Actitud participación.	-Estilos de natación: crol y espalda. -Recogida de material	-Estilos de natación: braza y mariposa. -Aceptación realidad corporal.	-Waterpolo. -Respeto a las reglas y a los compañeros.	-Natación sincronizada. -Realización autónoma de la mochila.	-Salvamento y socorrismo. -Prevención y primeros auxilios en el medio acuático.
Criterios de evaluación (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/2014)	Cri.EF.1.1. Cri.EF.6.13.	Cri.EF.1.1. Cri.EF.6.13.	Cri.EF.1.1. Cri.EF.6.7.	Cri.EF.3.1. Cri.EF.6.13.	Cri.EF.5.2. Cri.EF.6.13.	Cri.EF.1.1. Cri.EF.6.11.
Estándares de aprendizaje evaluable (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/2014)	Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Est.EF.6.13.1.	Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Est.EF.6.13.4.	Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Est.EF.6.7.1. Est.EF.6.7.2.	Est.EF.3.1.3. Est.EF.6.13.5.	Est.EF.6.13.3. Est.EF.5.2.1. Est.EF.5.2.3. Est.EF.5.2.4.	Est.EF.1.1.1. Est.EF.1.1.2. Est.EF.1.1.4. Est.EF.1.1.5. Est.EF.6.11.1.

PARTE 3: ANÁLISIS FINAL DEL TRABAJO.

1. Conclusiones.

Las conclusiones que se pueden extraer tras la finalización de este trabajo son numerosas y todas ellas ayudan a comprender el mundo de las actividades acuáticas y su implicación en el contexto escolar.

En primer lugar, especial mención al contenido educativo de las actividades acuáticas. Se ha podido observar cómo este tipo de actividades, las cuales se realizan en un medio distinto al habitual, proporciona numerosas ventajas cognitivas, motrices, emocionales y sociales. Estos beneficios que conlleva, junto con el reconocimiento como contenido educativo de acuerdo con la Orden de 16 de junio de 2014 (BOA 24 de junio de 2014) sirven como justificación más que suficiente para llevarlos a cabo en nuestras clases de Educación Física. Como se ha podido comprobar a lo largo del trabajo, la gran variedad de actividades que se pueden llevar a cabo en este medio contempla la inclusión de las actividades acuáticas no sólo dentro del bloque 1 de acciones motrices individuales, sino dentro de todos los bloques de contenidos. Otro punto a favor, que vuelve a justificar la alta cabida que tiene este contenido en nuestras clases.

Ya han sido numerosos los trabajos que se plantearon la necesidad de aportar un itinerario docente de las actividades acuáticas. Estos trabajos ayudan a abrir la mente a esos maestros o maestras que entienden las actividades acuáticas como únicamente estilos de natación. Ya se han diferenciado a lo largo del trabajo ambos términos, pero es interesante resaltar su diferencia porque muchas veces se tiende a confundirlos. El presente trabajo aprovecha la variedad de actividades que se pueden presentar en el medio acuático por diversos motivos. En primer lugar, por el contexto educativo donde se va a desarrollar. Es interesante remarcar que la Educación Física queda lejos de buscar un alto rendimiento deportivo en determinadas especialidades. Y es por ello, que, en detrimento de lo anterior, ésta nos ayuda a presentar a nuestros alumnos y alumnas diversidad de contenidos tanto en medio acuático (como es el caso del presente trabajo) como en el terrestre, donde se persigue, además de formar personas íntegras con una personalidad crítica y autónoma, aumentar su bagaje motriz. En segundo lugar, el presentar diferentes actividades en este medio, puede servir para estimular la motivación

intrínseca de nuestros alumnos por determinados deportes en el medio acuático de tal forma, que se animen a practicarlo fuera del horario escolar, aumentando su práctica diaria de actividad física, tan importante en estas edades. Además, indirectamente, de esta forma estamos potenciando la especialización o formación externa en puestos de trabajo que antes podrían no existir o estar en minoría numérica.

