



**Universidad Internacional de La Rioja**  
**Facultad de Educación**

---

## **Los beneficios de la natación inclusiva en la Educación Especial en la etapa Primaria a través del programa “Métete en el agua” y su impacto en el aula**

---

|                                      |                                     |
|--------------------------------------|-------------------------------------|
| Trabajo fin de grado presentado por: | Miriam García Prados                |
| Titulación:                          | Educación Primaria                  |
| Línea de investigación:              | Propuesta de intervención didáctica |
| Director/a:                          | Patricia de Paz                     |

Barcelona

29 de enero de 2016

Firmado por: Miriam García Prados

CATEGORÍA TESAURO: 1.1.8.Métodos pedagógicos, 1.2.3.Niveles educativos

No podéis preparar a vuestros alumnos para que construyan mañana el mundo de sus sueños, si vosotros ya no creéis en esos sueños; no podéis prepararlos para la vida, si no creéis en ella; no podríais mostrar el camino, si os habéis sentado, cansados y desalentados en la encrucijada de los caminos.

Freinet, 1996

## **AGRADECIMIENTOS**

A todos los niños con los que he disfrutado trabajando en el programa, a sus familias y profesionales con los que he compartido horas de trabajo en él.

A los profesores de UNIR por mostrarme el verdadero valor del docente y a Patricia de Paz por ayudarme a poner mis ideas en práctica.

## RESUMEN

Este trabajo constituye una programación en el aula en el ámbito de la educación física, concretamente de la natación escolar en horario lectivo como herramienta de inclusión educativa a través del programa “Fica’t a l'aigua”. Este programa permite que niños con discapacidad puedan realizar actividad física con sus compañeros compartiendo espacios y actividades comunes con un monitor de apoyo exclusivo para él. La programación de aula se ha destinado a un grupo de alumnos de 2º de primaria con un niño con parálisis cerebral en Cornellá de Llobregat (Barcelona). Dicha programación fomenta la inclusión social y la cooperación, el trabajo en equipo, la autonomía y valores y aspectos como el respeto, la empatía y la solidaridad, buscando a la vez qué beneficios produce la natación inclusiva en la Educación Especial en la etapa Primaria y su repercusión en el aula.

**Palabras clave:** inclusión, “Fica’t a l'aigua”, discapacidad, actividad física, natación inclusiva.

## INDICE

|  |    |
|--|----|
| CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN .....   | 7  |
| 1.1 JUSTIFICACIÓN PERSONAL .....   | 7  |
| 1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....  | 8  |
| 1.3. OBJETIVOS .....   | 11 |
| 1.3.1. Objetivo general.....   | 11 |
| 1.3.2. Objetivos específicos .....   | 11 |
| 1.4. PRINCIPALES FUENTES CONSULTADAS.....  | 11 |
| CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO .....   | 13 |
| 2.1. LA IMPORTANCIA DEL DEPORTE .....  | 13 |
| 2.1.1. La importancia del deporte en la educación integral de la persona .....               | 13 |
| 2.1.2. La importancia del juego.....   | 14 |
| 2.1.3. Natación, salud y pequeña infancia .....  | 16 |
| 2.1.4. La natación en el ámbito escolar.....   | 16 |
| 2.2. EDUCACIÓN INCLUSIVA Y DEPORTE.....  | 19 |
| 2.2.1. Deficiencia, discapacidad y minusvalía .....  | 19 |
| 2.2.2. Actividad Física Adaptada .....   | 20 |
| 2.2.3. Normalización vs educación inclusiva.....   | 22 |
| 2.2.4. Integración e inclusión social de personas con discapacidad mediante el deporte ..... | 23 |
| 2.2.5. Programas similares al “Métete en el agua” .....                                      | 23 |
| 2.3. BENEFICIOS DEL PROGRAMA “MÉTETE EN EL AGUA”.....  | 23 |
| 2.3.1. Beneficios físicos, psicológicos y sociales que aporta a niños con minusvalía .....   | 24 |
| 2.3.2. Beneficios que aporta al resto de compañeros .....                                    | 27 |
| 2.3.3. Beneficios que aporta a las familias.....   | 27 |
| 2.3.4. Beneficios que aporta a los profesionales que trabajan en el programa .....           | 28 |
| 2.3.5. Impacto del programa en el aula .....   | 28 |
| CAPÍTULO III. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DIDÁCTICA .....                                      | 29 |
| 3.1. JUSTIFICACIÓN .....   | 29 |
| 3.2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS .....  | 29 |
| 3.3. COMPETENCIAS CLAVE .....  | 30 |
| 3.4. TEMPORALIZACIÓN .....   | 31 |
| 3.5. CONTENIDOS.....   | 31 |
| 3.5.1. El cuerpo: imagen y percepción .....  | 31 |
| 3.5.2. Habilidades motrices .....  | 32 |
| 3.5.3. Actividad física y salud.....   | 32 |
| 3.5.4. El juego .....  | 32 |

|  |    |
|--|----|
| 3.6. SECUENCIA DE ACTIVIDADES .....  | 32 |
| 3.6.1. Sesión 1.....   | 33 |
| 3.6.2. Sesión 2.....   | 33 |
| 3.6.3. Sesión 3.....   | 34 |
| 3.6.4. Sesión 4.....   | 35 |
| 3.7. EVALUACIÓN .....  | 36 |
| CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES .....  | 38 |
| CAPÍTULO V. CONSIDERACIONES FINALES .....  | 41 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....   | 42 |
| ANEXOS.....  | 46 |
| ANEXO 1: ENTREVISTA A UNO DE LOS FUNDADORES DEL PROGRAMA “MÉTETE EN EL AGUA” ..... | 46 |
| ANEXO 2: ENTREVISTA A UN MONITOR DEL PROGRAMA “MÉTETE EN EL AGUA” .....            | 50 |
| ANEXO 3: ENTREVISTA A UNA MONITORA DEL PROGRAMA “MÉTETE EN EL AGUA” .....          | 54 |

## **INDICE DE FIGURAS**

|   |    |
|---|----|
| Figura I. Funciones del deporte infantil y juvenil, según el Consejo de Europa..... | 18 |
|---|----|

## CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

### 1.1 JUSTIFICACIÓN PERSONAL

He decidido realizar el Trabajo Final de Grado sobre los beneficios de la natación inclusiva en la Educación Especial en la etapa Primaria mediante el programa “Métete en el agua”<sup>1</sup> puesto que la educación inclusiva en el aula ordinaria y la atención a la diversidad son temas que despuntan hoy el día en el ámbito de la educación pero que personalmente, creo que esta inclusión la atención a la diversidad se corta en lo más importante, que es el espacio de ocio y actividad física de los niños<sup>2</sup>.

Por otra parte, cada vez está más demostrado la importancia de la actividad física diaria y en concreto, los beneficios que aporta la natación tanto física como psicológicamente. Es por este motivo que cada vez más centros educativos, tanto públicos, privados y concertados, se unen a la práctica de ese deporte dentro del horario escolar.

El problema está cuando tenemos alumnos en el aula que presentan algún tipo de discapacidad o trastorno como una parálisis cerebral o autismo y esto les impide seguir manteniendo la inclusión educativa con sus compañeros de clase en algo tan positivo y gratificante como natación. Esto es debido es que niños con esta situación necesitan un monitor de apoyo que requiere un suplemento extra bastante elevando en el pago de las familias y muchas de ellas no pueden hacerse cargo de ese coste.

El Ayuntamiento de Cornellá de Llobregat, en Barcelona, lleva a cabo un programa llamado “Métete en el agua”, que corre con los gastos de este monitor de apoyo para su hijo y esto permite a niños con necesidades educativas especiales poder compartir con sus compañeros de clase algo tan importante como es el ámbito de ocio y deporte puesto que van todo el grupo junto con un monitor referente y además con ese monitor específico para ese niño para poder realizar las sesiones en conjunto dentro del horario lectivo

Esto es un proyecto novedoso que hace pocos años que se lleva a cabo, pero que a día de hoy ya está aportando resultados muy positivos debido a que hoy en día los cursos que se ofertan para niños con discapacidades y trastornos son separatistas y reúnen a un grupo de niños o adultos con unas discapacidades específicas pero no hay otro que oferte algo tan

---

<sup>1</sup> Métete en el agua es la traducción literal de “Fica’t a l’aigua”, programa que se realiza en Barcelona.

