

EDUCAR A TRAVÉS DEL DEPORTE.
EL JUEGO UN PLANTEAMIENTO EDUCATIVO.

Fabio Bovi

Doctor en Ciencias Motoras por la Univesidad “Carlo Bo” de Urbino – Italia, responsable local de la F.I.N. (Federación Italiana de Natación) sección Salvamento. Ganador del 2º premio en el Concurso Literario Nacional organizado por el C.O.N.I. (Comité olimpico Naci6nal Italiano con la publicaci6n: **Un tuffo nella pluralit6**, “L’educazione acquatica come processo di formazione consapevole della personalit6 del fanciullo”, Edit. SSS, Roma.

INTRODUCCIÓN

Encontrándonos en el Año Europeo de la educación a través del deporte, hemos realizado este **estudio que se centra en la importancia de la metodologías de enseñanza utilizadas en el deporte infantil y su implicación educativa, por ello esta comunicación irá dirigida a tratar de dilucidar con qué métodos a nivel general se trabaja en muchos deportes y qué influencia tiene en el sujeto a todos los niveles y especialmente a nivel educativo.** Concretamente hablaré del campo natatorio ya que es en este donde se ha desarrollado el estudio en cuestión, realizando comparaciones y contrastando el trabajo entre España e Italia.

La natación como todos sabemos es uno de los deportes más holísticos y recomendados por lo que resulta muy interesante su estudio en el tema que nos ocupa.

OBJETIVOS

La educación a través del deporte no es sólo posible sino recomendable y los beneficios de su mantenimiento a lo largo de la vida son innegables. Pero la cuestión es:

¿Todo tipo de metodología en el deporte es motivante? ¿Todo tipo de metodología influyen de igual manera en el desarrollo psicomotor? ¿Existe un planteamiento más educativo que otro? ¿Qué relación guardan con el abandono precoz de la actividad? Nuestro objetivo es prestar atención a cada uno de estos aspectos puesto que son de especial relevancia en la educación integral del individuo, en la educación a través del deporte. Esto no quiere decir que haya formas de instruir en la actividad física que no tengan beneficios pero sí debemos tener en cuenta que entre unas estrategias u otras pueden existir y existen diferencias considerables.

Vamos a tratar de responder a estas preguntas progresivamente analizándolas desde el ámbito concreto de la natación.

Se pueden distinguir **dos tipos de aprendizaje**: el primero fundamentalmente pasivo, que como decimos es un método rígido en cuanto a concepción, objetivos y desarrollo, en el cual el niño realiza el ejercicio que se le indica sin saber por qué se hace así y no de otra manera. Un método que no tiene en cuenta los significados personales, en el que se transmiten conocimientos o capacidades a través de una guía más o menos estandarizada y donde el alumno como su propio nombre indica es un sujeto que aprende pasivamente.

Por el otro lado encontramos el aprendizaje significativo, que supone un método participativo, flexible y contextualizado donde el alumno influye en las propias experiencias desarrolladas. Es decir es un método que trabaja el aprendizaje autónomo, basado en la experiencia y que trabaja sobre los intereses del sujeto que aprende.

Objetivo de esta investigación es el de identificar las diferencias a nivel de desarrollo psicomotor y de aspectos motivacionales que se dan entre el método lúdico y el método anárquico y sistemático que hemos descrito. Conectando con este estudio describiremos seguidamente otra investigación que trata de analizar y dar luz a las posibles causas del abandono de la actividad física, denominada DROP –OUT.

METODO Y MATERIALES

· Muestra:

La muestra se compone de 24 sujetos con edades comprendidas entre 5-7 años (figuras 1 y 2).

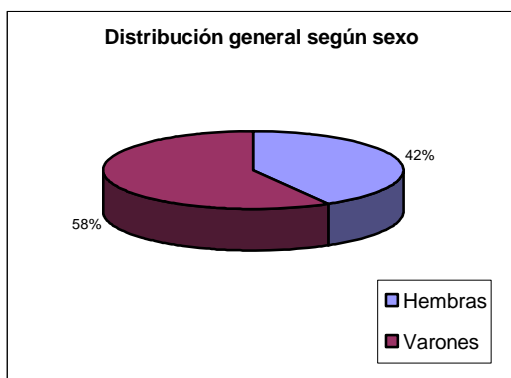


Figura 1

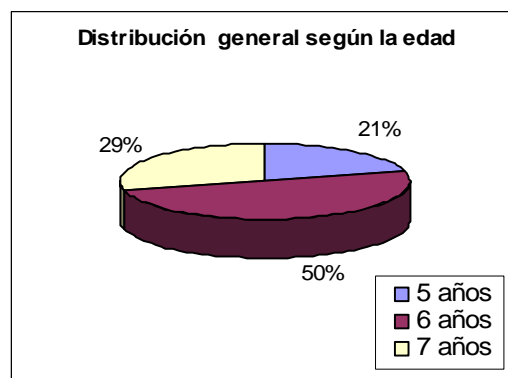


Figura 2

Se establecieron 4 grupos heterogéneos, 2 grupos de 5-6 años y 2 de 6-7 años.

