

# Capítulo 2

## METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA MÁS UTILIZADAS POR LOS EDUCADORES ACUÁTICOS

RITA FONSECA PINTO Y JUAN ANTONIO MORENO MURCIA

**Cómo citar esta publicación:**  
Fonseca-Pinto, R., & Moreno-Murcia, J. A. (2025). Metodologías de enseñanza más utilizadas por los educadores acuáticos. En R. Fonseca-Pinto, A. Albarracín Pérez, A. Ortiz Olivar, F. Yázigí, & J. A. Moreno-Murcia (Eds.), *Nuevos horizontes en las actividades acuáticas. Ciencia, innovación y práctica* (pp. 19-28). Sb editorial.



# METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA MÁS UTILIZADAS POR LOS EDUCADORES ACUÁTICOS

RITA FONSECA PINTO Y JUAN ANTONIO MORENO MURCIA

## IDEAS PRINCIPALES

- Las metodologías cognitivistas son las más utilizadas por los profesionales acuáticos, seguidas por las conductistas y constructivistas.
- Los profesionales de México son los que se perciben con mayor autoeficacia, y también son los que mayormente emplean las metodologías cognitivistas.
- Algunas de las principales características para generar un entorno favorable al aprendizaje son el juego, la exploración y tiempo, vinculación, presencia e imitación, socialización y diversidad.

## INTRODUCCIÓN

El contenido de las clases de educación acuática (entre las que se encuentra la natación) permite la alfabetización en este ámbito y forma parte de un concepto más amplio conocido como competencia acuática. Para la población en edad escolar, este tipo de contenido puede contribuir a la reducción de la inactividad física y es crucial para la prevención de ahogamientos. Sin embargo, no basta con el contenido que se ofrece a los alumnos, es importante considerar cómo se transmite, teniendo en cuenta los beneficios tanto para el profesor como para el alumno.

En este recurso, nos enfocaremos en el profesor, considerándolo un elemento determinante en el proceso de enseñanza y sus efectos en el aprendizaje. La percepción de autoeficacia es un referente de cuán capaces nos sentimos, de nuestra autoimagen, autoconcepto y noción de competencia personal. Esto influye directamente en los pensamientos, conductas y emociones del profesional, y en

consecuencia, en los aprendizajes de los alumnos. Afecta no solo su rendimiento, sino también las conductas y la motivación en la clase (Poulou et al., 2019; Delinger et al., 2008).

“ Los profesores representan alrededor del 30% de la variabilidad en los logros del aprendizaje. Lo que los profesores saben, hacen y les importa es sumamente poderoso en la ecuación del aprendizaje (Hattie, 2023). ”

Estos datos han dado origen a la pregunta: ¿cuál es la percepción de autoeficacia de los educadores acuáticos? Con este recurso, buscamos responder a esta y otras preguntas tales como: ¿qué hacer?, ¿para qué hacerlo? y, más concretamente, ¿cómo hacerlo? Estas preguntas pretenden ayudar a los profesionales a elegir prácticas que puedan contribuir a una percepción de autoeficacia más elevada. En este sentido, el contenido de este recurso, va a estar centrado en el "cómo", destacando las metodologías de enseñanza y la percepción de autoeficacia del educador acuático.

## IMPORTANCIA DE LA INTENCIONALIDAD EN LA ENSEÑANZA

Aprender a nadar, desde una perspectiva multidimensional, es una necesidad social debido a su impacto en el desarrollo integral, su efecto preventivo y reactivo frente al ahogamiento, y su capacidad de facilitar la conexión e interacción con diversos entornos acuáticos (Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023a). No basta con saber nadar, es fundamental conocer los entornos acuáticos, interpretar sus señales y ajustar el comportamiento según las exigencias del contexto y de la tarea. No es algo que se pueda dejar al azar. Es responsabilidad del educador acuático planificar y proporcionar una práctica con sentido pedagógico, social y humano, ajustada a las necesidades de los aprendices (características, ritmos, intereses, etc.). En este

sentido, al plantear la práctica, el profesional debe ser capaz de responder a las siguientes preguntas: ¿qué hacer?, ¿para qué hacer?, y ¿cómo hacer?