<sup>2</sup> Se ha optado por utilizar el masculino gramatical para designar a todos los individuos de esa clase sin distinción de sexos (RAE) y debe entenderse que se refiere, indistintamente, al sexo femenino y al masculino.

imprescindible como poder realizar natación con los compañeros de clase de forma conjunta.

Puesto que he sido nadadora de alto rendimiento y he podido trabajar varios años en este proyecto y me fascina el mundo de la natación y por los puntos anteriormente destacados, he decidido realizar este trabajo porque creo que este proyecto genera beneficios fuera pero también dentro del aula, y como docentes algo tan básico y que a veces parece tan insignificante como seguir fomentando la inclusión educativa mediante el deporte y concretamente mediante la natación, en el ámbito de ocio pero a la vez dentro del horario escolar, es crucial para el desarrollo de estos alumnos y puede aportarnos grandes beneficios en el aula.

Asimismo, estoy de acuerdo en que “el deporte favorece la inclusión en la sociedad y mejora las relaciones sociales de diversas formas” (Macías & González, 2012, p.28) y que el deporte promueve la inclusión y facilita la introducción de personas con discapacidad en la sociedad y por este motivo, considero importante realizar el trabajo sobre esta temática.

Para finalizar la justificación de la temática del trabajo elegido, cabe destacar que varios autores han elaborado artículos y libros muy interesantes sobre aspectos en torno al tema en cuestión, pero nadie ha realizado un artículo sobre los beneficios de la natación inclusiva en la educación especial en la etapa Primaria y por tanto, seré la primera persona en hacerlo. Esto crea en mí una motivación e interés mayor a la hora de realizar este proyecto.

## **1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Con el paso de los años y hasta la actualidad se ha labrado un laborioso camino hacia la inclusión del alumnado en el ámbito escolar. Poco a poco, se han ido consiguiendo una serie de logros a nivel legislativo y en cuanto a recursos, pero todavía queda mucho por hacer para conseguir la inclusión total.

El problema de ello se encuentra en que en los momentos de más disfrute y socialización del alumnado como el recreo, la educación física y el deporte escolar como la natación, el alumnado con algún tipo de discapacidad o minusvalía la mayoría de veces queda aislado del resto de sus compañeros de su grupo-clase y hoy por hoy no se fomenta lo suficiente la inclusión en esos ámbitos, cuyos principales incentivadores deberían ser los docentes.

Tal y como exponen Moreno & Rodríguez (2012, p.2):

El reciente "boom" alcanzado por la práctica de actividades acuáticas, ya sea desde la perspectiva educativa, recreativa, rehabilitadora o deportiva, ha conllevado que la mayoría de centros e instalaciones se hayan lanzado a ofrecer diferentes cursos encaminados a enseñar la práctica de dichas actividades.

El programa “Métete en el agua” fomenta la inclusión a través de la natación, facilitando un monitor<sup>3</sup> de apoyo a nivel individual dentro de la piscina, permitiendo de esta forma realizar la actividad desde el centro educativo con sus compañeros. Este programa de acción municipal es gratuito y está organizado por los Departamentos de Políticas de Familia y Deporte del Ayuntamiento de Cornellá de Llobregat con la colaboración de la Fundación para la atención a personas dependientes<sup>4</sup> y el apoyo de la Diputación de Barcelona y la Obra Social de la Caja Penedés, permitiendo beneficiarse de este programa a los niños empadronados en Cornellá y escolarizados en los jardines de infancia y los centros de educación Infantil y Primaria que presenten un dictamen del EAP<sup>5</sup> (Equipos de Asesoramiento y orientación Psicopedagógica) o un certificado de minusvalía.

Este programa se inició el curso 2008-2009 con el objetivo de integrar a los niños con necesidades educativas especiales dentro de su grupo, clase y colegio y facilitar la práctica del deporte de la natación.

Según el entrevistado Josep Serrano (entrevista completa en Anexo 1), uno de los fundadores de “Métete en el agua” y director gerente de la Fundación para la atención a personas dependientes, expone que el programa surgió cuando el Departamento de Políticas de Familia y el Departamento de Deportes del ayuntamiento de Cornellá detectaron que niños con Necesidades Educativas Especiales escolarizados en el colegio ordinario y sus familias estaban insatisfechos como consecuencia del “bloqueo” que presentan a la hora de hacer deporte y extraescolares por su falta de autonomía.

Y por tanto, “todo el esfuerzo que se hace para integrar al niño dentro de la escuela ordinaria se frena en el instante en que los momentos de más placer, de pasárselo bien, de

---

<sup>3</sup> En el presente documento, se utilizan de manera inclusiva términos como “el monitor”, “el docente”, “el estudiante”, “el profesor”, “el alumno”, “el compañero” y sus respectivos plurales (así como otras palabras equivalentes en el contexto educativo) para referirse a hombres y mujeres. Esta opción obedece a que no existe acuerdo universal respecto de cómo aludir conjuntamente a ambos sexos en el idioma español, salvo usando “o/a”, “los/las” y otras similares, y ese tipo de fórmulas supone una saturación gráfica que puede dificultar la comprensión de la lectura.

<sup>4</sup> Es una fundación ubicada en Barcelona cuyo nombre en catalán es Fundació per a l'atenció a persones dependents

<sup>5</sup> EAP: Los Equipos de Asesoramiento Psicopedagógico dan apoyo al profesorado y a los centros educativos respondiendo a la diversidad del alumnado y en relación a los alumnos que muestran necesidades educativas especiales, así como a su familia o tutores legales.

más ocio, el niño no puede participar porque está este obstáculo” porque “se necesita un apoyo que se tiene que pagar y eso no está cubierto”.

Por el hecho de que detectan que “hay un grupo de niños que les gustaría hacer natación, que de hecho lo están haciendo desde el ámbito particular yendo a clases fuera del horario lectivo pero no pueden ir con sus compañeros de clase”, se plantean buscar los medios para poder atender a todos los niños escolarizados en la ciudad con la misma situación. En este momento es cuando aparece la “Fundación para la Atención a Personas Dependientes” con el propósito de buscar financiamiento privado puesto que puede recibirla a diferencia del ayuntamiento.

Este financiamiento se encuentra con la Caja Penedés, la cual ha dado apoyo económico hasta su desaparición. Actualmente, la fundación es la que asume por el momento el gasto económico debido a que todavía no ha encontrado financiamiento privado dispuesto a colaborar con el programa. Seguidamente, se aliaron con el Club Natación Cornellá que es el encargado de llevar a cabo el programa y aporta los recursos humanos y el espacio (las tres piscinas que hay en la ciudad). Actualmente, el número de niños adheridos al programa tiene el récord con 32 niños y la previsión realizada de cara a siguientes cursos apunta que el “Métete en el agua” continuará creciendo y acogiendo niños con la finalidad de fomentar la inclusión mediante la natación escolar.

El objetivo que ha impulsado a realizar esta búsqueda ha sido la necesidad de saber si aporta beneficios la natación inclusiva a la Educación Especial en la etapa Primaria mediante el programa “Métete en el agua”. Este objetivo surge como consecuencia de que hasta el momento, la natación que se implicaba en la Educación Especial lo hacía como un apoyo terapéutico en la mayoría de casos, donde los niños con Necesidades Educativas Especiales eran agrupados y segregados del resto de niños.

Actualmente, está en marcha el programa “Métete en el agua”, comentado anteriormente, en el cual se centra toda este proyecto. Este programa que fomenta la inclusión de niños con algún tipo de discapacidad o trastorno con su grupo-clase mediante la natación, dejando de lado el rol terapéutico, centrándose en una vertiente más social y emocional donde el niño interacciona con sus compañeros intentado que las sesiones en el agua sean “tan próxima a lo normal como sea posible” (Mikkelsen, 1959, citado en Rubio, 2009, p.1).