Acerca de la investigación llevada a cabo en el presente trabajo las conclusiones que se pueden extraer a groso modo es que a pesar de los beneficios que tienen estos contenidos acuáticos, no todos los docentes entrevistados parecen tener la formación específica que les gustaría tener, y que, además, aquella que se imparte desde universidades y estamentos federativos, debe ir más orientada a la realidad a la que luego uno se encuentra en el contexto escolar. Por otro lado, son muchos los docentes que han presentado inquietud por aspectos referidos a problemas didácticos relacionados con la metodología y evaluación en actividades acuáticas. Resultado que puede ir estrechamente ligado con la falta de formación, y que dejamos como posibles líneas de investigación para futuros trabajos. Como problemas en cuanto a recursos, muchos señalaron entre otros los desplazamientos, falta de infraestructura o la ratio. Estos problemas, pueden ser muchas veces solventados si desde las administraciones locales se destinan subvenciones para fomentar planes de natación escolar, como es en el caso de la ciudad de Huesca. No obstante, pese a que haya opiniones positivas de maestros y maestras que sí están adheridos a dichos planes sobre su funcionamiento y el servicio que ofrecen, también hay otros a los cuales parece no convencer, o que requieren de una mejor coordinación para ofrecer el 100% de garantías de éxito. Como solución a esta problemática, se podría realizar una reunión entre los maestros y maestras adheridos a dichos planes junto con la administración, para aportar ideas y llegar a soluciones concretas que sean las menos perjudiciales para el conjunto de centros implicados, y en especial, para los alumnos y alumnas que disfrutan del plan escolar de su territorio. Se trata por tanto de un trabajo bilateral por los docentes de los centros escolares y de la administración, no debiendo ser bajo ningún aspecto unilateral.

De las encuestas se obtuvieron resultados unánimes sobre la confección de un itinerario de aprendizaje de las actividades acuáticas, y es por ello por lo que se ha llevado a cabo en este trabajo. Para ello, se han tenido en cuenta diferentes trabajos que trataban la temática expuesta, y se ha diseñado una propuesta personalizada, totalmente

subjetiva, pero que persigue progresiones de enseñanza acuática de autores de alto reconocimiento en el ámbito de las actividades acuáticas en el contexto escolar. La utilización de los resultados de aprendizaje para crear instrumentos de evaluación, así como el desarrollo de las sesiones de todos los cursos, también pueden utilizarse como líneas de trabajo futuras.

Es conveniente destacar que se han cumplido por tanto los objetivos que se plantearon al inicio de este trabajo. Se ha investigado acerca de los beneficios que supone la práctica de las actividades acuáticas en el contexto escolar desde el punto de vista de diferentes autores de referencia en este campo. Por otro lado, la investigación llevada a cabo también ha servido para conocer en parte las necesidades docentes que muestran los alumnos a la hora de llevar a cabo este contenido a sus clases de Educación Física. Y por último, se ha diseñado un itinerario docente para toda la etapa de Educación Primaria que puede servir como guía no sólo para el profesorado, también a las administraciones que fomentan planes de natación escolar.

Para terminar resulta necesario citar las palabras que expone González et al. (2003) por la directa relación que tiene con el presente trabajo:

> Cualquier objetivo general de educación física puede conseguirse utilizando el medio acuático como medio educativo. Si tenemos en cuenta que la gran finalidad de la educación física es, conjuntamente con el resto de las áreas, colaborar en el desarrollo integral del alumnado, podemos decir que las actividades acuáticas pueden contribuir a este fin educando a este alumnado a través del agua. Dicho de otra manera, utilizar el agua como medio educativo (p. 2).

2. Limitaciones de la investigación y propuestas de futuro.

Una de las limitaciones encontradas en esta investigación está relacionada con la muestra. Al pasar los cuestionarios de forma telemática, muchos de los maestros y maestras no los completaron, obteniendo una muestra realmente baja. Es por ello, que abrimos los cuestionarios a más docentes de diferentes provincias de la comunidad autónoma de Aragón, obteniendo finalmente una muestra total de 23 participantes. Parece resultar una muestra baja, pero se acerca ligeramente al número de sujetos que

participaron en el trabajo de Albarracín y Moreno (2011), 29, el cual dicen que es el número recomendado para este tipo de investigaciones.

Otra de las limitaciones que presenta este trabajo está relacionada con el contexto para el que ha sido desarrollada. El itinerario creado tiene como referencia legislativa el currículum aragonés (Orden de 16 de junio de 2014, BOA 24/6/14), y es por ello por lo que si se quiere llevar a cabo en cualquier otra comunidad autónoma tendrán que adaptarse los contenidos, criterios y estándares de aprendizaje evaluables acordes a la comunidad autónoma donde se quiera instaurar.