**¿Qué hacer?** Esta pregunta está directamente relacionada con el contenido de nuestra misión: fomentar un aprendizaje que permita a cada persona decidir si un entorno acuático es adecuado para él. En este recurso es adoptada una visión multidimensional de la competencia acuática (Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023b), que sostiene que, aunque el ser humano no nace con la capacidad instintiva de nadar, tiene la habilidad de aprender y adaptarse,

desarrollando conductas que le permitan disfrutar del medio acuático (Moreno-Murcia, 2021). Para ello, es importante considerar tres dimensiones de contenido: la alfabetización acuática, la prevención del ahogamiento y la educación ambiental, enmarcadas en tres áreas de conocimiento: saber hacer, saber y saber ser/estar (Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023a).

**¿Para qué hacer?** Esta pregunta está relacionada con el propósito de nuestras acciones y su utilidad. Nuestro objetivo es promover una relación positiva y competente con el medio acuático, con un fuerte impacto social que fomente hábitos de vida saludables, prevenga el ahogamiento y, sobre todo, contribuya a la formación y desarrollo humano en interacción con el medio acuático a lo largo de la vida (Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023b).

**¿Cómo hacer?** Aquí se incluyen las metodologías de enseñanza, los procedimientos, los materiales y las estrategias didácticas, que deberían ser consideradas y aplicados al planificar las sesiones.

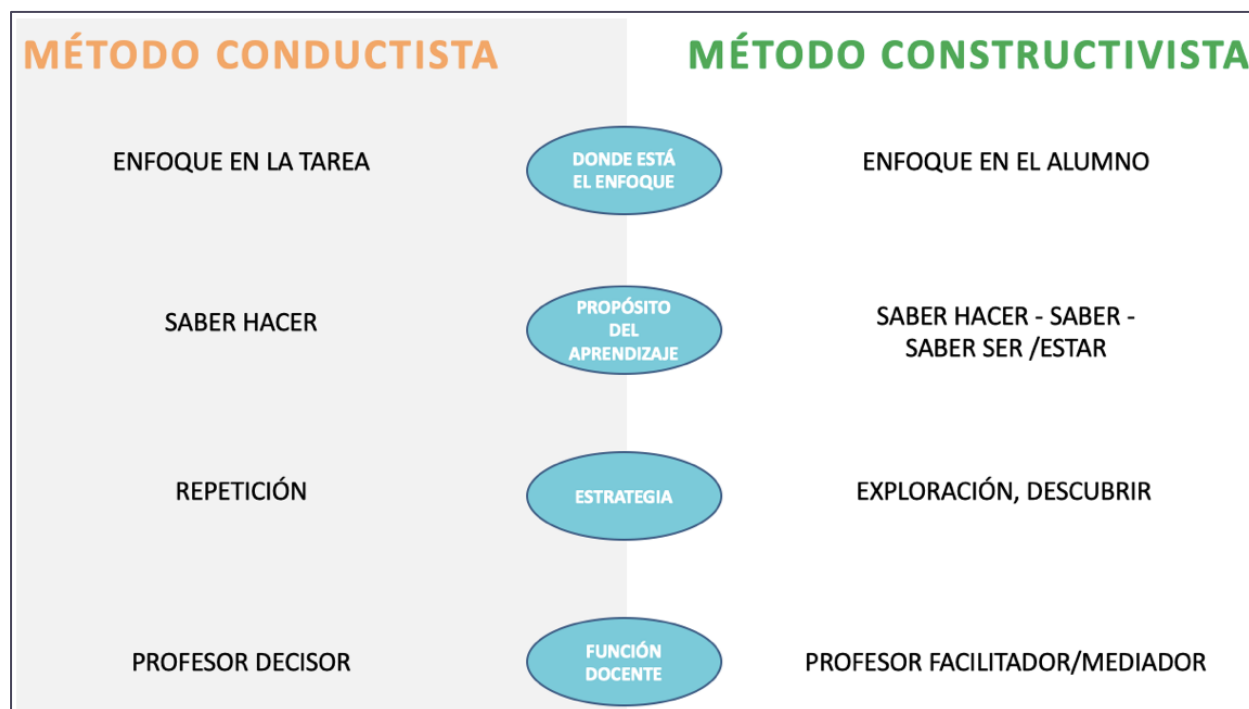
## **METODOLOGIAS DE ENSEÑANZA CONDUCTISTAS vs CONSTRUCTIVISTAS**

Desde hace muchos años, se sigue como referencia el espectro de los estilos de enseñanza de Muska Mosston. Este espectro ofrece una variedad de opciones entre metodologías y estrategias que los profesores pueden implementar de acuerdo con el momento de aprendizaje, el contenido, las características de los alumnos, etc. Estas opciones pueden variar entre apoyar la autonomía del alumno o ejercer un mayor control (Mosston & Ashworth, 2002). Las decisiones del profesor sobre qué y cómo enseñar influyen de manera determinante en el proceso de aprendizaje del alumno, y determinan si este aprenderá con éxito o no (Shahzad & Naureen, 2017; Woolfolk, 1998).