Por todos estos motivos, todo el proyecto se centra en averiguar si aporta beneficios la natación inclusiva a través de este programa pionero y si es así, ver cuáles son centrándonos en los objetivos especificados en el siguiente apartado.

### **1.3. OBJETIVOS**

Los objetivos planteados en el trabajo son los siguientes:

#### **1.3.1. Objetivo general**

- Plantear una propuesta de intervención en el aula para promover la inclusión social a través de la natación escolar.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Verificar la importancia del deporte en la educación integral de la persona.
- Evidenciar la importancia del juego en el desarrollo infantil como herramienta de aprendizaje.
- Evidenciar la importancia de la práctica de actividades físicas acuáticas en el desarrollo personal, social y emocional de las personas con discapacidad y trastornos en la etapa Primaria.
- Fomentar la natación como apoyo a la Educación Especial.
- Mostrar la importancia de la educación inclusiva.
- Demostrar la importancia del fomento de la educación inclusiva desde todos los ámbitos.
- Mostrar la evolución de Actividad Física Adaptada.
- Evidenciar los beneficios de la matación escolar inclusiva en el entorno del niño con minusvalía.

### **1.4. PRINCIPALES FUENTES CONSULTADAS**

Este trabajo se llevará a cabo a partir de fuentes bibliográficas, la entrevista al fundador del programa “Métete en el agua” y la experiencia profesional de personas que han participado en él mediante entrevistas así como la experiencia personal de la autora del trabajo en el programa. Por otra parte, también se hará uso de grabaciones que proporciona la Fundación Dependientes en su página web sobre el “Métete en el agua”, donde se entrevistan a diferentes profesionales y familias adscritas al programa así como la observación de diferentes sesiones y niños con diversas discapacidades y trastornos en el programa y en el aula.

Primeramente se realizará una búsqueda de información a partir de diferentes fundamentos teóricos y de personas destacadas en el ámbito de la natación, sobre la

importancia del deporte en la educación integral de la persona como Gutiérrez (2004), cuyos artículos han sido trabajados en la materia de educación física complementos de formación de UNIR. Asimismo, también se rescatan autores destacados como Bruner, Vygostky o Aranda para destacar la importancia del juego y Pansu y Fierro para el ámbito de la natación escolar. Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud para matizar entre los términos de deficiencia, discapacidad y minusvalía y Guttman para desarrollar el tema de Actividad Física Adaptada puesto que es uno de sus principales fundadores.

De igual manera, despunta Mikkelsen como fundador del principio de normalización para el posterior paso: la inclusión, Muñoz para el concepto de autonomía y Macías y González para el apartado de integración e inclusión social de personas con discapacidad mediante el deporte. También, se recorren las leyes educativas vigentes en el estado español actualmente y las fundaciones, asociaciones y entidades similares al programa “Métete en el agua”.

En un segundo plano y una vez desarrollados estos apartados, se llevarán a cabo entrevistas a uno de los fundadores del programa “Métete en el agua” y a dos monitores, un chico y una chica que llevan desde los inicios del programa trabajando en él y que todavía trabajan actualmente. Estas entrevistas se llevarán a cabo debido a que la opinión personal de la autor en el programa podría condicionar el trabajo.

Estas fuentes tantos primarias como secundarias serán fundamentales para el correcto desarrollo de la propuesta de intervención didáctica aquí planteada.

## CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

Este capítulo se inicia evidenciando la importancia del deporte en la educación integral de la persona, la importancia del juego como herramienta de aprendizaje, la relación entre natación, salud y pequeña infancia, para luego analizar la natación en el ámbito escolar. Seguidamente se encuentra el apartado de educación inclusiva y deporte, donde se despliegan los conceptos de deficiencia, discapacidad y minusvalía, así como el concepto y evolución de Actividad Física Adaptada. Correlativamente, se desarrolla la diferencia entre normalización y educación inclusiva, la integración e inclusión social de personas con discapacidad mediante el deporte y programas similares al “Métete en el agua” que también fomenten la inclusión mediante el deporte escolar.

Para dar por finalizado el marco teórico se realiza un análisis de los beneficios del programa “Métete en el agua” tanto para el niño, como para el entorno en el que se lleva a cabo la inclusión.

### 2.1. LA IMPORTANCIA DEL DEPORTE

#### 2.1.1. La importancia del deporte en la educación integral de la persona

Está demostrada la importancia del deporte en la educación integral de la persona puesto que aporta grandes beneficios físicos, psicológicos y sociales, así como educación en valores morales como el trabajo en equipo, el respeto, la convivencia, la superación o la disciplina entre otros, dejando de lado el deporte competitivo (Corrales, 2010; Martínez, 2009; Rivas, 2006 & Rodríguez, 2015).

Este hecho que parece tan simple y lógico no siempre se tiene en cuenta a la hora de elaborar las sesiones por los profesionales, independientemente de la actividad física o el deporte que sea y es un gran error que debe de erradicarse, puesto que “cuando el ser humano se desarrolla integralmente trasciende sus propias limitaciones, presta mejores servicios a quienes le rodean y vive con su cuerpo, su mente y su espíritu en armonía” (Rodríguez, 2015, p1).

Ahondando en esta idea, Gutiérrez (2004) afirma que para que el deporte sea educativo debe concebir a la persona como un ser integral, como una unidad, iniciándola al conocimiento propio de sus habilidades y límites y de los del resto, desde el rigor y la diversión adaptándose al nivel adecuado para que este sea un reto realista, alcanzable, atendido a la diversidad fomentando así el conocimiento de las distintas prácticas, promoviendo así que puedan escoger aquellas que le aportan mayores beneficios y placer.

Berger (1996) y Daley (2002) no conciben como hay tan pocas personas que practiquen actividad física con un mínimo de intensidad y frecuencia estando asociada a tantas bondades. Por otra parte, tampoco comprenden cómo a pesar de todas estas evidencias, la mayoría de gente permanece sedentaria.

Por estos motivos, Martens (1996) considera que el objetivo principal de los profesionales de la actividad física es convertir a los niños en practicantes activos para toda la vida.

Asimismo, el deporte y la actividad física son cruciales para una vida prolongada y saludable. Está demostrado que el juego y el deporte mejoran la salud y el bienestar de la persona, aumentan la expectativa de vida y disminuyen la probabilidad de diferentes enfermedades no transmisibles (ONU<sup>6</sup>, 2005).

El problema de todo esto es que hoy en día aun habiendo tantos estudios que demuestran la importancia del deporte en la educación integral de la persona, en los colegios no se le da a la actividad física y al deporte la importancia que realmente tienen, ni se extrae de ellos todos los beneficios que se pueden extraer para el alumnado (Gutiérrez, 2004; Rodríguez, 2015). Este problema es aún mayor cuando hay alumnos con discapacidades en el aula y se requiere la organización de actividades físicas adaptadas para poder cubrir sus necesidades. Aun así, la actividad física no sería imprescindible para la educación integral de la persona tal y como exponen los diferentes autores, si no se utilizará el juego como hilo conductor para el aprendizaje.

### **2.1.2. La importancia del juego**

Con el paso de los años, el juego ha demostrado con creces la valiosa experiencia de aprendizaje que es para los niños, superando así la perspectiva de ser considerado como una pérdida de tiempo inofensiva (Benítez, 2009). Aun así, muchos educadores no acaban de entender la esencia de los juegos y los excluyen de las actividades formativas y las prácticas educativas (Aranda, 2001).

Es por ello que Aranda considera que “La situación ideal para aprender es aquella en la cual la actividad es tan agradable, que satisface las necesidades del niño” (Aranda, 2001, p.28) y por ese motivo “el juego debería ser el primer contexto en donde los educadores inciten el uso de la inteligencia y la iniciativa” (Aranda, 2001, p.29).

---

<sup>6</sup> ONU: La Organización de Naciones Unidas es la asociación de gobierno global que promueve la cooperación en asuntos de paz, seguridad, derecho y desarrollo económico y social a nivel internacional así como asuntos humanitarios y de derechos humanos.