La realización de este trabajo ha dejado resultados interesantes de analizar. Las respuestas de los maestros y maestras en el trabajo de campo que se ha llevado a cabo indican que tienen problemas en cuanto a la metodología y la evaluación de las actividades acuáticas. Es por ello, que se dejan abiertas nuevas vías de investigación para estudiar estos dos elementos, que al igual que los contenidos, tienen un peso realmente importante en el proceso enseñanza-aprendizaje de los alumnos y alumnas.

Para completar la investigación-acción desarrollada, sería necesario completar siguientes pasos como el llevar a cabo la propuesta de itinerario desarrollada; observar cuáles son los efectos que tiene el presente itinerario a nivel motriz, cognitivo y social del alumnado, y reflexionar acerca de nuevas mejoras. Se trata por tanto de un trabajo que requiere de tiempo extenso para comprobar la adecuación de los contenidos propuestos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Albarracín Pérez, A., & Moreno-Murcia, J. A. (2009). Problemática y beneficios de las actividades acuáticas en la escuela. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, *5*(16), 71-89.

Albarracín Pérez, A., & Moreno-Murcia, J. A. (2011). Valoración de la inclusión de las actividades acuáticas en educación física. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, *26*, 123–139.

Albarracín Pérez, A., & Moreno-Murcia, J. A. (2012). Análisis de los contenidos y actividades desarrolladas en las clases de actividades acuáticas: Una propuesta para Enseñanza Secundaria. *Apunts: Educación física y deportes*, *109*, 32-43.

Albarracín Pérez, A., & Moreno-Murcia, J. A. (2015). Análisis del personal que imparte los contenidos acuáticos en las clases de educación física. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, *402*, 13–28.

Albarracín Pérez, A., & Moreno-Murcia, J. A. (2018a). Código de buenas prácticas en las instalaciones acuáticas. *Revista de investigación en actividades acuáticas*, *2*(4), 70-76.

Albarracín Pérez, A., & Moreno-Murcia, J. A. (2018b). Natación en la escuela: Hacia una alfabetización acuática. *Revista de Investigación en Actividades Acuáticas*, *2*(3), 54-67. https://doi.org/10.21134/riaa.v2i3.1307

Bisquerra, R. (2004). *Metodología de la investigación educativa* (Vol. 1). Editorial La Muralla.

Boixeda, A. (2003). *La motricidad humana: Un planteamiento para su desarrollo en el medio acuático en etapa escolar*. 1–15.

Borges, L. (2018). Adaptación de los contenidos de la educación física a las actividades acuáticas en el ámbito escolar. *Revista de investigación en actividades acuáticas*, *2*(3), 37-53.

Famose, J.-P. (1992). *Aprendizaje motor y dificultad de la tarea*. Paidotribo Barcelona.

Franco, P., & Navarro, F. (1980). *Natación: Habilidades acuáticas para todas las edades...* Edit. Hispano Europea.

García Herrero, J. J. (2010). Las actividades acuáticas en Educación Primaria. *EmásF: revista digital de educación física*, *6*, 27-35.

Godoy, C. A. (2002). Programa de actividades acuáticas para la salud. *Revista digital Educación Física y Deportes*, *45*. https://www.efdeportes.com/efd45/acuat.htm

González, C., Herrera, V., Palmero, A., Hernando, A., Sullana, T., Cardona, M., & Barceló, G. (2003). Zambúllete en la piscina, lánzate al agua: Dos propuestas formativas para el área de educación física. *Actas del I Congreso Internacional de Actividades Acuáticas. Murcia: ICD*.

López, I., Romance, A. R., & Chinchilla, J. L. (2008). Implantación de las actividades acuáticas en educación primaria. *IV Congreso Internacional y XXV Nacional de Educación Física. (Córdoba , 2-5 de abril de 2008): "los hombres enseñando aprenden". Séneca (Epst. 7,8), 2008*, 415. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3401971

Martínez, M. C. (2014). Reflexiones en torno a la Investigación-Acción educativa. *Revista de Investigación Educativa*, *18*.

Moreno-Murcia, J. A., & Borges, L. (2005). Estimulación acuática para bebés. *Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, *20*, 53-82.