Su distribución fue la siguiente (figuras 3 y 4):

- Grupo I° (3 varones y 3 hembras) 6-7 años
- Grupo II° (4 varones y 2 hembras) 5-6 años
- Grupo III° (4 varones y 2 hembras) 6-7 años
- Grupo IV° (3 varones y 3 hembras) 5-6 años

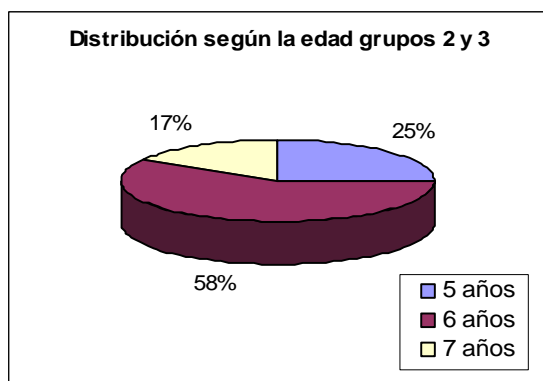


Figura 3

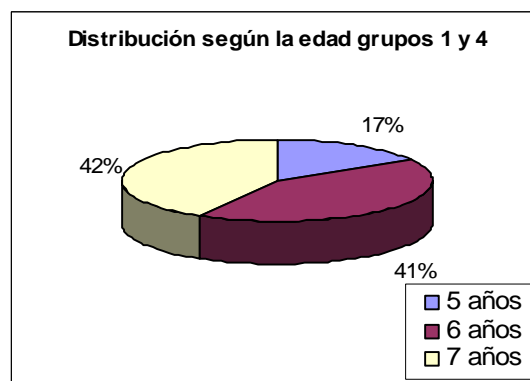


Figura 4

• **Temporalización:**

El trabajo se llevó a cabo durante 24 semanas, cada grupo asistió a clase 2 veces por semana, la duración de cada sesión fue de una hora. Los Grupo I y II asistieron los lunes y los jueves, los Grupos III y IV los martes y viernes.

• **Metodología:**

Se realizó cada día un trabajo diferenciado puesto que asistían 2 grupos, tal y como se especifica en el apartado anterior. Concretamente el grupo I trabajó con el método clásico (M.C.) y el grupo II con el significativo o jugado (M.J). El grupo III trabajó con el mismo método que el grupo II pero en diferentes días y a su vez el grupo IV lo hizo con el método del grupo I.

De esta forma se realizó una labor similar con más de un grupo, lo que nos permitió obtener mayor fiabilidad. Los grupos que asistieron el mismo día lo hicieron en diferente horario para poder ser evaluados correctamente el día oportuno y para evitar interferencias entre los grupos que posiblemente tendrían preferencias hacia las formas jugadas.

Las sesiones fueron desarrolladas por cuatro monitores especializados e instruidos previamente. Todo el trabajo se desarrolló en piscina donde el niño hacía pie, para conseguirlo se usaron bases sumergibles en parte de ella.

Las clases que se desarrollaron con el método clásico, antes de finalizar, se dedicaron unos minutos al juego, con lo que se pretendía evitar sesiones demasiado aburridas que pudieran provocar el abandono de la actividad.

El valor asignado como máximo en la evaluación de los aspectos psicomotrices (5) se entiende como el nivel de desarrollo máximo alcanzable para niños de estas edades, lo que correspondería a un ejercicio realizado de forma suelta y completa. La evaluación fue realizada por una quinta persona, independiente a los

monitores para evitar posibles interferencias de afectividad y criterios diferentes. El monitor se encargaba sin embargo del control de la asistencia y el registro de la motivación. Para asegurar la asistencia deseada se realizaron charlas mensuales con los padres, previniendo abandonos, ya que especialmente en los dos últimos meses los niños del *método clásico* comenzaban a mostrarse un poco reticentes.