Ahondando en esta idea, muchos autores defienden la importancia del juego en el desarrollo del niño, como por ejemplo Vygotsky o Bruner. Este último autor, expone que el juego libre es un espacio donde experimentan maneras de combinar la fantasía con el pensamiento y el lenguaje, siendo por tanto una herramienta muy importante que ayuda al desarrollo de los niños haciéndolo cada vez más autónomo (Bruner, 1983).

Mediante el juego, los niños aprenden, liberan tensiones emocionales y se preparan para la vida adulta practicando roles sociales desarrollando sus capacidades físicas, sensoriales y mentales, afectivas así como la creatividad y la imaginación formando hábitos de cooperación y trasmitiendo valores (Benítez, 2009).

Rickenman considera que el juego posibilita al niño entrar en contacto con otros niños desde sus necesidades, posibilitando que exploren sus propias capacidades y formas de interaccionar con el mundo (Rickenman, citado en Aranda, 2001). Asimismo, Piaget expone que “mediante el juego, los niños llegan a asimilar las realidades intelectuales que, sin el juego, seguirían siendo para su inteligencia infantil completamente exteriores y ajenas” (Piaget, citado en Aranda, 2001, p.32).

Por tanto, es juego es la manera y el espacio donde el niño logra experimentar libre y lúdicamente el mundo, proporcionando experiencias positivas y valores acorde con los niños insertos en su comunidad, haciendo que interiorice las reglas de esta y despertando su sentido crítico. Es por ello que

El juego es uno de esos intereses, digno de ser valorado como algo esencial en el proceso de enseñanza-aprendizaje y de maduración del individuo y, por tanto, con posibilidad de ser considerado pedagógicamente como medio y fin en sí mismo del desarrollo humano (Benítez, 2009, p.1).

Y los niños “deben de disfrutar de sus juegos y recreaciones y deben ser orientados hacia fines educativos para así conseguir el máximo beneficio” (Benítez, 2009, p.4).

Por estos motivos, en el medio acuático, es importante crear un ambiente socializador en el que predominen los componentes lúdicos y creativos (Club Natación Elche, 2004), como lo hace el programa “Métete en el agua”, ya que “si de verdad queremos que el deporte tenga unos parámetros y unas características que lo lleven al camino de la inclusión, tenemos que fomentar un deporte con valores lúdicos, pedagógicos” (Macías & González, 2012, p.28). Por tanto, podemos concluir que “el juego es un factor de desarrollo global necesaria para una personalidad equilibrada y una autorrealización personal” y por ello, “en esta etapa de sus vidas todo el posible si se aprende jugando” (Aranda, 2001, p.28).

El juego tiene múltiples beneficios para el desarrollo de los niños tal y como se ha podido ver, por ello juntar juego, natación y pequeña infancia constituyen una interrelación totalmente beneficiosa para la salud de los niños.

### **2.1.3. Natación, salud y pequeña infancia**

Cada vez, más centros y profesionales de la salud en la pequeña infancia recomiendan la natación por los beneficios que aporta, puesto que combina actividad física, con una besante terapéutica, de reeducación y de bienestar físico y psicológico (Lloret, Conde, Fagoaga, León & Tricas, 2007).

Todas estas vertientes presentan un punto en común: fomentan la autonomía de la persona. La autonomía, entendida como “la condición que tiene un individuo de no depender de la decisión de otro para hacer una cosa” (Muñoz, 2008, p.1), veremos que aparece repetidas veces a lo largo del estudio. Asimismo, Gutiérrez (2004) plantea un concepto de deporte centrado en la salud, en la búsqueda del equilibrio mental y en la sociabilización desde una visión no competitiva que forme parte de la rutina vital de la persona, con la finalidad de conseguir calidad de vida dentro del marco de un estilo de vida activo.

En cuanto a estilos de vida, actividad física y salud, considera que un estilo de vida que destaca por un fuerte componente deportivo aleja a la persona del sedentarismo y de rutinas y hábitos nocivos. Por ello, considera clave que para conseguir el máximo de beneficios en cuanto a salud, es necesario instaurar este tipo de rutinas en los alumnos más pequeños, bajo la concepción de que el deporte es un estilo de vida para todos y no solo para los que tienen habilidades para ello.

Un buen ejemplo de ello es la natación escolar ya que promueve hábitos y rutinas saludables en los niños y el trabajo del equilibrio de cuerpo y mente.

### **2.1.4. La natación en el ámbito escolar**

Una gran cantidad de entidades organizan cursillos de natación donde niños, jóvenes, adultos y ancianos con alguna discapacidad o trastorno específico como por ejemplo Síndrome de Down, acuden a la piscina en grupos reducidos (segregados del resto de personas), así como padres con hijos o un cursillo innovador que ha aparecido hace pocos años en Cornellá de Llobregat llamado “Métete en el agua” del cual hablaremos posteriormente, donde los niños con trastornos o discapacidad están incluidos con el resto

de sus compañeros de la escuela ordinaria con el apoyo de un monitor exclusivo para él en el mismo cursillo.

Estos cursillos de natación, aunque están enfocados desde diferentes modelos educativos (segregador, integrador e incluso), tienen el mismo objetivo frente las personas con discapacidades y / o trastornos: ser una fuente de bienestar y placer mientras favorece el desarrollo psicocorporal de la persona así como su autonomía, y desarrollar la sociabilidad tal y como expone la autora del libro *El agua y el niño*, Claudie Pansu (2002).

Con el paso del tiempo, el deporte y concretamente la natación, cada vez tiene más importancia en el ámbito escolar. Hoy en día este deporte tiene un gran impacto social y por ello está en auge la oferta de cursos de diferentes tipos. Actualmente, la natación es un extraescolar que ofrecen prácticamente todos los centros educativos y que muchos centros públicos, privados y concertados presentan dentro de su horario escolar.

El deporte siempre ha sido de gran interés para a mayoría de los alumnos, pero en estos momentos la sociedad ha incorporado a su esencia original una cierta fachada aislada de su origen, donde las rivalidades y el fanatismo fomentados por los medios de comunicación, dan al deporte un sentido centrado en el espectáculo y el deporte de alto rendimiento, influenciando así negativamente a niños y jóvenes (Fierro, 2004).

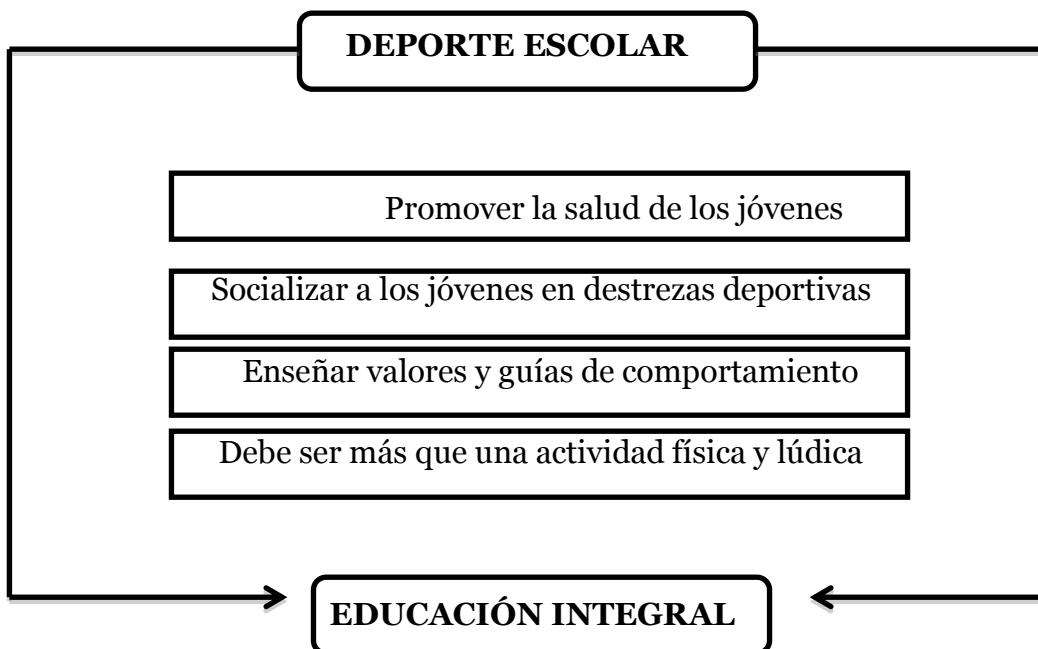
Es por ello que el docente debe de impulsar una práctica educativa donde se marquen estrictamente las diferencias entre este deporte y el deporte formativo en el que no solo los que tienen habilidades pueden practicarlo, sino que todos pueden y deben practicarlo para su salud física y mental.

