



CAPÍTULO 4

Hacia una implicación activa del alumno en la adquisición de la competencia acuática

Rita Fonseca Pinto y Juan Antonio Moreno Murcia

Cómo citar este documento:

Fonseca-Pinto, R. & Moreno-Murcia, J. A. (2024). Hacia una implicación activa del alumno en la adquisición de la competencia acuática. En A. Albarracín, R. Fonseca-Pinto, y J. A. Moreno-Murcia (Eds.), *Avances científicos y prácticos en las actividades acuáticas* (pp. 27-32). Sb Editorial.

Hacia una implicación activa del alumno en la adquisición de la competencia acuática

Rita Fonseca Pinto y Juan Antonio Moreno-Murcia

IDEAS CLAVE

- En la interacción del ser humano con el medio acuático hay que tener presente a la persona, el contexto y la tarea.
- La implicación activa del niño en la adquisición de la competencia acuática se puede fomentar mediante una variedad de estrategias y técnicas pedagógicas donde él es el responsable de la acción.
- El método acuático comprensivo es una metodología en la que se implica activamente al niño en el aprendizaje.

INTRODUCCIÓN

La **competencia acuática** es una habilidad esencial que permite a las personas desenvolverse en el medio acuático con seguridad y confianza. Aprender a nadar no solo es una actividad recreativa, sino también un medio para prevenir accidentes y fomentar la salud y el bienestar físico y mental.

Sin embargo, en muchos casos, la enseñanza de la competencia acuática se ha basado en un enfoque tradicional y centrado en el instructor, donde el alumno tiene un papel pasivo en el proceso de aprendizaje. Esto puede limitar la efectividad de la enseñanza y la motivación de los alumnos para aprender.

Por lo tanto, es importante considerar un **enfoque más activo** que involucre al alumno en su propio proceso de aprendizaje. Esto implica la creación de un ambiente de aprendizaje participativo, donde los estudiantes sean capaces de tomar decisiones y de asumir un papel activo en su propio proceso de aprendizaje.

Tradicionalmente, los programas acuáticos se desarrollan en piscinas con **ambientes controlados y supervisados**, formando para espacios variados, imprevisibles y con condiciones que no se repiten. Se enseña en una especie de laboratorio para aprender a extrapolarlo a otro contexto para interactuar en el hábitat natural (mar, lago, río, etc.). Además, como seres humanos bio-psico-sociales, cada historia personal es distinta. La predisposición no es igual en todos. Cada uno es diferente con algunas similitudes, donde, ante un mismo estímulo, se buscan respuestas distintas. Por ello, si se consiguen diseñar tareas respondiendo a las necesidades de cada uno de los aprendices y estas lo implican activamente, posiblemente la información se retenga de una forma más perdurable en el tiempo y tengan una mayor capacidad para responder de forma variada a los distintos escenarios acuáticos (artificiales o naturales).

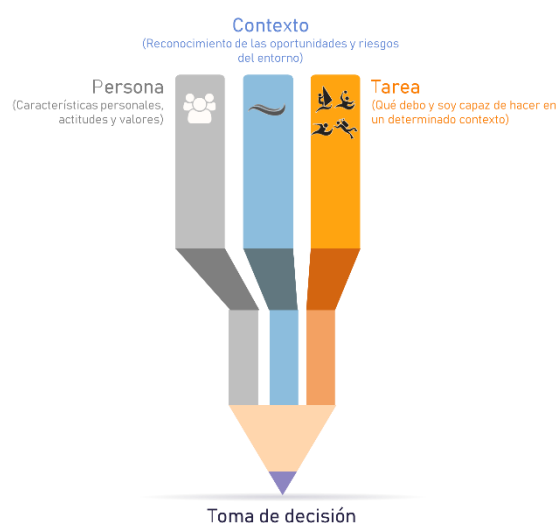
“La competencia acuática es la base que sustenta todos los tipos de interacción con el medio acuático”.

Apoyados en esta reflexión inicial, se presenta este recurso que tiene como **objetivo** ayudar a entender mejor qué sucede en esta interacción del ser humano con el medio acuático y cómo se podría conseguir implicar activamente al alumno en la adquisición de la competencia acuática.