En el ámbito deportivo, la evidencia indica que la metodología utilizada en la etapa de enseñanza influye no solo en el aprendizaje técnico, táctico o físico, sino también en las dimensiones psicológica y social del practicante (Emmanouel et al., 1992). Específicamente en la enseñanza de las habilidades acuáticas, las características de la intervención del profesor afectan tanto el desarrollo motor como los niveles de motivación intrínseca, los cuales determinan si el alumno continuará o abandonará la práctica.

En este recurso, hemos decidido presentar dos tipos de metodologías que se encuentran en puntos casi extremos del espectro: la metodología conductista y la constructivista. En la figura 1, podemos observar de manera generalizada las diferencias entre estas metodologías.

Figura 1. Comparación entre las características de la metodología conductista y la metodología constructivista.



## QUÉ INDICA LA CIENCIA SOBRE LAS METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA Y LA PERCEPCIÓN DE AUTOEFICACIA DOCENTE EN LA EDUCACIÓN ACUÁTICA

Dado que las metodologías de enseñanza son fundamentales tanto para el aprendizaje como para la percepción de autoeficacia docente, en este apartado presentamos los datos existentes sobre el educador acuático.

Los datos que aquí presentados fueron obtenidos en la investigación para la tesis doctoral de la profesora Rita Fonseca-Pinto, bajo la supervisión del profesor Doctor Juan Antonio Moreno Murcia en la Universidad Miguel Hernández de Elche. Esta investigación se basó en un cuestionario online de respuesta voluntaria y anónima a nivel iberoamericano, enfocado en esta temática.

Se utilizaron los siguientes instrumentos de medida:

- Para evaluar el MAC (Metodologías de Enseñanza Acuática), se empleó la escala validada desarrollada por Castañón-Rubio et al. (2022).
- Para analizar las metodologías de enseñanza más utilizadas, se adaptó la escala "Teaching-Learning Methods Scale in Physical Education" desarrollada por Leo et al. (2020).
- Para identificar la percepción de autoeficacia docente, se utilizó la versión española de la escala "Teachers' Sense of Efficacy Scale" desarrollada por Tschannen-Moran y Woolfolk (2001).

La muestra está compuesta por 558 educadores acuáticos adultos (mayores de 18 años), distribuidos de la siguiente manera (Figura 2).

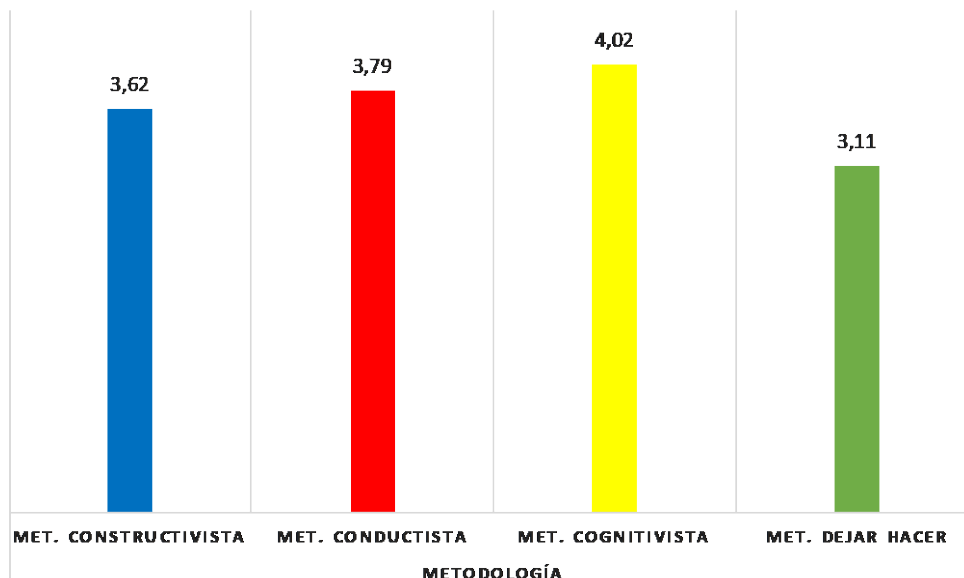
Figura 2. Distribución de la muestra por los países iberoamericanos.