• **Materiales:**

Se utilizó material convencional, entre otros: tablas, manguitos, burbujas, aros, pelotas, pull boy, colchonetas, toboganes, donuts, piedras y bolas de colores, cubitos y regaderas, churros, etc.

• **Evaluación:**

Se elaboraron planillas individuales, que registraban los siguientes aspectos:

- .- Asistencia
- .- Motivación
- .- Miedo al agua
- .- Percepción visual
- .- Percepción táctil
- .- Percepción cinestésica
- .- Equilibrio estático
- .- Equilibrio dinámico
- .- Orientación
- .- Coordinación óculo–manual y óculo–pédica
- .- Organización espacio–temporal
- .- Relajación y respiración

Estos valores fueron evaluados en una escala del 1 al 5, entendiéndose el 1 como aspecto no adquirido, el 2 nivel elemental, el 3 nivel de suficiencia, el 4 nivel

óptimo y el 5 nivel elevado. La evaluación (exceptuando la asistencia y la motivación) fue efectuada en los siguientes momentos:

Al inicio, tras 2 semanas de trabajo, a las cuatro semanas, a las 12 semanas, a las 18 y finalmente a las 24 semanas en un total de 54 clases.

La asistencia (sí/no) la motivación y el miedo al agua (con escala de 0 a 2) fueron evaluados en cada clase por el monitor. El 0 corresponde con ninguna motivación/ningún miedo, el 1 con motivación suficiente/ ligero temor y el 2 con alta motivación/miedo.

La evaluación podía haber sido mucho más exhaustiva, pero sólo se prestó atención a los elementos señalados para confirmar nuestra idea de cambio.

Junto a esta investigación se realizó otro estudio con una muestra de 1450 personas de edad incluida entre los 6 y los 30 años a las cuales se le preguntaron las razones del abandono de la práctica deportiva. Como hemos defendido anteriormente, las actividades en las que el sujeto tiene un papel pasivo afectan directamente a la motivación de este por la actividad y promueve o ayuda a que se produzca lo que se conoce como drop out o abandono precoz de la actividad.

RESULTADOS

Como se observa en rasgos generales se puede ver que tanto el método clásico o sistemático como el método jugado obtuvieron buenos resultados y un desarrollo considerable de los aspectos estudiados. Sin embargo como se observa podemos deducir que el método jugado permitió alcanzar mayores rendimientos de manera general. (Fig. 5)

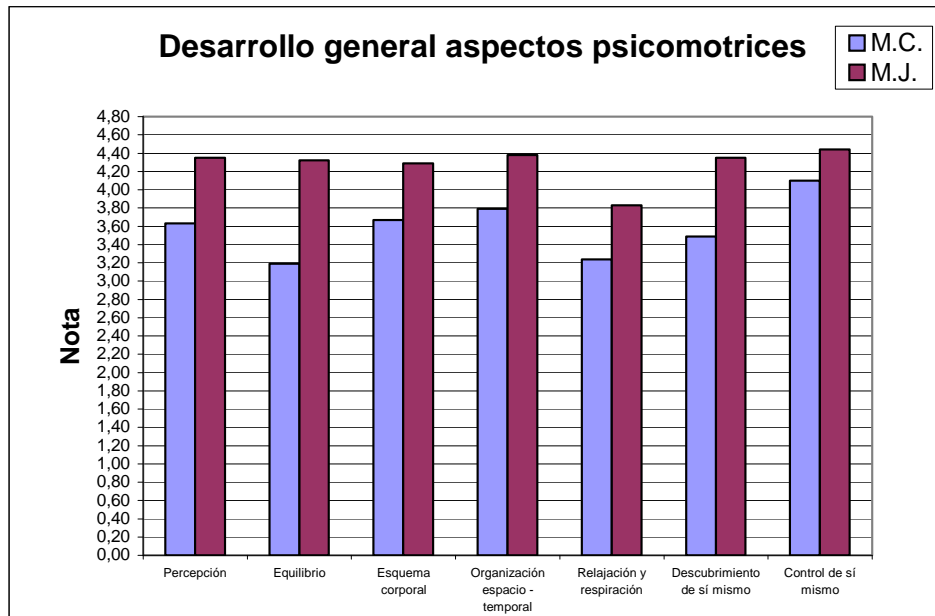


Fig. 5

Observándolo más detalladamente en la siguiente gráfica podemos encontrar las diferencias que se establecen según el rango de edad. Observen este primer gráfico que nos ofrece los datos relativos al método jugado, y como en este segundo gráfico del método clásico la curva de desarrollo u evolución general se hace más acusada resultado del mayor porcentaje de evolución que es similar en los diferentes rangos de edad, observando incluso que los puntos de partida fueron algo inferiores en estos sujetos. (Fig. 6 y 7)