Asimismo, Gutiérrez (2004) destaca el mal funcionamiento del deporte en los últimos tiempos, basado en el “espectáculo” para la aceptación social y el problema de que esto arrase con la finalidad que tiene el deporte verdaderamente como herramienta de contacto y experimentación con el cuerpo y el entorno que nos rodea.

Por ello, defiende que la Educación debe prestar mayor atención a la educación física y el deporte escolar por los efectos positivos que proporciona a las personas fomentando estilos de vida saludables y activos.

Debido al auge del deporte competitivo y de alto rendimiento comentado y reconociendo la trascendencia de la socialización de niños y jóvenes mediante el deporte (Contreras, De La Torre & Velázquez, 2001) , el Consejo de Europa (1967-91) trasmitió a sus miembros las

funciones mínimas que debe cumplir el deporte destinado a niños de la etapa Infantil y Primaria (véase Figura 1):



*Figura 1. Funciones del deporte infantil y juvenil, según el consejo de Europa*

Fuente: Gutiérrez (2004).

No obstante la Natación con su idea original es uno de los medios más amplios y enriquecedores de los que se vale la Educación Física para lograr un desarrollo armónico en el educando, siempre y cuando se respete su grado de desarrollo, maduración e interés (Fierro, 2004, p.1).

Es por ello que “el deporte de la Natación en las primeras edades debe entenderse como una actividad más que va a ayudar a la formación de los alumnos; debiendo huir de planteamientos elitistas donde solo los mejores tiene oportunidades deportivas” (Fierro, 2004, p.1).

Por tanto, la natación escolar debe de romper con los estereotipos sociales actuales hacia el deporte y focalizarse en una educación por y para todos que contribuya a la formación y al desarrollo de los niños de manera integral, creando personas integras y felices.

## 2.2. EDUCACIÓN INCLUSIVA Y DEPORTE

### 2.2.1. Deficiencia, discapacidad y minusvalía

La CIDD (Clasificación Internacional de las Deficiencias, Discapacidades y Minusvalías) de la OMS (Organización Mundial de la Salud) define deficiencia, discapacidad y minusvalía de la siguiente forma:

- **Deficiencia:** “toda pérdida o anormalidad, permanente o temporal, de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica” que produce un trastorno orgánico y limita la funcionalidad en la vida diaria (Universidades politécnicas, Discapacidad y Empleo, s.f., p.1).
- **Discapacidad:** “toda restricción o ausencia (debido a una deficiencia) de la capacidad para realizar una actividad de la forma, o dentro del margen, que se considera normal para un ser humano”. (Universidades politécnicas, Discapacidad y Empleo, s.f., p.1). Puede ser reversible o irreversible, temporal o permanente, que se manifiesta en la vida cotidiana.
- **Minusvalía:** “situación de desventaja para un individuo determinado, de una deficiencia o de una discapacidad, que limita o impide el desarrollo de un rol que es normal es su caso, en función de la edad, sexo y factores culturales y sociales” (Universidades politécnicas, Discapacidad y Empleo, s.f., p.1). Es decir, son dificultades que la persona puede experimentar al involucrarse en situaciones sociales.

A lo largo del estudio hablaremos de discapacidades, trastornos y minusvalías, y los beneficios que aporta el programa “Métete en el agua” a los niños que las padecen. Por este motivo, es importante ver los matices que hay entre los diferentes conceptos (deficiencia, discapacidad y minusvalía) con la finalidad de entender que todos los niños adheridos al programa presentan una minusvalía, puesto que sin el monitor de apoyo que aporta el programa no podrían realizar natación, que es una actividad social.

Por tanto, son niños que sufren algún tipo de discapacidad debido a que no pueden realizar actividades cotidianas como vestirse y desvestirse solos, etc. Y esto, les genera un trastorno a nivel de persona a consecuencia de la deficiencia que presentan, como puede

ser la limitación de la movilidad a causa de una parálisis cerebral, que este sería el trastorno orgánico que produce la minusvalía.

Este programa además de ser inclusivo y por ello fomentar la socialización, es totalmente saludable para los niños que presentan deficiencias puesto que natación salud e infancia están vinculados e interrelacionados. Por tanto, es un programa que se basa en la educación personalizada con la actividad física adaptada como herramienta para el desarrollo integral del niño.

### **2.2.2. Actividad Física Adaptada**

Se define Actividad Física Adaptada (AFA) como “todo movimiento, actividad física y deporte en los que se pone especial énfasis en los intereses y capacidades de las personas con condiciones limitantes, como discapacidad, problemas de salud o personas mayores” (DePauw y Tepper, 1989, p.96).

Tal y como exponen García, Ospina, Aguinaga & Russi (2009) y Pérez, Reina & Sanz (2012), ya desde la antigüedad tenemos referencias sobre AFA. A finales del siglo XVIII, Ling, gimnasta sueco con discapacidad llevó a cabo un sistema de gimnasia médica que se basaba en los efectos obtenidos de la ejecución de ejercicio en su cuerpo.

A mitad del siglo XX, sucedieron dos acontecimientos destacados en la evolución de la AFA donde la implicación del profesor Guttmann fue esencial. Primeramente, se fundó el Hospital Stoke-Mandeville en Inglaterra donde se llevaba a cabo un programa de rehabilitación novedoso que introducía disciplinas deportivas con Guttmann como principal precursor. Este programa estaba destinado a personas con lesiones de médula espinal (Guttmann, 1976).

Pocos años después, Guttmann creó los primeros Juegos Olímpicos de Stoke Mandeville que llegaron a convertirse en un acontecimiento internacional, siendo precursor de los Juegos Paralímpicos actuales (García et al., 2009).

El concepto de AFA se ha ido modificando de manera progresiva. A partir de los años cincuenta, se empezó a reconocer la necesidad de crear una pedagogía y equipamiento adaptado para las personas con discapacidad de tal forma que cubrieran sus necesidades deportivas. En ese momento, la educación física adaptada se relacionaba con discapacidad y comunidad, únicamente vinculada al ámbito escolar.

Esta etapa finalizó en el momento en que se cambió la perspectiva de AFA como una modificación de programas con finalidad educativa, a una perspectiva de vida. Asimismo, entre los años setenta y ochenta la legislación empezó a otorgar importancia a la integración de personas con discapacidad y se crea la Federación Internacional de la Actividad Física Adaptada (IFAPA)<sup>7</sup> en Canadá. Hacia los años noventa, se formulan algunas de las primeras definiciones sobre AFA.

Actualmente, la IFAPA concibe AFA de una manera mucho más extendida, en la que se precisa una atención especial para las diferencias individuales de discapacidades y minusvalías enfocadas a la realización de la actividad física para la que son necesarias ciertas adaptaciones y/o modificaciones incluyendo cambios en el equipamiento, entorno, tareas y/o reglas. Asimismo, los campos de aplicación de la AFA son el terapéutico, el recreativo, el educativo y el competitivo (Sanz & Reina, 2012).

En nuestro país, fueron decisivos los procesos de integración e inclusión en el ámbito educativo mediante la Ley Orgánica General del Sistema Educativo (LOGSE, 1990) del 3 de octubre de 1990 que substituyó a la Ley General de Educación de 1970 vigente desde la dictadura de Franco por el Real Decreto 696/1995, de ordenación de la educación de los alumnos con necesidades educativas especiales y la Ley Orgánica de Educación (LOE, 2006), del 2006 que es la ley orgánica estatal española que regula las enseñanzas educativas, vigente desde el curso escolar 2006/07 y está modificada parcialmente en 2013 desde que convive con la LOMCE (Ley Orgánica para la Mejora de la Calidad Educativa) desde el curso escolar 2014/2015, donde se va un paso más allá y se fomenta un modelo de atención a la diversidad basado en las competencias de los alumnos y no en los déficits que presenten (García et al., 2009).