### ¿Cuáles es la metodología de enseñanza más utilizada por los educadores acuáticos?

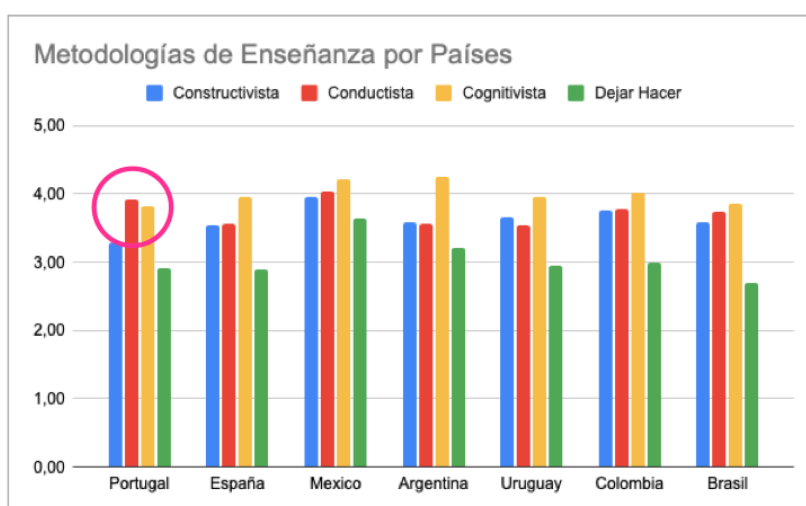
Hay una representación en todos los tipos de metodologías, lo que indica que existen profesionales que emplean una variedad de enfoques. Sin embargo, resaltan las metodologías cognitivistas como las más utilizadas por los profesionales acuáticos, seguidas por las conductistas y constructivistas (Figura 3).

Figura 3. Metodologías de enseñanza más utilizada por los educadores acuáticos.



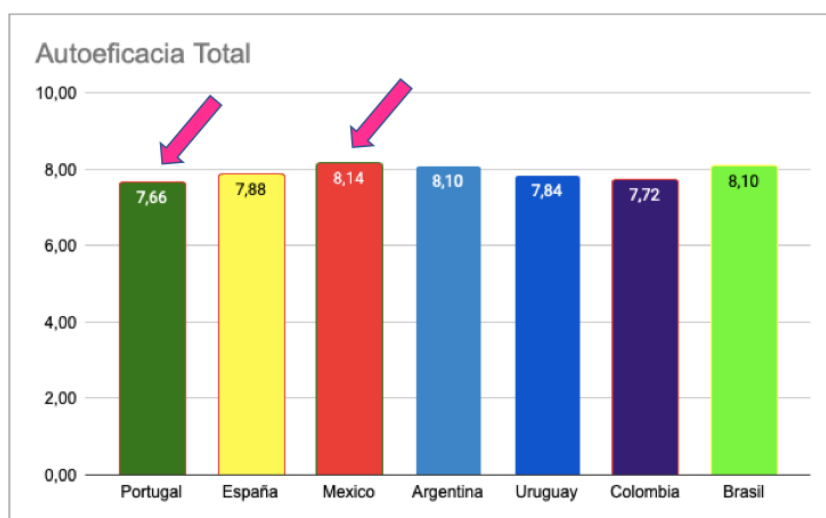
Además de estos datos, ha sido posible comparar cuáles son las metodologías más utilizadas por país. En general, se observa un predominio de las metodologías cognitivistas, siendo Portugal la excepción, donde es más común la metodología conductista (Figura 4).

Figura 4. Las metodologías más utilizadas por país.



El siguiente paso fue determinar en qué país los profesionales se perciben más autoeficaces. Los datos mostraron que son los profesionales de México los que se perciben con mayor autoeficacia, y también son los que mayormente emplean las metodologías cognitivistas. Por otro lado, en Portugal se observó que los profesionales se perciben menos autoeficaces y que predominan las metodologías conductistas (Figura 5).

Figura 5. La percepción de auto-eficacia por país.