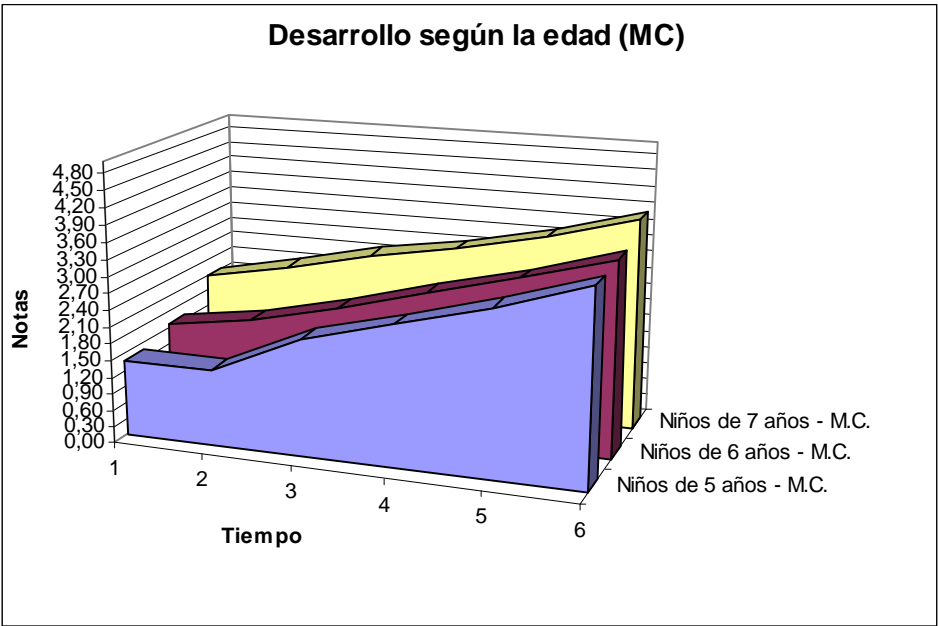


Fig. 6

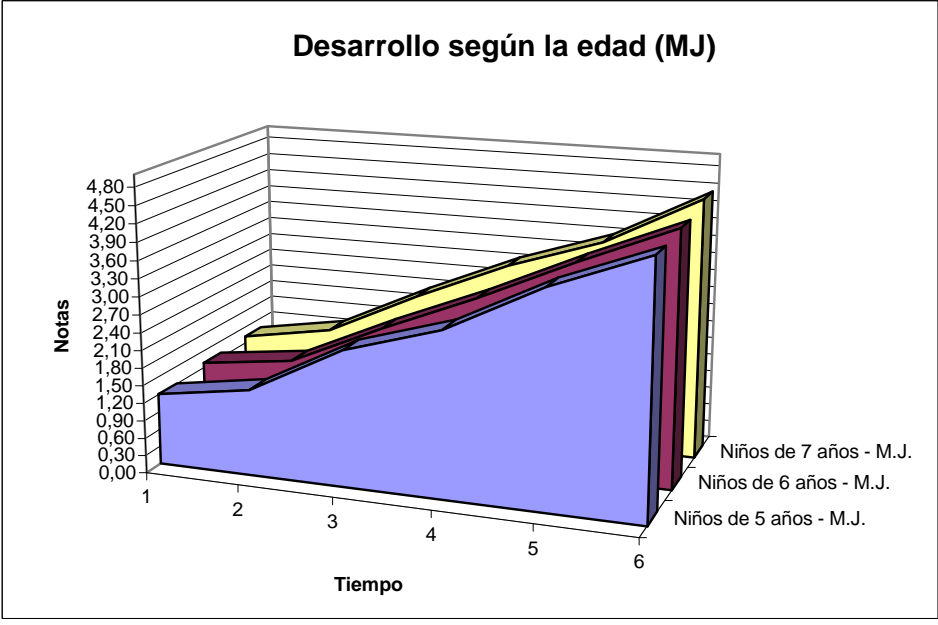


Fig. 7

Remitiéndonos a los datos finales de la investigación vamos a observar la evolución general de ambos métodos para poder obtener conclusiones determinadas. Esta primera gráfica nos detalla el desarrollo general de los aspectos psicomotrices logrados con ambas metodologías. Como se observa ambos métodos consiguen una evolución favorable. La muestra del método jugado partió de puntos iniciales inferiores a los del método clásico. A pesar de ellos se muestra claramente como la evolución en determinados momentos resulta ligeramente superior y finaliza con mejores resultados. (Fig. 8)