PERSPECTIVA ECOLÓGICA EN LA EDUCACIÓN ACUÁTICA

Según la **perspectiva ecológica** de Newell (1986), cuando se produce la interacción del ser humano con el medio acuático están presentes 3 elementos esenciales (Figura 1): la **persona** con sus características personales (físicas, psicológicas, temperamentales, etc.), las características del **entorno acuático** donde se encuentra (piscina, mar, corrientes, olas, viento, etc.) y del **contexto social y la tarea** que tiene para realizar (nadar, jugar, surfear, etc.). Decidir qué hacer en cada situación, es una constante entre la información que se recibe del entorno y el sistema interno (neurocepción, reacciones cognitivas y emocionales). De esta forma, cada momento de interacción del niño con el medio acuático es específico con variables concretas.

Figura 1. Perspectiva ecológica de Newell (1986).



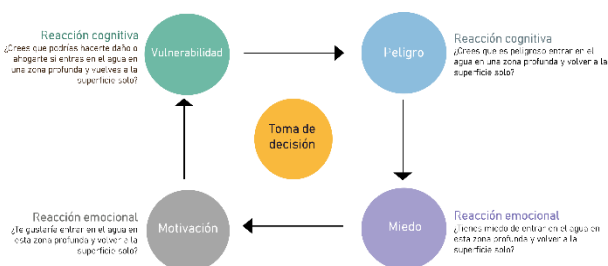
¿CÓMO TOMAR LA DECISIÓN SOBRE QUÉ Y CUÁNDO HACER EN LA ADQUISICIÓN DE LA COMPETENCIA ACUÁTICA?

Según Morrongiello y Matheis (2007), los seres humanos se basan en dos tipos de reacciones a la hora de tomar decisiones (Figura 2): las **reacciones cognitivas** (donde forman parte la vulnerabilidad, que es la creencia sobre la posibilidad de causarse daño a sí mismo y se basa en la autopercepción de competencia y el peligro, que es cómo se califica la situación que le puede causar daño) y las **reacciones emocionales** (es la motivación, esta situación despierta interés, genera excitación

o miedo; la motivación es incentivadora de la acción y el miedo es inhibitorio de la acción).

Es importante que los educadores acuáticos tengan en cuenta esta información en los **procesos pedagógicos**, pues el ser humano realiza esta gestión de un modo muy inmediato. En este sentido, solo queremos recordar, que la mayoría de los ahogamientos se producen cuando los niños están jugando en entornos acuáticos.

Figura 2. Tipo de reacciones de las personas en el momento de la toma de decisión.



Históricamente, la educación acuática ha tenido como objetivo la intención de preparar a las personas para la **interacción con el medio acuático (adaptación)** utilizando frecuentemente prácticas seguras (previsibles y rutinarias), en ambientes controlados (profundidad, temperatura, material, traje de baño, etc.), con variables planteadas por los adultos de qué, cómo y cuándo hacer, siendo el niño, en este proceso de adaptación, principalmente, un participante pasivo del aprendizaje. Estas características nos llevan a la siguiente cuestión: ¿cómo pueden las prácticas acuáticas diarias atender a la exigencia de la imprevisibilidad y a la diversidad de posibilidades?

Para poder dar una posible respuesta a esta pregunta, es necesario realizar algunos ajustes en los planteamientos pasivos de enseñanza-aprendizaje, y esto tiene que ver con que el alumno participe en la **construcción de sus saberes**, de su persona, para poder, de acuerdo con su edad y ritmo de desarrollo, ser más consciente de sus decisiones y consecuencias, eligiendo conductas más seguras para sí mismo, para los demás y para el medio ambiente. ¿Es esto posible? Desde nuestro punto de vista es posible y deseable, pero claramente, necesita de la utilización de unas metodologías y liderazgo de equipos de profesionales distintas a las que, tradicionalmente, predominan en los programas acuáticos.