Moreno-Murcia, J. A., & Borges, L. (2006). Estimulación de los reflejos en el medio acuático. *Revista iberoamericana de psicomotricidad y técnicas corporales*, *22*, 193-206.

Moreno-Murcia, J. A., Camarero, S., & Tella Muñóz, V. (1995). *Actividades acuáticas educativas, recreativas y competitivas*. Instituto Valenciano de Educación Física.

Moreno-Murcia, J. A., Rodríguez, P. L. (1997). Hacia una nueva metodología de enseñanza de los juegos deportivos. En F. Ruiz (Ed.), Los juegos y las actividades deportivas en la educación física básica (pp. 185-214). Murcia: Universidad de Murcia.

Moreno-Murcia, J. A., & Gutiérrez Sanmartín, M. (1998). Propuesta de un modelo comprensivo del aprendizaje de las actividades acuáticas a través del juego. *Educación física y deportes*, *2*(52), 16–24.

Muñoz, A. (2004). Actividades acuáticas como contenido del área de Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital*, *73*.

Orden de 16 de junio de 2014 (BOA de 24 de junio de 2014), de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se aprueba el currículo de Educación Primaria y se autoriza su aplicación en los centros docentes de la Comunidad Autónoma de Aragón.

Ortizn, E. M. (2010). Propuesta educativa «El agua como medio de enseñanza: Importancia de la evaluación». *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, *17*, 72–75.

Rodríguez García, P. L., & Moreno-Murcia, J. A. (1997). Un modelo de actuación para las actividades acuáticas en primaria. *Habilidad motriz: Revista de ciencias de la actividad fisica y del deporte*, *10*, 39–49.

ANEXOS.

Anexo I. Cuestionario utilizado en la investigación.

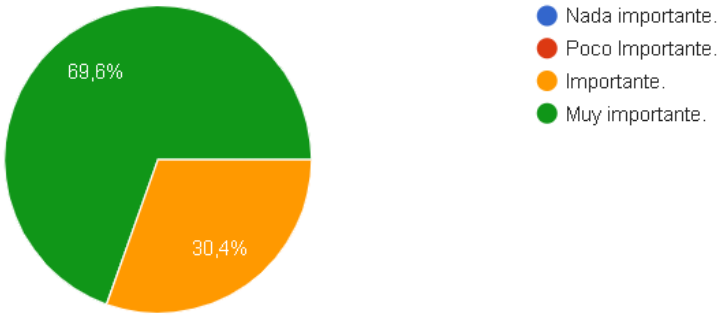
1. ¿Consideras el contenido de las actividades acuáticas importantes dentro del área de EF?
    a. Nada importante.
    b. Poco importante.
    c. Importante.
    d. Muy importante.
2. ¿Crees que se deberían de impartir actividades acuáticas en todos los cursos de Educación Primaria?
    a. Sí.
    b. No.
3. ¿Te ves preparado/a para diseñar una unidad didáctica de actividades acuáticas dentro del área de EF?
    a. Nada preparado/a.
    b. Escasamente preparado/a.
    c. Preparado/a.
    d. Muy preparado/a.
4. ¿Te ves preparado/a para impartir una unidad didáctica de actividades acuáticas dentro del área de EF?
    a. Nada preparado/a.
    b. Escasamente preparado/a.
    c. Preparado/a.
    d. Muy preparado/a.
5. ¿Qué formación relacionada con las actividades acuáticas has recibido?
    a. Respuesta abierta.

6. ¿Qué formación relacionada con las actividades acuáticas echas en falta haber recibido?
    a. Respuesta abierta.
7. ¿Qué contenidos específicos de las actividades acuáticas piensas que se pueden desarrollar en el medio acuático en Educación Primaria?
    a. Respuesta abierta.
8. De los diferentes bloques de contenidos, ¿Cuáles en concreto se pueden trabajar a través de las actividades acuáticas? (Se pueden señalar varias).
    a. Bloque 1.
    b. Bloque 2.
    c. Bloque 3.
    d. Bloque 4.
    e. Bloque 5.
    f. Bloque 6.
9. En relación con la pregunta anterior, especifica los contenidos específicos (de cada bloque de contenidos9 que podrías trabajar a través de las actividades acuáticas.
    a. Respuesta abierta.
10. ¿Qué problemas didácticos podrías encontrar a la hora de diseñar e impartir una unidad didáctica de actividades acuáticas? (Se pueden señalar varias).
    a. Metodología.
    b. Secuenciación de contenidos.
    c. Evaluación.
    d. Ninguno.
    e. Infraestructura.
    f. Otro: respuesta abierta.