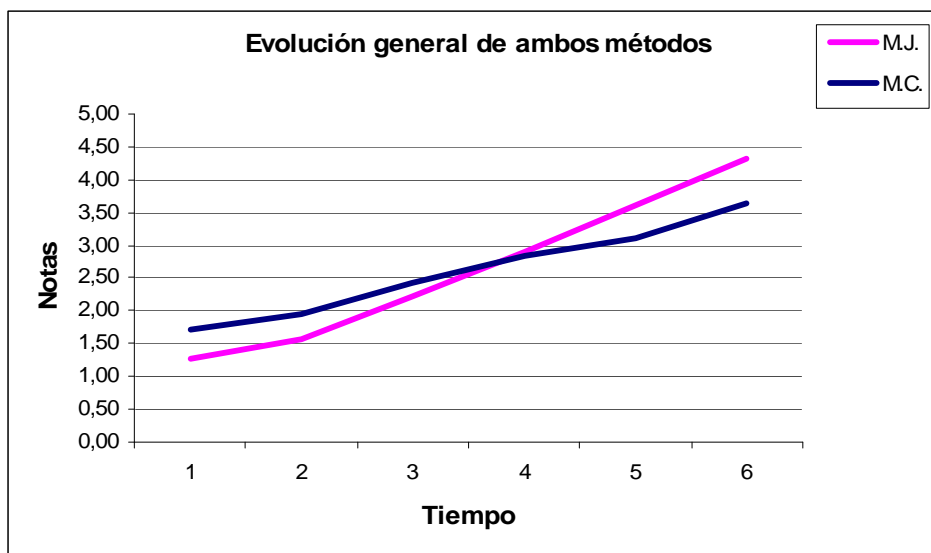


Fig. 8

Si observamos la evolución del miedo al agua ambas formas de trabajo obtiene resultados favorables destacando nuevamente el método jugado como más efectivo en este aspecto. (Fig. 9)



Fig. 9

Y como último elemento pero no menos importante debemos analizar la evolución de la motivación a la activa. Como vemos en ambos procesos la motivación tiende a disminuir. Este factor es natural ya que el mantenimiento de la motivación inicial resulta relativamente difícil. En el inicio de una actividad realizada voluntariamente por un sujeto la motivación suele estar en su momento más álgido. Si observamos la diferencia entre ambos métodos, aspecto que nos interesa en este momento, podemos concluir que el método jugado consigue un mayor mantenimiento y menor disminución de la motivación hacia la actividad. (Fig. 10)

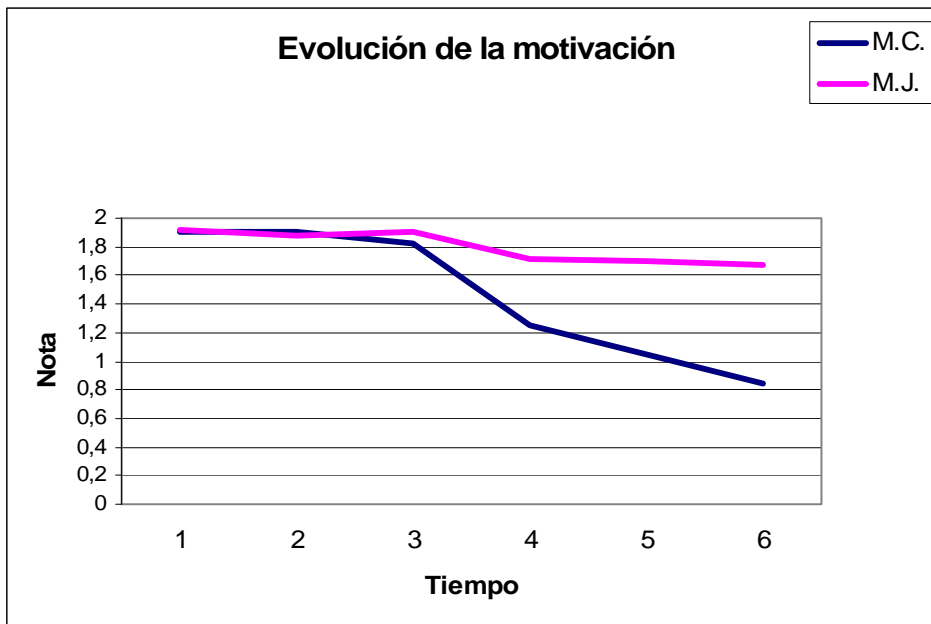


Fig. 10

Este segundo estudio fue realizado en Italia. Como observamos los datos que arroja la investigación muestran que la mayoría de los sujetos se inician en la actividad deportiva antes de los 18 años, es decir desde la infancia, niñez o adolescencia, correspondiendo a un 37% los sujetos que se inician con posterioridad a los 18 años. (Fig. 11)