UNA NUEVA CONCEPCIÓN DE COMPETENCIA ACUÁTICA

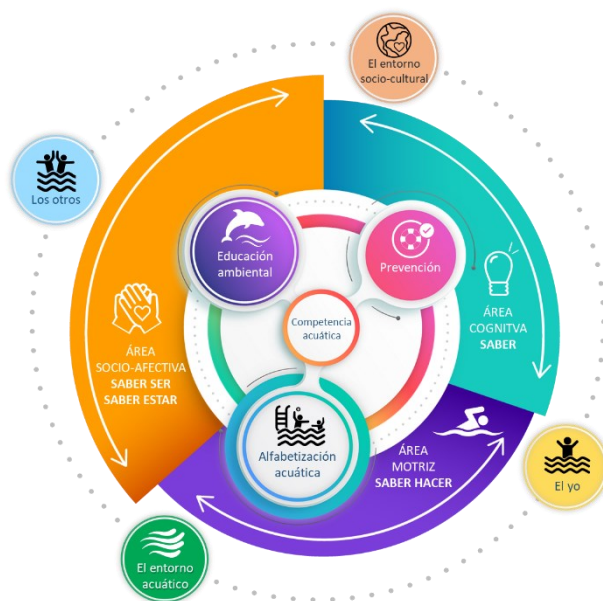
Independientemente de las características de la actividad acuática que se pretenda llevar a cabo (ocio, rendimiento deportivo, terapia, etc.), el ser humano obtiene un gran beneficio de **ser competente en el medio acuático**. O sea, dominar un conjunto de habilidades que le permita tener más conocimiento para poder decidir mejor en el medio y poder disfrutar del mismo con mayor seguridad. Es la competencia acuática la que permite hacer variar el índice de seguridad en

determinadas situaciones ya que el medio acuático es siempre peligroso.

En este sentido, Fonseca-Pinto y Moreno-Murcia (2023), plantean una nueva visión globalizadora de la competencia acuática, que entiende la misma más allá del tradicional saber nadar. En su visión de la competencia acuática incorporan 3 dimensiones principales: **alfabetización acuática, prevención y educación ambiental**, no siendo posible segmentar o aislar alguna de ellas. Todas las dimensiones forman parte las de las otras. Además, la competencia acuática presenta una triple función (Figura 3): el **saber hacer** (más relacionado con la dimensión motora), el **saber** (más relacionado con los conocimientos) y el **saber ser y saber estar** (más relacionado con las actitudes y valores).

“La competencia acuática es como una impresión digital, es personal y sufre la influencia del momento, del contexto y de la persona”.

Figura 3. Visión globalizadora de la competencia acuática (Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023).



Esta visión considera que la toma de decisión es sostenida siempre en 3 áreas: **cognitiva, motora y socio-afectiva**. Esto permite plantear 3 preguntas sencillas: ¿Qué hay que hacer? ¿Para qué hay que hacerlo? y ¿Cómo hacerlo?

Habitualmente cuando la persona ya tiene la competencia del nado indica que ya sabe nadar. Este nuevo planteamiento, debido a la diversidad que plantea, nos lleva a una importante reflexión respecto al aprender a nadar. Consideramos que es más oportuno indicar que **“esta situación puede ser nadable por mí”** que “yo se nadar”. En este modelo, el atender a las necesidades de cada uno en el proceso de aprendizaje se convierte en un elemento clave. Y debido a la toma de decisión que el aprendiz tiene que realizar, no solo por su bien sino también por el respeto a los demás y al entorno, se precisa

que, en la adquisición de la competencia acuática, se implique activamente al niño en su construcción.

IMPLICAR ACTIVAMENTE AL ALUMNO EN EL APRENDIZAJE

Implicar activamente al niño en el aprendizaje se refiere a involucrarlo de manera activa y participativa en su propio proceso de aprendizaje, de modo que este tenga un papel principal en su propia educación y desarrollo.

En lugar de ser un receptor pasivo de información, el niño se convierte en un **agente activo** que interactúa con el material de aprendizaje y participa en la construcción de su propio conocimiento. Esto implica que tenga la oportunidad de explorar, descubrir y experimentar, en lugar de simplemente memorizar información.