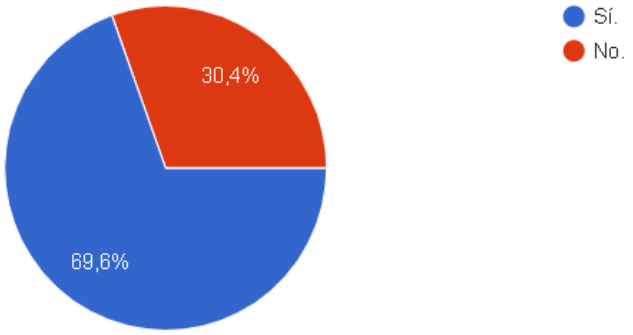
11. ¿Qué problemas en cuanto a recursos encuentras a la hora de llevar a cabo una unidad didáctica de actividades acuáticas? (Puede señalar varias).
    a. Infraestructura.
    b. Material.
    c. Desplazamientos.
    d. Familias.
    e. Equipo directivo.
    f. Ninguno.
    g. Otro: respuesta abierta.
12. ¿Llevas a cabo unidades didácticas de actividades acuáticas dentro de tu programación didáctica?
    a. Sí.
    b. No.
13. En caso de que la pregunta anterior sea afirmativa, ¿En qué curso/s? ¿Qué contenidos desarrollas?
    a. Respuesta abierta.
14. ¿Cuál es el grado de aceptación del alumnado sobre los contenidos acuáticos?
    a. Bajo.
    b. Medio.
    c. Alto.
    d. Muy alto.
15. ¿Qué grado de beneficio social crees que tienen estas actividades acuáticas sobre el alumnado?
    a. Bajo.
    b. Medio.
    c. Alto.
    d. Muy alto.

16. ¿Qué grado de beneficios sobre la salud crees que tienen estas actividades acuáticas sobre el alumnado?
    a. Bajo.
    b. Medio.
    c. Alto.
    d. Muy alto.
17. ¿Consideras importante que exista una propuesta de itinerario de trabajo de las actividades acuáticas en Educación Primaria?
    a. Sí.
    b. No.
18. ¿Piensas que es interesante que diferentes administraciones públicas propongan planes de natación escolar para el fomento de las actividades acuáticas?
    a. Sí.
    b. No.
19. ¿Está tu centro educativo adscrito a alguno de estos planes?
    a. Sí.
    b. No.
20. Da tu opinión sobre los planes de natación escolar propuestos por las administraciones.
    a. Respuesta abierta.

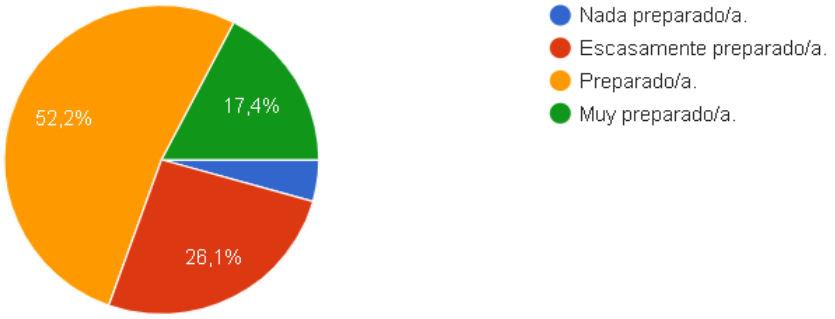
Anexo II. Gráficas de los resultados de la investigación.