Cada vez hay más asociaciones que promueven la AFA en el ámbito educativo, terapéutico, recreativo o de rendimiento deportivo (Sanz & Reina, 2012) y han generado clubs deportivos para que las personas con discapacidad puedan realizar diferentes deportes como el Centre Excursionista de Catalunya que promueve esquí, cayac, natación y excursiones para personas con cualquier tipo de discapacidad, el Club Esportiu Esbonat i Amistat Barcelona (CEAB) que dan la oportunidad de hacer boccia<sup>8</sup>, atletismo, natación,

---

<sup>7</sup> International Federation of Adapted Physical Activity (IFAPA).

<sup>8</sup> Deporte que se practica de forma individual, por parejas o equipos, sobre una pista rectangular en la que los jugadores tienen como finalidad lanzar sus bolas lo más cerca posible de la pelota blanca que sirve de objetivo, a la vez que intentan alejar las de sus rivales, mediante un ejercicio de continua tensión y precisión. Cada jugador, pareja o equipo dispone de seis bolas en cada manga y gana aquel cuya bola termine más cerca de la blanca.

slalom, esquí, vela y cayac de mar a personas con discapacidades físicas, o la Federació Catalana d'Esports per a Cecs i Deficients Visuals (FCEC) que permite a las personas con discapacidad visual a realizar atletismo, natación, goalball, mantenimiento y aquagym, entre otras entidades.

Aun así, cabe decir que en el listado sobre la “Relació de Clubs Esportius per a Persones amb Discapacitat” que proporciona el Ayuntamiento de Barcelona, podemos observar que el deporte que más entidades ofrece es la natación.

Asimismo, destacan una serie de beneficios al trabajar en el medio acuático a partir de la natación adaptada como por ejemplo la mejora del esquema corporal, la autonomía y el autoconcepto o el fomento de las relaciones sociales entre otras (Medina, Prieto & Fernández, 2000), que posteriormente constataremos y veremos si son aplicables en el programa “Métete en el agua”. Con el fin de comprender mejor a qué niños está destinado este programa, es necesario diferenciar entre los términos de normalización y educación inclusiva.

### **2.2.3. Normalización vs educación inclusiva**

Mikkelsen fue uno de los fundadores de la normalización / integración escolar. El año 1959, consiguió incorporar el concepto de normalización a los deficientes mentales exponiendo “la posibilidad de que la persona Deficiente Mental haga un tipo de vida tan próxima a lo normal como sea posible” (Mikkelsen, 1959, extraído de Rubio, 2009, p.1) siendo una de las primeras leyes para la protección de la persona con deficiencia mental (Generalitat de Catalunya, s.f.).

Con el paso de los años, la sociedad ha ido teniendo conciencia de las posibilidades de las personas con algún tipo de discapacidad o trastorno e integrándolas en sociedad. Actualmente, muchos autores realizan un paso más allá y defienden la educación inclusiva. Según las diferentes formas de definir la educación inclusiva actualmente, podemos considerarla como “educación para todos”, la cual hace referencia a “la capacidad de los sistemas educativos de ofrecer una educación eficaz y de calidad para todo el alumnado y con la voluntad de ofrecerla en entornos comunes y compartidos” (Servei d'Educació Inclusiva i de Coordinació de Programes Transversals, 2009, p.9). Una vez diferenciados ambos términos, se puede matizar en los diferentes ámbitos de integración e inclusión social de personas con discapacidad mediante el deporte.

## **2.2.4. Integración e inclusión social de personas con discapacidad mediante el deporte**

Seguidamente, podemos observar como la Fundación ‘También’ trabaja desde 2001 en la integración e inclusión social de las personas con discapacidad a través del deporte adaptado como vía de integración social.

Esta fundación, que tiene la sede en Madrid, defiende que las personas con discapacidad, mediante el deporte, mejoran su autoestima y su nivel de independencia, fomentando el espíritu de lucha y el trabajo en equipo, se sienten más capaces de afrontar nuevos retos y en definitiva, mejoran su calidad de vida tal y como también vemos reflejado en el artículo “Inclusión social de personas con discapacidad física a través de la natación de alto rendimiento” que también apuesta por una actividad física que facilite el acceso a la sociedad a las personas con discapacidad desde la inclusión (Macías & González, 2012) como lo hacen los programas de la Fundación También y el programa “Métete en el agua”.

## **2.2.5. Programas similares al “Métete en el agua”**

Una de las principales actividades de la Fundación ‘También’ es un programa llamado “Deportod@s colegios” que posibilita que los niños con discapacidad escolarizados en la comunidad de Madrid practiquen actividades deportivas conjuntamente con sus compañeros sin discapacidad en un clima de total normalización (Fundación También, s.f., a).

Otro programa que realiza esta fundación es “Deportod@s se mueve”, un programa que acerca el deporte adaptado mediante una unidad móvil a cualquier municipio de España con la finalidad de ofrecer una exhibición de actividades adaptadas de manera gratuita, fomentando así la inclusión de niños y jóvenes con discapacidad (Fundación También, s.f., b).

Por tanto, podemos ver como poco a poco se fomenta la inclusión en la sociedad a partir de diferentes deportes y proyectos, pero actualmente el programa “Métete en el agua” es pionero en el ámbito de la natación en la etapa Primaria.

## **2.3. BENEFICIOS DEL PROGRAMA “MÉTETE EN EL AGUA”.**

Después de la búsqueda bibliográfica y de entrevistar a unos de los fundadores del programa “Métete en el agua”, así como también a profesionales que han trabajado en él y la experiencia personal y profesional en este programa de natación inclusiva, podemos confirmar que la piscina es un espacio de libertad que convierte al niño en el protagonista

de su desarrollo (Pansu, 2002) y que “son múltiples los beneficios de trabajar en el medio acuático, más aún cuando se trabaja la natación adaptada con personas con discapacidad motórica fundamentalmente” (Macías & González, 2012, p.27), los cuales podemos destacar seguidamente dando apoyo los autores Medina, Prieto & Fernández (2000), Pansu (2002), Lloret et al. (2007), Gutiérrez (2004) y Rodríguez (2015). Estos beneficios se analizan a continuación en los siguientes apartados.

### **2.3.1. Beneficios físicos, psicológicos y sociales que aporta a niños con minusvalía**

En cuanto a los beneficios físicos, el programa “Métete en el agua” destaca por la mejora del esquema corporal, el sistema cardiovascular y respiratorio, así como la rehabilitación y los movimientos articulares y el aumento y desarrollo del tono muscular. Asimismo, ayuda a controlar los niveles de fatiga y cansancio, puesto que permite aumentar y disminuir la intensidad en función de las necesidades del niño y favorece su autonomía. Por tanto, el programa mejora su estado de salud y la condición física base.

Asimismo, fomenta y ayuda en la búsqueda del autoconcepto y una autoestima favorable, puesto que en la etapa Primaria cada vez más son conscientes de su imagen ya que haciendo uso del bañador han de ver y mostrarla y este hecho les obliga a conocerse y a aceptarse, eliminando pudores y miedos, tanto en la imagen personal como en el medio acuático.

De igual forma, el programa “Métete en el agua” es un programa incluso que promueve que los niños se olviden de sus limitaciones y tengan presente sus habilidades y destrezas, afrontando así un estilo de vida “tan próxima a lo normal como sea posible” (Mikkelsen, 1959, citado en Rubio, 2009, p.1).

Además, el programa, con independencia de cuál sea el trastorno motor o mental concreto de cada niño, proporciona un desarrollo más correcto, satisfaciendo a la vez la necesidad educativa, recreativa y competitiva del niño (Cangrós, 2003, p.23) y a la vez “potencia el hábito físico creando una necesidad: la de autoaceptación corporal, así mismo favorece una mayor estabilidad emocional y mayor seguridad en sí mismo y, por tanto, un deseo de independencia” (Cangrós, 2003, p.11).