La implicación activa del niño en el aprendizaje se puede fomentar mediante una **variedad de estrategias y técnicas pedagógicas**, como el uso de actividades prácticas, la resolución de problemas, la discusión en grupo, la reflexión y el feedback constructivo. Además, se pueden utilizar recursos educativos interactivos, como juegos y simulaciones, que permitan al niño interactuar de manera activa con el material de aprendizaje.

En el contexto específico de la adquisición de la competencia acuática, **implicar activamente al niño en el aprendizaje** significa que este tiene la oportunidad de experimentar con el agua, practicar movimientos y técnicas de nado, recibir feedback constructivo, participar en el establecimiento de objetivos y trabajar para alcanzarlos. Todo esto, en un ambiente seguro y controlado por el educador, que fomente la confianza, la autonomía y la motivación en el proceso de aprendizaje del niño.

No existe una forma infalible de aprender, existen un conjunto de **ingredientes esenciales** para que el aprendizaje pueda ocurrir y sea significativo para el aprendiz (Martín, 2020).

A continuación, presentamos 5 acciones a tener en cuenta en las clases de educación acuática y natación para implicar activamente al alumnado.

1. Cuestionamiento. Debatir o reflexionar con los alumnos sobre qué saben sobre determinado tema. **Por ejemplo**, sobre la señalética en entornos acuáticos (se presenta un conjunto de señales y se pregunta sobre su significado reflexionando sobre qué podría pasar si no lo cumplen) o qué hacer en un escenario imaginario (¿qué hacer si te caes del tapiz flotante cerca de la orilla?).

2. Diversidad y repetición. Generar diferentes posibilidades de estímulo para un mismo objetivo. Repetir sin tener la sensación de repetición (aplicar el principio de la variación). Aprender de diferentes estrategias para solucionar un mismo desafío donde, el alumno ante distintas posibilidades, participa en la elección y realiza sugerencias. **Por ejemplo**, si se tienen que desplazar, que imaginen cómo lo podrían realizar si se sienten un poco

fatigados, si meten los ojos bajo el agua, si están en una zona poco profunda con rocas, etc.

3. Compartir ejemplos, experiencias. Generar situaciones simuladas de distintos entornos o posibles situaciones que puedan suceder. **Por ejemplo**, nadar con ropa, simular olas, cambios repentinos de profundidad, con ayuda del profesor explorar cómo salir de debajo de un tapiz flotante, enseñar a mirar debajo del tapiz cuando se quedan encima del mismo mientras juegan con otros compañeros.

4. Evaluación formativa. Llevar a cabo una medición en el medio acuático es una acción que permite conocer cómo los alumnos se encuentran en ese momento, dónde están y esto llevaría a qué es necesario atender más para poder evolucionar o simplemente seguir disfrutando del entorno físico y social. Es un momento para practicar lo aprendido, medir, errar y recibir un feedback interno y/o externo, ayudando a ser consciente del nivel personal. **Por ejemplo**, aplicar una escala de medición de las habilidades acuáticas (medida por el alumno, un compañero o el profesor) puede permitir comprobar cómo se ha evolucionado respecto a una medición anterior. O también poder llevar a cabo alguna tarea que sirva de control para medir el grado de competencia en ese momento y contexto.

5. Empoderamiento. Este punto es esencial, ayuda mucho a que los alumnos consigan adquirir la sensación de yo puedo, yo consigo, yo soy capaz tanto de hacerlo como de decir no, ser consciente de las fuerzas, vulnerabilidades y límites. Para ello, el educador debería generar más oportunidades para que sean capaces de auto-observarse desde distintas perspectivas. Por lo tanto, se tiene que estar al servicio de sus necesidades, apoyarles en sus descubrimientos e incentivar la búsqueda y curiosidad. El educador acuático tiene también aquí un papel esencial, estar disponible en el proceso, tanto en los logros como en las frustraciones, como un apoyo seguro donde pueden confiar y expresar todas las emociones. **Por ejemplo**, utilizar cuestiones similares a: ¿cómo te sientes tras esta práctica? ¿cómo te puedo ayudar? Tu miedo es bien venido, te mantiene en alerta y seguridad, estoy aquí para ayudarte, yo creo en ti, tú puedes. A tu ritmo, tú puedes.