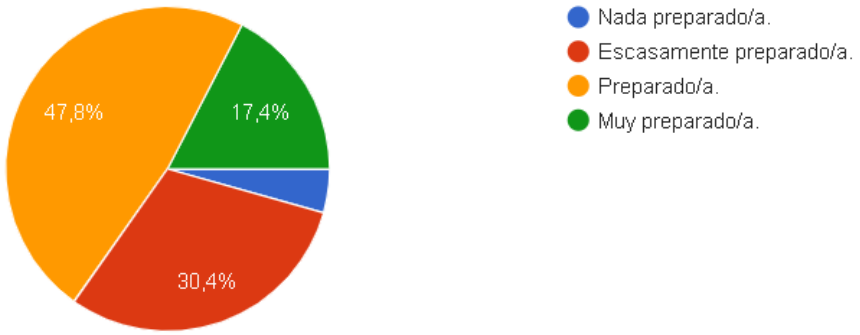
Gráfica 1. Resultados pregunta 1. ¿Consideras el contenido de las actividades acuáticas importantes dentro del área de EF?



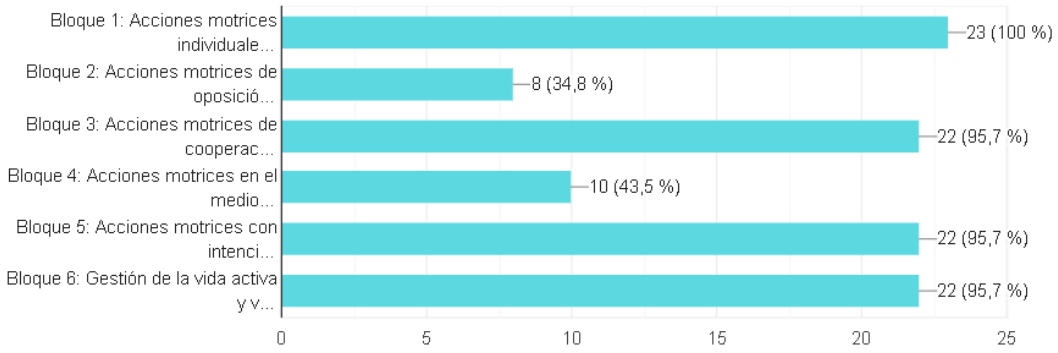
Resultados pregunta 2. ¿Crees que se deberían de impartir actividades acuáticas en todos los cursos de Educación Primaria?



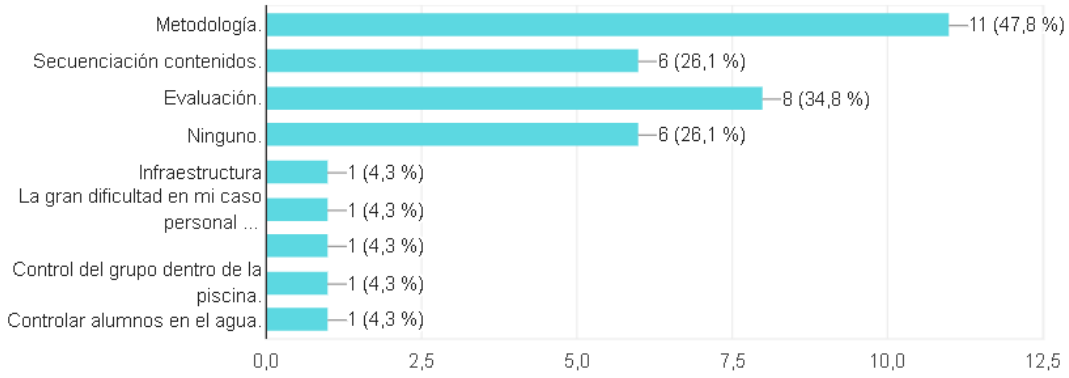
Resultados pregunta 3. ¿Te ves preparado/a para diseñar una unidad didáctica de actividades acuáticas dentro del área de EF?



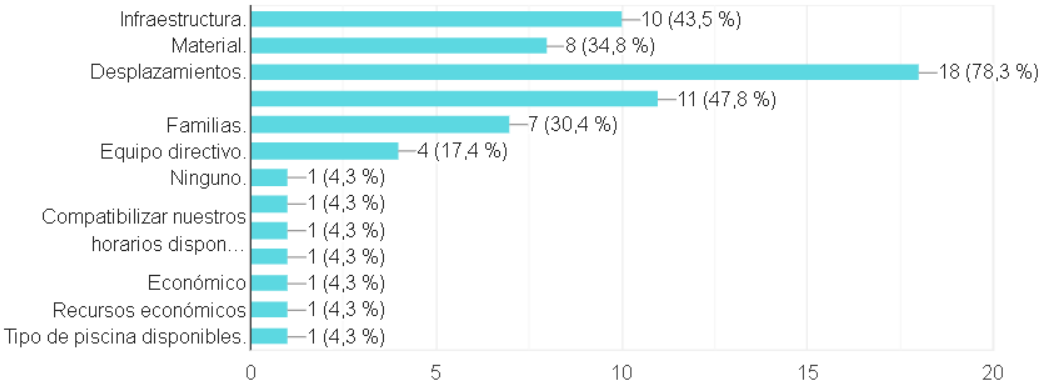
Resultados pregunta 4. ¿Te ves preparado/a para impartir una unidad didáctica de actividades acuáticas dentro del área de EF?