En este programa pionero, también se ha podido comprobar que el agua al tener la ventaja de que el peso de la persona se reduce mucho a causa de la compensación de la gravedad por el empuje del peso que el agua desplaza (Cangrós, 2003), favorece que los niños

presenten mayor movilidad sin requerir grandes esfuerzos pudiendo realizar movimientos que fuera del agua son imposibles de reproducir. Incluso hay niños que gracias a este programa en el cual está con sus compañeros y a la vez tiene un monitor de apoyo para él, le ha ayudado a recuperar parcial y casi totalmente en algunos casos la movilidad.

Por otra parte, las situaciones lúdicas a las cuales se enfrentan los niños del programa les brinda la oportunidad de tocar, manipular, sentir y explorar nuevos materiales y un nuevo medio, donde aprenden a adaptarse y a desplazarse. Por tanto, tal y como comentan los autores Vigotsky y Bruner, también se corrobora la importancia del juego en el programa “Métete en el agua”.

En la mayoría de los casos, el número de amistades aumenta puesto que mantienen contacto con niños de toda la escuela y de otras escuelas que también llevan a cabo cursillos de natación en horario escolar en el mismo horario, teniendo así contacto con otros niños con discapacidades y sin ellas.

Tal y como explican los entrevistados, también cabe destacar en el caso de los niños que padecen trastornos como por ejemplo el espectro autista, también aumenta la relación con los compañeros y profesionales que trabajan en el programa mediante signos (Anexo 2). Por tanto, el programa “Métete en el agua” desarrolla habilidades como la comunicación y la expresión con independencia de la discapacidad o trastorno y favorece las relaciones sociales.

Todas estas relaciones interpersonales benefician la inclusión de los niños con algún tipo de minusválida en la sociedad, favoreciendo el buen clima y mejorando su aceptación personal, motivación y autoestima.

Por otra parte, también cabe destacar que como más precoz es la edad de introducción de los niños con el programa, podemos observar más avances en el ámbito motriz y relacional así como en la normalización y aceptación de la propia discapacidad, como en el resto de personas del entonces frente a la minusvalía.

A más a más, tal y como afirmaban los entrevistados, el programa también aumenta las relaciones con los compañeros del grupo-clase porque se ayudan entre ellos y parten de un punto de partida común desde donde construyen su relación: aprender a nadar. Este hecho es muy importante en el "Métete en el agua" puesto que el niño con minusvalía no domina el medio acuático, pero tampoco el resto de sus compañeros. Por tanto, todos parten del mismo nivel favoreciendo así el sentido de pertenecer al grupo.

Ahora bien, conforme la edad de los niños aumenta, comienzan a verse las diferencias ya que los niños con discapacidad suelen necesitar un periodo más largo para alcanzar los objetivos generales, pero como llevan tantos años en el programa la normalización de estos niños con la resta del grupo es tal que los propios compañeros le animan y le ayudan a mejorar, tal y como explican los monitores en las entrevistas (Anexo 2 y 3). Asimismo, este hecho como las actividades propuestas por los monitores, favorecen el trabajo en grupo y el trabajo cooperativo, donde el niño con minusvalía se siente imprescindible, generando en el sentimiento de pertenecer al grupo.

Aun así, es necesario tener presente que tal y como explican los entrevistados, con los niños adheridos al programa no se plantean objetivos generales a corto plazo a diferencia del resto de los alumnos, sino que "lo importante es individualizar cada caso y ponerse pequeños objetivos a corto plazo para que a largo plazo se llegue a lo que realmente se pretende" (Anexo 2).

Por este motivo, se valora el esfuerzo y el trabajo de los niños puesto que conseguir pequeñas metas para ellos es una fuente de trabajo, esfuerzo y dedicación, la cual es igual o más importante a tener en cuenta y a destacar que el hecho de aprender a nadar. En contra, cabe destacar que también hay niños que llevan años inscritos en el programa y han conseguido ser casi autónomos por completo siguiendo las sesiones sin ningún tipo de adaptación, siendo prácticamente innecesario el monitor de apoyo.

Progresivamente, los niños asumen responsabilidades y en consecuencia cada vez el monitor de apoyo interviene menos en la realización de las actividades que le llevan a cabo durante la sesión, promoviendo así que el niño aprenda a valerse por sí mismo respetando el ritmo y el estadio evolutivo en el que se encuentra.

Por tanto, centrándonos en la autonomía entendiéndola como "la condición que tiene un individuo de no depender de la decisión de otro para hacer una cosa" (Muñoz, 2008, p.1), cabe destacar que el resultado obtenido a partir del programa de natación "Métete en el agua" son visibles en todo momento.

En definitiva, este programa estimula el crecimiento y desarrollo físico y psíquico de los niños con discapacidades o trastornos, ayudando a mantener la mente y el cuerpo en equilibrio generando estados de ánimo positivos, bienestar, placer, diversión, salud y felicidad y fomentando la normalización y la inclusión social. Aun así, hay que tener

presente que cada persona es única e irrepetible y por tanto, cada niño se verá beneficiado por el programa en mayor o menos manera en cada ámbito.

### **2.3.2. Beneficios que aporta al resto de compañeros**

El programa "Métete en el agua" no solo aporta beneficios a los niños con Necesidades Educativas Especiales, sino que también se producen en la resta de compañeros que realizan natación escolar con ellos.

Los niños aprenden a convivir en la diversidad y les aporta una serie de valores basados en la solidaridad, la empatía y la comprensión tal y como exponen los monitores entrevistados (Anexo 3). Además, realizar actividad física favorece las relaciones interpersonales tanto con el niño con discapacidad o trastorno como con el resto de compañeros puesto que la relación no queda delimitada en el colegio, sino que disfrutan e interactúan en un medio totalmente diferente fomentando así la normalización, la inclusión social, la cohesión y el buen clima en el grupo-clase.

### **2.3.3. Beneficios que aporta a las familias**

Las familias también son un punto clave en el programa. A partir del vídeo proporcionado por la Fundación para la atención a personas dependientes en su página web, se concluye que las familias de los niños inscritos al "Métete en el agua" también consiguen beneficiarse con este programa.

La satisfacción mostrada por parte de las familias es visible en todas las entrevistas tanto en la parte emocional y social que fomenta el programa, como en las mejoras físicas y de autonomía que se producen en sus hijos. Todas las madres entrevistadas coinciden en que "pueden hacer las mismas actividades que sus compañeros junto a ellos y se sienten iguales" (Fundación para la atención a personas dependientes, 2012). Las familias muestran confianza en el programa porque sus hijos salen felices y contentos de la piscina y porque disfrutan de una actividad fuera del aula en horario lectivo con sus compañeros de clase, compartiendo espacios comunes, sintiendo igual que el resto. Todas las familias exponen que al inicio del programa, la adaptación al medio acuático y para muchos niños el hecho de llevar a cabo una actividad sin su acompañamiento es un esfuerzo para sus hijos. No obstante, todas afirman que esta meta la acaban consiguiendo y la satisfacción de sus hijos por hacerlo es tal que para ellos ya es suficiente motivo para inscribirse en el programa.

Por estos motivos podemos concluir que los resultados indican indirectamente que la autonomía y los beneficios sociales y emocionales que experimentan los niños inscritos en el programa al poder realizar natación escolar con sus compañeros producen la misma satisfacción en sus familias.

#### **2.3.4. Beneficios que aporta a los profesionales que trabajan en el programa**

Posteriormente a entrevistar a mis profesionales que trabajan en el programa se concluye que el "Métete en el agua" también los beneficia ya que enseñanza-aprendizaje es recíproco, aportando a los monitores una nueva visión de la vida, aprendiendo a valorarla y a tener en cuenta los pequeños momentos que ofrece a partir de la convivencia con estos niños

Por otra parte, tal y como comentan los monitores en el vídeo proporcionado por la Fundación para la atención a personas dependientes, "se crea un vínculo monitor-alumno muy bonito que hace que exploten los beneficios de este programa y que los niños progresen realmente" (Fundación para la atención a personas dependientes, 2012) y llena de satisfacción a los profesionales que trabajan en él por el hecho de que todos coinciden en el que es un trabajo bonito y plenamente gratificante.