EL PAPEL DEL EDUCADOR ACUÁTICO

Una metodología que sigue las directrices hasta aquí compartidas es el [Método Acuático Comprensivo](#) (MAC). Se basa en los mejores principios pedagógicos para que el alumno pueda aprender, al mismo tiempo que se construye como un ser social con una participación activa en el proceso.

Según el MAC, el educador acuático es un **facilitador y motivador de la práctica**, realiza preguntas siendo posible orientar y guiar para que el alumno encuentre las respuestas. Propone desafíos para que la evolución pueda ocurrir y comparte un feedback constructivo en que el alumno reflexiona y se siente más capaz.

Las prácticas educativas con estas características tienen **efectos muy positivos en los alumnos**. Se consigue una mayor motivación y se aumenta la curiosidad, hacen más preguntas, buscan las respuestas y, en la mayoría de casos, no se quedan esperando. Con esta forma de implicar al aprendiz, se pretende que ir a la clase ya no sea algo impuesto por los padres, sino que sea algo que él quiere hacer, disfrutando y generando bienestar.

Cuando el educador acuático implica activamente al alumno en su aprendizaje tiene **efectos en la creatividad**, los aprendices no esperan a que le den la respuesta sino que la buscan. Y como se siente emocionalmente involucrado, siente los beneficios y ese disfrute es reconocido por el cerebro registrando la experiencia como un aprendizaje positivo. Estos efectos perduran a lo largo de la vida, tanto a nivel personal como académico.

Implicar activamente al alumno en su aprendizaje, cumple una **visión holística**, lo reconoce como un ser humano muy especial y único. Este ser no es una copia, es un creador de su realidad, el responsable de sus conductas futuras. Para cumplir este principio, las propuestas pedagógicas del MAC son flexibles, por la diversidad de posibilidades que cada una tiene (Moreno-Murcia & Ruiz, 2019).

Cuando se implica activamente al alumno, este hace una **construcción de su aprendizaje por descubrimiento** y con participación voluntaria, dejando de ser un espectador de su vida, pasando a ser su actor principal. Es importante tener esto presente, así como valorar el feedback intrínseco, pues en muchas ocasiones, es la base para que los seres humanos toman y validan sus decisiones.

PROCESO PARA PONERLO EN PRÁCTICA

En la fase del planteamiento de la práctica existen 3 preguntas esenciales que todo educador se tendría que plantear (Figura 4): a) ¿Qué hacemos?, b) ¿Para qué lo hacemos? y c) ¿Cómo lo vamos a hacer? Contestar a estas cuestiones les orienta y apoya para conocer lo que posiblemente vaya a pasar en la práctica.

Figura 4. Preguntas esenciales del planteamiento en la práctica.



¿Qué hacemos? Según Stallman et al. (2017), existen 15 competencias acuáticas a conseguir (Figura 5). Es posible que, entre ellas, dependiendo de la especificidad y frecuencia de la situación, momentáneamente algunas puedan ser más importantes que otras. **Por ejemplo**, entre ellas, se puede elegir centrarse en la entrada y salida segura, el desplazamiento en

el agua, nado subacuático, saber pedir auxilio o incluso prestar una primera ayuda. Basadas en ellas, y después de evaluar las necesidades (contexto y personas), se elige lo que se va a hacer.

Figura 5. Competencias acuáticas (Stallman et al., 2017).



¿Para qué hacemos? Es importante ser consciente de la intencionalidad de lo que se quiere proponer. ¿Qué valor se pretende agregar a los alumnos? ¿Cuál es la utilidad? De acuerdo con una visión globalizadora de la competencia acuática, se tiene que elegir en qué dimensión se quiere centrar el aprendizaje (alfabetización motora, prevención, educación ambiental). Siendo conscientes de que no es posible enseñar sin una visión global, pues no se puede dar una sin la otra, es interesante que se focalice inicialmente en una de cada vez progresando hacia la integración de más de una. Después, definir cuál es el área a la que se le va a dar prioridad: cognitiva, motora o socio-afectiva. **Por ejemplo**, si se elige hablar sobre la temática de la señalética en espacios acuáticos, durante la presentación de la tarea, existirá un claro predominio del área cognitiva, pues la estrategia estará centrada en la interacción y cuestionamiento sobre el significado de las señales. Enseguida se debería plantear una tarea o circuito motor que ayude a la comprensión y memorización de la señalética. De esta forma se consigue dar significado al aprendizaje y conciliar lo cognitivo con lo motor y emocional.