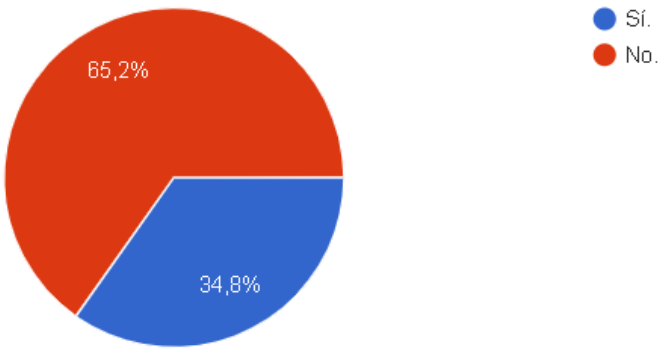
Resultados pregunta 8. De los diferentes bloques de contenidos, ¿Cuáles en concreto se pueden trabajar a través de las actividades acuáticas?



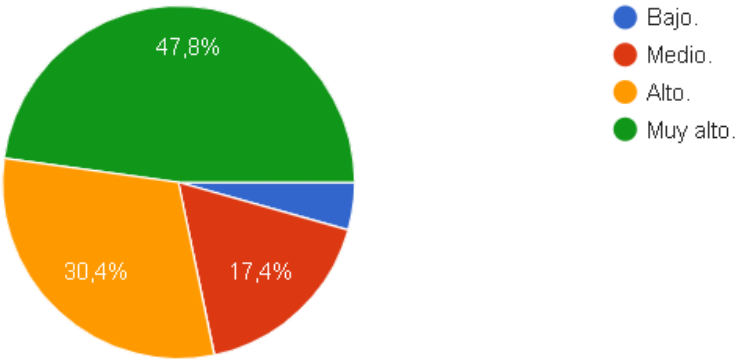
Resultados pregunta 10. ¿Qué problemas didácticos podrías encontrar a la hora de diseñar e impartir una unidad didáctica de actividades acuáticas?



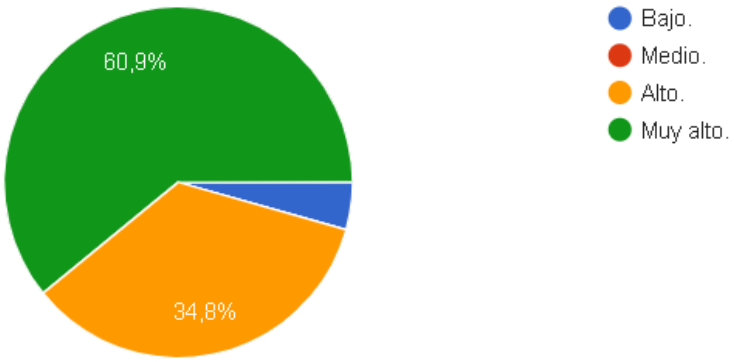
Resultados pregunta 11. ¿Qué problemas en cuanto a recursos encuentras a la hora de llevar a cabo una unidad didáctica de actividades acuáticas?



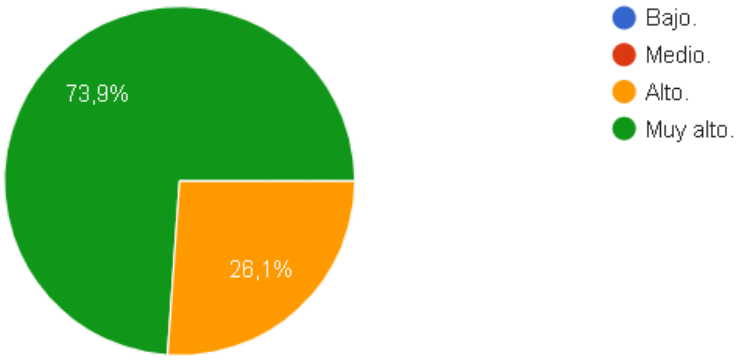
Resultados pregunta 12. ¿Llevas a cabo unidades didácticas de actividades acuáticas dentro de tu programación didáctica?