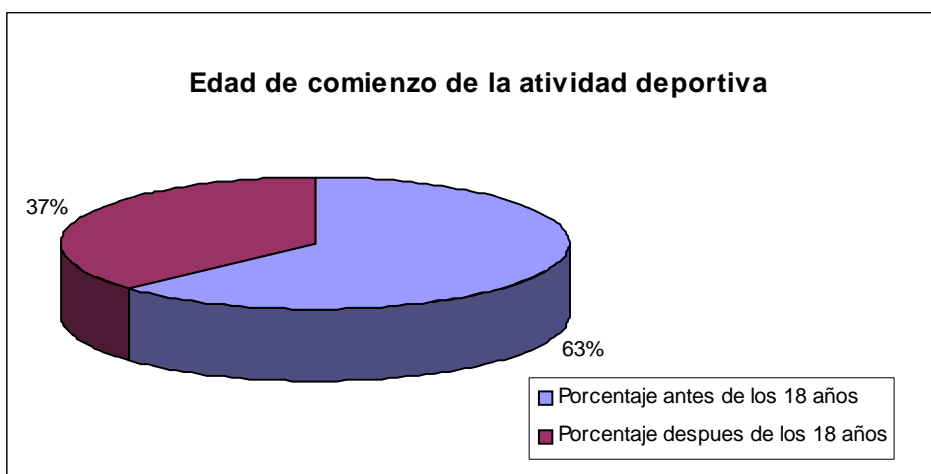


Fig. 11

Observando estos datos con mayor detenimiento se nota como dentro de este 63% que se inicia antes de los 18 años, el 23% lo hace en la franja de edad que va de los 9 a los 13 años y el 14% se inicia entre los 13 y 18 años.

Por otro lado aunque no vamos a mostrar todas las gráficas resultantes podemos ofrecer los siguientes resultados obtenidos del estudio con respecto al abandono de la actividad física que es lo que nos interesa.

Bien, como recogemos en el último punto hasta la edad de los 13 años se ha observado que el porcentaje de abandono de la actividad es mínimo correspondiendo a un 3% de la muestra. Entre los 13 y los 18 años ya se registra un 13% que supone un aumento considerable y si seguimos analizando con la progresión de la edad va aumentando el porcentaje de abandono que supone hasta los 23 años de un 22%. Sin embargo se puede decir que es a la edad de los 26 años cuando el porcentaje de abandonos registra sus cotas máximas.

INICIACIÓN A LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

- El 63% de las personas se inician en la actividad deportiva sobre los 18 años.
- El 23% lo hace en la franja que va de los 9 a los 13 años.
- El 14% restante se inicia entre los 13 y los 18 años.

ABANDONA LA ACTIVIDAD

- El abandono de la actividad se produce mayormente sobre la edad de 26 años.
- Hasta los 23 años la tasa de abandono es del 22%.
- Entre los 13 y los 18 años ya se registra un 13%.
- Hasta la edad de 13 años el abandono es del 3%

Sin embargo lo que nos interesa de estos datos es analizar las causas de este abandono precoz y como vemos pueden ser múltiples, podemos encontrarnos desde aspectos técnicos y organizativos influyentes, así como aspectos personales y relacionales, analicemos cada uno de ellos. (Fig. 12)

Pero de todos estos aspectos cuáles son los que afectan mayormente al abandono de la actividad? Según el estudio realizado. A continuación se muestra una tabla con doce de los motivos más repetitivos entre los cuáles destacan algunos motivos personales como es la falta de tiempo que debe dedicarse a otros aspectos importantes como es el estudio, aspectos técnicos como un ritmo de entrenamiento muy duro o pocas oportunidades de participación, y aspectos subjetivos como es la pérdida de interés por la disciplina que se practica. Como observamos, motivos muy diversos pero que nos dan una idea general de los elementos a tener en cuenta y a cuidar en el entrenamiento y en la práctica de la actividad física.