¿Cómo lo realizaremos? En este momento es importante considerar las características de los alumnos, de qué espacio se dispone, qué material se necesita, donde se colocará el educador durante la tarea para garantizar la seguridad del grupo y de cada uno, qué criterios/objetivos se perseguirán, etc. **Por ejemplo**, la realización de un circuito motor que utilizará la señalética como elemento diferenciador: saltar/entrar en el agua (de modo libre o predefinido); desplazarse hacia un punto donde tiene que pasar por dentro de un aro (dos profundidades distintas para dar oportunidad de elección); desplazarse hacia el bordillo (es posible presentar escenarios acuáticos variados

o cambiar la posición del cuerpo); salir del agua; coger una carpeta plastificada con la señal y “pegarla” en la pared de acuerdo con las indicaciones; volver al punto de partida con alguna destreza motora terrestre sencilla (pasar por dentro de un túnel, rastrear en el tapiz, etc.).

“Cuando el alumno participa activamente en su aprendizaje, desarrolla el espíritu crítico, la responsabilidad, la creatividad, aumenta su compromiso y los efectos perduran mucho más en el tiempo”.

CONCLUSIONES

El **objetivo** de este recurso ha sido explorar cómo se puede fomentar una implicación activa del alumno en la adquisición de la competencia acuática, mediante el uso de estrategias y recursos pedagógicos que fomenten la autonomía y la motivación en el aprendizaje de esta habilidad fundamental. La **visión globalizadora de la competencia acuática** busca contribuir el desarrollo de la alfabetización motora a través de la alfabetización acuática, para la prevención del ahogamiento como una consecuencia natural del aprendizaje donde la toma de decisión tiene un papel importante y para la educación ambiental por la relación emocional que se pretende desarrollar con el medio acuático y los distintos tipos de contexto, fauna y flora. Somos conscientes de la complejidad de la propuesta, pero también de los beneficios potenciales.

Dar oportunidad al alumno de elegir entre dos posibilidades de profundidad, cómo desplazarse, ajustar el desplazamiento a un

escenario imaginario o simulado, complementar la propuesta acuática con un circuito motor fuera de agua, realizar tareas en parejas o pequeños grupos, es una forma excelente de recrear posibilidades y micro-comunidades para que cada uno se desarrolle y contribuya al desarrollo del otro. En las clases donde se busca **implicar cognitivamente al alumno**, él es reconocido como el actor principal del proceso de aprendizaje y el educador actúa como un guía, con un papel esencial en la formación del ser humano y su auto-imagen. Este papel de guía es de enorme responsabilidad, sobre todo, cuidar de lo que se hace y cómo se hace. Es fundamental que el educador acuático sea consciente de la reflexión aquí presentada para un mejor futuro de las actividades acuáticas.

REFERENCIAS

- Fonseca-Pinto, R. & Moreno-Murcia, J. A. (2023). Towards a globalised vision of aquatic competence. *International Journal of Aquatic Research and Education* (en prensa).
- Moreno-Murcia, J. A., & Ruiz, L. M. (2019). *Cómo lograr la competencia acuática*. Sb Editorial.
- Morrongiello, B. A., & Matheis, S. (2007). Understanding Children's Injury-risk Behaviors: The Independent Contributions of Cognitions and Emotions. *Journal of Pediatric Psychology*, 32(8), 926-937
- Ruiz Martín, H. (2020). *¿Cómo aprendemos? Una aproximación científica al aprendizaje y la enseñanza*. Editorial Grao
- Stallman, R. K., Moran, K., Quan, L., & Langendorfer, S. (2017). From Swimming Skill to Water Competence: Towards a More Inclusive Drowning Prevention Future. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 10(2), Article 3.