La ciencia indica que las personas con un alto sentido de autoeficacia tienden a visualizarse en situaciones de éxito, lo que se traduce en un impulso positivo para su rendimiento (Schwarzer et al., 2000). Además, estas personas suelen tener más confianza en sí mismas y muestran una mayor proactividad en la resolución de tareas (Peng & Mao, 2015). Por el contrario, aquellos con un bajo sentido de autoeficacia son más propensos a experimentar depresión, ansiedad (Bandura, 1997) y a enfrentar dificultades relacionadas con la disciplina y el comportamiento estudiantil (Ortan et al., 2021). Según los datos, es posible asociar la percepción de autoeficacia docente con las metodologías de enseñanza. Sin embargo, un análisis más detallado revela una discrepancia entre lo sugerido por la ciencia, donde las metodologías constructivistas

se consideran más beneficiosas tanto para docentes como para alumnos, y la práctica observada en la educación acuática, donde predominan las metodologías conductistas y cognitivistas.

¿Por qué ocurre esto? Anticipamos tres posibilidades:

- El modelo de formación profesional, que sigue centrado en el aprendizaje de los patrones de nado formales.
- La falta de estudios específicos sobre el medio acuático.
- Un enfoque en la supervivencia que promueve un tipo de aprendizaje basado en estímulo-respuesta.



“ Para mantener la motivación por aprender, es fundamental que cada persona se sienta competente, autónomo y conectado con los demás. Durante la primera infancia, la búsqueda principal es la sensación de amor y seguridad. ”

## CARACTERÍSTICAS DEL ENTORNO FAVORABLES PARA EL APRENDIZAJE

Llegamos al momento de abordar la pregunta sobre cómo podemos crear un entorno de aprendizaje saludable centrado en el alumno durante las primeras etapas de desarrollo. Primero y principal, es determinante mantener una mente abierta y estar dispuesto a ser flexible en cada momento, optando por una metodología centrada en el alumno. En este sentido, destacamos el [MAC \(Método Acuático Comprensivo\)](#), una metodología validada científicamente y respaldada por el enfoque constructivista, que aporta valor en la construcción de conocimientos, la percepción de autoeficacia y los niveles motivacionales del practicante. Entre algunas de las principales características para generar un entorno favorable al aprendizaje destacamos las siguientes: juego, exploración y tiempo, vinculación, presencia e imitación, socialización y diversidad.

**El juego.** Es una herramienta poderosa que permite explorar, plantear problemas y despertar sensaciones. Puede ser integrado en la sesión a través de circuitos motores que ofrecen oportunidades de estímulo, espacios organizados por estaciones dirigidas a diferentes habilidades o comportamientos, y momentos de exploración libre para comprender las motivaciones y perfiles de los alumnos. Es fundamental crear entornos que despierten la curiosidad y utilizar la perspectiva del niño para adaptar las actividades a su etapa de desarrollo, respetando cómo perciben el entorno. Ejemplos: Utilización del agua y el entorno cercano para promover



actividades como entrar y salir del agua, pasar por túneles, manipular materiales con texturas variadas, equilibrarse en superficies estables e inestables, y explorar diferentes profundidades.



**Exploración y tiempo.** Es importante permitir que los niños exploren con supervisión y presencia adulta. También es beneficioso ofrecerles tiempo para observar a otros niños, lo que puede facilitarse mediante grupos heterogéneos que representen la diversidad de la sociedad. Cada niño es único y no se trata de compararlos, sino de adaptar las actividades

a sus intereses y necesidades individuales.

**Vinculación, presencia e imitación.** La presencia de un adulto de referencia en el programa acuático es fundamental para generar seguridad y facilitar la exploración y la imitación. La vinculación afectiva y la confianza que se establece permiten que los niños se sientan validados y seguros para experimentar diversas emociones mientras aprenden.



**Socialización.** Es importante crear momentos de proximidad y socialización entre niños y adultos durante las clases. Estos momentos fomentan la construcción de comunidades donde las familias se conectan a través del agua, promoviendo así el aprendizaje y la diversión en conjunto. Ejemplos: Canciones, círculos de conversación, momentos de convivencia, materiales que fomenten el compartir y juegos cooperativos.



**Diversidad.** La diversidad de experiencias es esencial para sensibilizar sobre las necesidades y especificidades de cada entorno acuático, así como para valorar la importancia de la naturaleza. Se sugiere la realización de actividades en diferentes entornos acuáticos o la incorporación de elementos que representen la diversidad en las sesiones de piscina.