Motivos	Total (H+M)
Debía estudiar	338
No tenía tiempo	301
No me daban la oportunidad de jugar además de entrenar	223
Pérdida de interés por la disciplina	155
Ritmo de entrenamiento duro/demasiada competitividad	128
Problemas con los entrenadores	75
Otros intereses	75
Distancia a las instalaciones deportivas	60
Problemas con los compañeros de equipo	23
Problemas de salud y accidentes	28
Otros	23
Mis familiares no querían	15

Costaba mucho dinero	7
No sabe/ no responde	0
Total	1450 entrevistados

Fig. 12

DISCUSIÓN

Tras el análisis de los resultados, podemos comprobar en un primer momento como el *método jugado* resulta más efectivo que el *método clásico*. Aunque la muestra ha sido relativamente pequeña, los valores obtenidos son significativos y nos permiten aconsejar que el niño consigue un desarrollo mucho más completo llevando a cabo una actividad acuática de forma jugada y participativa. Hablamos de un desarrollo completo porque se tienen en cuenta tanto los aspectos técnicos como los motivacionales.

En los aspectos técnicos o de desarrollo psicomotor, como muestran los resultados, se dan diferencias notables en absolutamente todos los elementos, lo que nos indica que el *método jugado* influye en el desarrollo general y no sólo en aspectos aislados. Algunos de estos aspectos merecen una mención especial ya que obtienen la mayor diferencia entre los diferentes métodos; éstos son la percepción, el equilibrio y el descubrimiento de sí mismo. Esta consideración nos lleva a pronunciar, que las formas jugadas son especialmente favorecedoras en el conocimiento y control del esquema corporal en los niños de éstas.

Las razones de estos resultados, podemos atribuirlos al tipo de ejercicios propuestos por cada trabajo, unos sistemáticos frente a otros flexibles; aunque siempre se deben tener en cuenta posibles causas contaminadoras: los monitores

(carácter, profesionalidad, interés...), la muestra (predisposición, aspectos emocionales...) o en los elementos contextuales (condiciones de seguridad, tipo de piscina, materiales, compañeros...). Sin embargo, el hecho de poder contrastar varios grupos de trabajo, nos permite aseverar las diferencias que mostramos.

En el análisis de la evolución del miedo, encontramos elementos a favor del método jugado, aunque ambos métodos consiguen eliminar todo tipo de temor, evolución esperada en todo niño que se presta a realizar actividades acuáticas; sin embargo existen dentro de este miedo consideraciones más sutiles que hemos tratado de recoger con nuestra escala de 0 a 2 (miedo a los saltos, a las inmersiones, a la profundidad...). Por ello pudimos observar que el *método clásico* tarda más en superar todo tipo de miedos (18 semanas) y el *método jugado* se muestra más efectivo. Ésto nos induce a pensar que el juego es ante otro tipo de métodos, como la obligación o la inducción, la mejor manera de hacer que el niño supere sus propios miedos.

Finalmente uno de los elementos importantes en el trabajo educativo, la motivación. Como era de esperar, el nivel inicial de motivación parte en ambos casos de una puntuación alta en los dos grupos. El hecho de que la motivación baje en ambos tipos de trabajo, podía ser también previsible, toda actividad puede resultar indiferente cuando se practica a largo plazo. El *método jugado*, solamente por serlo, no consigue aumentar la motivación, sin embargo ésto no lo consideramos un aspecto negativo; ya que si observamos la diferencia en su evolución respecto al *método clásico*, podemos observar una ventaja en esta dimensión. Podemos comprobar que el *método jugado* mantiene mucho más alta la motivación que el método al que se ha confrontado.

El estudio por edades muestra en todos los elementos, que existen diferencias entre los sujetos de 5, 6 y 7 años. Los sujetos de 7 años alcanzan mayores resultados que los de 6 y los de 6 a su vez alcanzan mejores resultados que los de 5 años. Las diferencias no son grandes pero es un hecho que estos cortos periodos de tiempo suponen un gran desarrollo madurativo y psicomotor.

Este estudio respalda el cambio hacia una nueva concepción de la educación acuática. El método jugado es positivo para nuestros fines y claramente mejor que el método que habitualmente utilizan los monitores, un método basado en la repetición de ejercicios sistemáticos. Con esto no descartamos el trabajo alternativo, todo lo contrario; ha evidenciado sus posibilidades y efectividad.