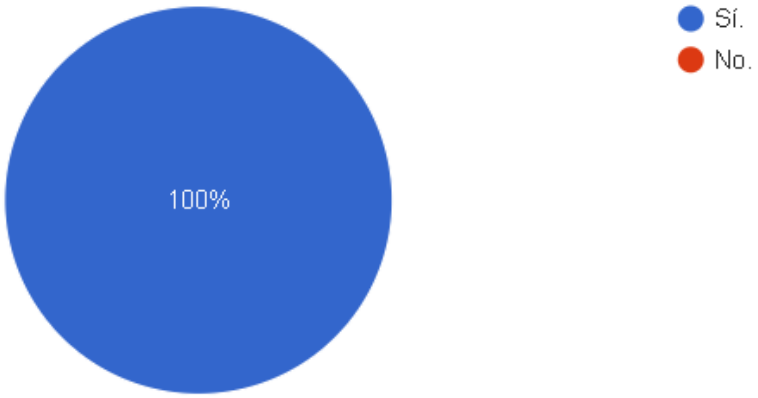
Resultados pregunta 14. ¿Cuál es el grado de aceptación del alumnado sobre los contenidos acuáticos?



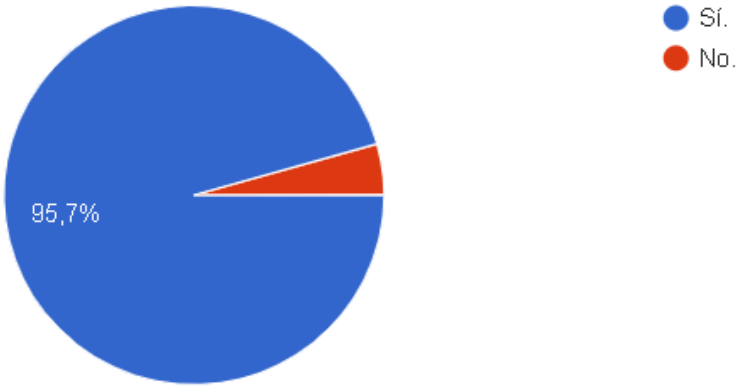
Resultados pregunta 15. ¿Qué grado de beneficio social crees que tienen estas actividades acuáticas sobre el alumnado?



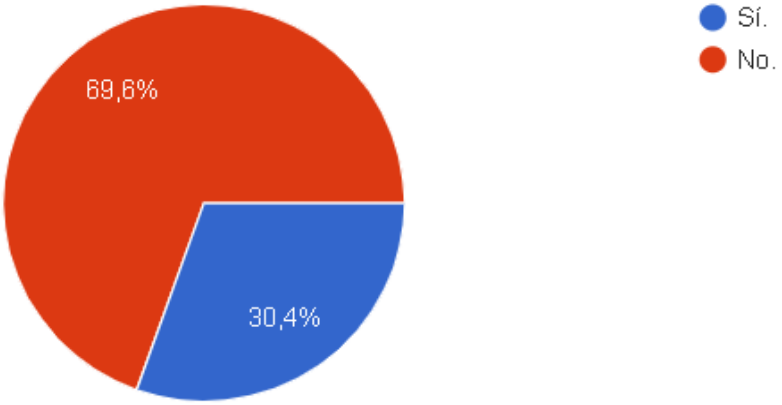
Resultados pregunta 16. ¿Qué grado de beneficios sobre la salud crees que tienen estas actividades acuáticas sobre el alumnado?



Resultados pregunta 17. ¿Consideras importante que exista una propuesta de itinerario de trabajo de las actividades acuáticas en Educación Primaria?



Resultados pregunta 18. ¿Piensas que es interesante que diferentes administraciones públicas propongan planes de natación escolar para el fomento de las actividades acuáticas?



Resultados pregunta 19. ¿Está tu centro educativo adscrito a alguno de estos planes?