“ Es fundamental recordar que el objetivo principal de estas prácticas es crear momentos memorables que perduren en el tiempo y que estos pasos iniciales son solo el comienzo de un viaje de aprendizaje significativo. ”

## CONCLUSIONES

Nuestras acciones tienen un impacto significativo en la infancia de cada uno de nuestros alumnos y sus familias. Por esta razón, es importante prestar atención a la calidad de nuestra intervención, ya que esta perdura en el tiempo, influye en la relación con el medio acuático y puede afectar positiva o negativamente el nivel de seguridad personal en entornos acuáticos.

La percepción de autoeficacia es un punto de referencia fundamental, y las metodologías que empleamos con mayor frecuencia influyen en nuestra motivación y percepción. Cada uno de nosotros tiene un impacto en la vida de niños y familias, lo que subraya la importancia social vital de cuidar lo que hacemos con excelencia.



## REFERENCIAS

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of Control*. New York: Freeman.
- Castañón-Rubio, I., De Paula, L., & Moreno-Murcia, J. A. (2022). Desarrollo y pruebas psicométricas de una escala estandarizada de autoinforme para evaluar el método acuático comprensivo en educadores acuáticos. *RIAA. Revista de Investigación en Actividades Acuáticas*, 6(12), 68-77. <https://doi.org/10.21134/riaa.v6i12.1970>
- Dellinger, A. B., Bobbett, J. J., Olivier, D. F., & Ellett, C. D. (2008). Measuring teachers' self- efficacy beliefs: Development and use of the TEBS-Self. *Teaching & Teacher Education*, 24(3), 751-766. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tate.2007.02.010>
- Emmanouel, C., Zervas, Y., & Vagenas, G. (1992). Effects of four physical education teaching methods on development of motor skill, self-concept, and social attitudes of fifth-grade children. *Perceptual and Motor Skills*, 74, 1151–1167. <https://doi.org/10.2466/pms.1992.74.3c.1151>
- Fonseca-Pinto, R. & Moreno-Murcia, J. A. (2023a). Towards a Globalised Vision of Aquatic Competence. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 14(1), Article 11. Available at: <https://scholarworks.bgsu.edu/ijare/vol14/iss1/11>
- Fonseca-Pinto, R. & Moreno-Murcia, J. A. (2023b). Hacia una implicación activa del alumno en la adquisición de la competencia acuática. *AIDEA*. <http://asociacionaidea.com/recursos/recursos-pedagogicos>
- Hattie, J. A. C. (2003). *Teachers make a difference: What is the research evidence?* Paper presented at the Building Teacher Quality: What does the research tell us ACER Research Conference, Melbourne, Australia
- Leo, F., López-Gajardo, M., Gómez-Holgado, J., Ponce-Bordón, J., & Pulido, J. (2020). Metodologías de enseñanza-aprendizaje y su relación con la motivación e implicación del alumnado en las clases de Educación Física [Teaching-learning methodologies and its relation with students' motivation and engagement in Physical Education lessons]. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(46), 495-506. <https://doi.org/10.12800/ccd.v15i46.1600>
- Moreno-Murcia, J. A. (2021). *Fundamentos y principios para una educación acuática*. Universidad Miguel Hernández.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2002). *Teaching physical education* (5th ed.). Boston: Benjamin Cummings.
- Ortan, F., Simut, C., & Simut, R. (2021). Self-Efficacy, Job Satisfaction and Teacher Well-Being in the K-12 Educational System. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 1-32. <https://doi.org/10.3390/ijerph182312763>
- Peng, Y. & Mao, C. (2015). The Impact of Person–Job Fit on Job Satisfaction: The Mediator Role of Self Efficacy. *Social Indicators Research*, 121(3), 805–813. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-014-0659-x>
- Poulou, M., Reddy, L. A., & Dudek, C. M. (2019). Relation of teacher self-efficacy and classroom practices: A preliminary investigation. *School Psychology International*, 40(1), 25-48. <https://doi.org/10.1177/0143034318798045>
- Shahzad, K., & Naureen, S. (2017). Impact of Teacher Self-Efficacy on Secondary School Stufents Academic Achivement. *Journal of Education and Educational Development*, 4(1), 48-72.
- Schwarzer, R., Schmitz, G., & Tang, C. (2000). Teacher burnout in Hong Kong and Germany: A cross-cultural validation of the maslach burnout inventory. *Anxiety, Stress & Coping*, 13(3), 309-326. <https://doi.org/10.1080/10615800008549268>
- Tschannen-Moran, M., & Woolfolk Hoy, A. (2001). Teacher efficacy: capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17, 783-805.