En segunda instancia, observamos que dos de los elementos que más influyen en el abandono precoz son el estudio y el trabajo, naturalmente la falta de tiempo obliga a muchos sujetos a limitar la práctica de la actividad física, sin embargo estos son aspectos donde los profesionales no podemos ofrecer las mayores soluciones. Por ello queremos destacar otra causa importante en la que los profesionales del deporte pueden reflexionar y sobre la que pueden intervenir de manera importante. Es el hecho de la inadecuación de las cargas de trabajo en el deporte que conllevan a un cansancio excesivo, donde el sujeto se ve fuera de sus propias posibilidades. Muchas de estas cargas no son altas pero la actividad puede estar siendo demasiado especializada y conducir al mismo resultado a la pérdida de motivación de placer por la actividad, tan necesaria para la motivación y la continuidad de la práctica deportiva.

Es decir una de las principales causas del abandono de la actividad física es el cansancio en general. ¿cuáles son los diferentes elementos que pueden inducir al cansancio? Como observamos son muy diversos, yendo desde la iniciación precoz a la actividad agonística hasta la falta de cuidado de las dimensiones sociales y psicológicas del deporte. Es decir que normalmente en estos casos se produce un agotamiento tanto físico como psicológico porque los aspectos técnicos no se adecúan a la edad del sujeto o porque se descuidan aspectos didácticos y motivacionales importantes o incluso ejerciendo una presión constante hacia la victoria que induce al desaliento.

CONCLUSIONES

- El método jugado resulta, en el transcurso de las sesiones, mucho más motivante que el *método clásico*. Este aspecto influye decisivamente en el aprendizaje y en el posible abandono de la actividad, por lo que resulta más aconsejable.
- El *método jugado* es especialmente positivo en el desarrollo de la percepción, el descubrimiento de sí mismo y el equilibrio. Estos elementos son básicos en el conocimiento y control del esquema corporal, por lo que resulta muy favorecedor a estas edades.
- Independientemente del nivel inicial de los sujetos que han trabajado con ambos métodos, el *método jugado* produce un desarrollo superior.
- Respecto a la edad se mantiene la evolución del *método jugado*.

Una vez conocidas las principales causas del drop out podemos ofrecer soluciones al respecto. Entre otras las indicaciones pueden ser las siguientes:

- Elegir un deporte que guste (estimulante, difícil pero no mucho y divertido).
- Dosificar las fuerzas (proponer objetivos adaptados).
- Proyectarse en el futuro (el deporte como elemento para la evolución, como realización).
- Pensar en positivo (puedo hacerlo, el objetivo está a mi alcance: aumenta la autoestima).
- Tener en cuenta que el éxito no es sólo ganar.
- Es decir que la victoria y el éxito no son sinónimos.
- Pensar que ganar no es todo (es un objetivo importante pero no el único).
- No alcanzar un objetivo no es una derrota.

Como otras alternativas citamos las siguientes:

- Elaborar una nueva visión de la práctica deportiva, relacionada con la competición y el agonismo pero sobre todo con la diversión, el placer y la integración social.
- Proponer una estructura polivalente en la que se desarrolle tanto la actividad deportiva como no deportiva, como polo de atracción para los jóvenes.
- Y realizar una estructuración de los recursos teniendo en cuenta los intereses del sujeto.

BIBLIOGRAFÍA

ABRUZZINI, E. (1980). Educazione fisico motoria nel fanciullo: aspetti metodologici in **Corsi di qualificazione in Ed. Fisica per insegnanti elementari**, Edit. Scuola dello Sport, Roma – Italia.

BOVI, G. (1983). **Insegnare divertendo**, Edit. Montefeltro, Urbino – Italia.

BOVI, G. y BOVI, F. (2001). **Un tuffo nella pluralità**, “*L’educazione acquatica come processo di formazione consapevole della personalità del fanciullo*”, Edit. SSS, Roma – Italia.

BOVI, G. (1983). Apprendimento, maturazione, sviluppo del bambino attraverso il nuoto in **Il Mondo del Nuoto**, Soc. Edit. Aquarius, n° 12, Verona – Italia.

CALABRESE, L. (1980). **L’apprendimento motorio tra i cinque e i dieci anni**, Edit. Armando-Armando, Roma – Italia

LE BOULCH, J. (1983). Le basi scientifiche dell’apprendimento motorio in **Atti della conferenza tenuta dal prof. J. Le Boulch**, C.S.E.F.S., Ferrara – Italia.

MANNO, R. (1980). **Avviamento allo sport. Metodologia dell’allenamento dei giovani**, Edit. Scuola dello Sport, C.O.N.I., Roma – Italia.

NOBLE, J. y CREGEEN, A. (2001). **Natación para niños** – Edit. Tutor, Madrid – España