#### **2.3.5. Impacto del programa en el aula**

El impacto del programa en el aula queda plasmado en el refuerzo que realiza en las áreas curriculares como los colores, los números, derecha-izquierda, encima-deabajo o movimientos motrices como la voltereta, entre otros. Por tanto, el "Métete en el agua" da apoyo y complementa el trabajo realizado en el aula a partir de aprendizajes significativos que parten de los intereses de los niños: el material de la piscina (aros, cubos, color del material, etc.).

Rescatando la definición de escuela inclusiva del marco teórico como "la capacidad de los sistemas educativos de ofrecer una educación eficaz y de calidad para todo el alumnado y con la voluntad de ofrecerla en espacios comunes y compartidos" (Servei d'Educació Inclusiva i de Coordinación de Programes Transversals, 2009, p.9), podemos contrastar que el programa fomenta la educación inclusiva o "educación para todos" de manera lúdica.

## CAPÍTULO III. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN DIDÁCTICA

### 3.1. JUSTIFICACIÓN

Esta programación de aula está elaborada teniendo en cuenta las competencias y los contenidos a trabajar marcados por la ley vigente LOE y LOMCE en el ámbito de educación física. Asimismo, está adaptada al proyecto del centro Mediterránea y concretamente al aula de 2ºB de primaria, teniendo en cuenta la diversidad del aula: un grupo de 24 alumnos (11 niñas y 13 niños) donde uno de ellos presenta una parálisis cerebral con la mitad del cuerpo afectada con una movilidad inferior.

Este centro realiza 1 de las 3 sesiones semanales de educación física en la piscina municipal Can Millars de Cornellá de Llobregat (Barcelona) puesto que está justo enfrente de la escuela. Debido a la afectación del niño con parálisis cerebral, se hace uso del programa “Métete en el agua” con un monitor de apoyo exclusivo para él.

Cabe destacar que debido a la metodología del centro respecto a la materia de educación física donde desde P3 hasta 6º de primaria se desarrolla una sesión de natación semanal, este alumno lleva incluido en el programa “Métete en el agua” desde entonces, y ha recuperado parte de la movilidad perdida.

Tal y como sabemos el ámbito de la educación física tiene un carácter transversal y por tanto, establece relaciones con las demás áreas debido a su potencialidad educativa. Por ello esta unidad centrada está centrada en la educación física, concretamente en una unidad didáctica de natación que fomente la inclusión educativa así como el trabajo cooperativo y otros aspectos más centrados en la práctica de actividad física.

### 3.2. OBJETIVOS DIDÁCTICOS

- Fomentar la inclusión mediante la natación escolar.
- Trabajar cooperativamente.
- Tener conciencia de las habilidades y limitaciones de uno mismo en el medio acuático para desarrollarlas en consecuencia.
- Participar en el juego colectivo de manera activa.
- Convivir en la diversidad.
- Respetar a los compañeros y las normas básicas de convivencia en el medio acuático.

- Mejorar la autoestima y autoimagen.
- Fomentar la socialización.
- Promover el esfuerzo y la superación.
- Mostrar hábitos saludables en la práctica de actividad física.
- Mejorar la coordinación motriz.
- Mejorar la conciencia y el control del cuerpo.

### **3.3. COMPETENCIAS CLAVE**

En esta unidad didáctica de natación sobre la mejora de la inclusión se desarrollan diferentes competencias. Empezando por la competencia social y ciudadana, esta competencia se trabajará mediante la capacidad de los alumnos para comprender la realidad social de su entorno, afrontar la convivencia y los conflictos que puedan desarrollarse a lo largo de las sesiones apelando el juicio ético basado en los valores y las prácticas democráticas actuando con criterio propio manteniendo una actitud constructiva, solidaria y responsable frente al cumplimiento de las normas básicas de convivencia en el medio acuático.

Asimismo, se desarrollara la competencia de aprender a aprender puesto que el alumnado deberá de emprender, organizar y conducir su aprendizaje de forma individual y grupal, en función de los objetivos y necesidades de cada actividad y alumno, así como dominar los diferentes métodos y estrategias de aprendizaje en el medio acuático.

Para finalizar este apartado, cabe destacar que la unidad didáctica también desarrollará la competencia de autonomía, iniciativa personal y emprendedora a través de la adquisición de la conciencia y la aplicación de un conjunto de valores y actitudes personales interrelacionadas, como la responsabilidad, la perseverancia, el respeto, la autoestima, la creatividad, la autocrítica, el control emocional, la capacidad de elegir, de convertir las ideas en las acciones, de aprender de los errores, de asumir riesgos y de trabajar en equipo.

Concretamente, centrándonos en el ámbito de educación física, en la dimensión de actividad física, se desarrollaran dos competencias:

- Competencia 1. Resolver situaciones motrices de forma eficaz en la práctica de actividades físicas acuáticas.

- Competencia 2. Tomar conciencia de los límites y las posibilidades del propio cuerpo en la realización de actividades físicas acuáticas.

En la dimensión de hábitos saludables, esta unidad didáctica desplegará las siguientes competencias:

- Competencia 3. Mostrar hábitos saludables en la práctica de actividades físicas acuáticas y en la vida cotidiana.
- Competencia 4. Valorar la práctica habitual de la actividad física como factor beneficioso para la salud.

De la dimensión de expresión y comunicación corporal se desarrollará una competencia:

- Competencia 6. Tomar parte en actividades colectivas de expresión y comunicación corporal para favorecer la relación con los otros.

En la dimensión de juego motor y tiempo de ocio, esta unidad didáctica desplegará la siguiente competencia:

- Competencia 7. Participar en el juego colectivo de manera activa mostrándose respetuoso con las normas y los compañeros.

### **3.4. TEMPORALIZACIÓN**

La unidad didáctica se desarrollará en 4 sesiones (1 por semana) en el segundo trimestre escolar, puesto que en el primer trimestre ya se ha trabajado más específicamente los hábitos y normas básicas de convivencia en el medio acuático, la autonomía y la técnica. El segundo trimestre en cambio, está más destinado al trabajo de todas esas habilidades de forma conjunta y por ello al trabajo cooperativo, a la participación activa en juegos colectivos, a convivir en la diversidad y otros valores y aspectos como el esfuerzo, la superación y la autoestima.

### **3.5. CONTENIDOS**

#### **3.5.1. El cuerpo: imagen y percepción**

- Conciencia de la tensión, la relajación y la respiración.
- Experimentación del cuerpo en posturas corporales diferentes.
- Experimentación de situaciones de equilibrio y desequilibrio.

- Experimentación de situaciones que provoquen la coordinación de movimientos.
- Percepción e interacción del propio cuerpo con el espacio y el tiempo.

### **3.5.2. Habilidades motrices**

- Experimentación de diferentes formas y posibilidades del movimiento.
- Ejecución y control de habilidades motrices básicas.
- Resolución de situaciones motrices sencillas.
- Disposición a participar en actividades diversas con aceptación de las diferencias en el nivel de habilidad.

### **3.5.3. Actividad física y salud.**

- Aceptación de la propia realidad corporal y elaboración de la autoimagen.
- Utilización de los materiales y los espacios de acuerdo con unas normas.
- Expresión corporal.
- Exploración y descubrimiento de las posibilidades expresivas del cuerpo y del movimiento.

### **3.5.4. El juego**

- Respeto de las normas y las personas que participan en el juego.
- Valoración del juego como medio de relación con los otros y de diversión.

## **3.6. SECUENCIA DE ACTIVIDADES**

Las sesiones que se llevarán a cabo son de 45 minutos mediante ejercicios con un recorrido de 25 metros. En los diferentes ejercicios, el monitor de apoyo ayudará con las manos al alumno con parálisis cerebral a realizar las propulsiones o la brazada del brazo con movilidad reducida fomentando así su rehabilitación mientras lleva a cabo las diferentes actividades con sus compañeros. Los grupos y parejas que se llevarán a cabo para realizar las diferentes actividades siempre serán heterogéneos.

### **3.6.1. Sesión 1**

- Calentamiento: Ducha + calentamiento fuera del agua (rotaciones de brazos, saltos en el sitio...) jugando al rey (en cada sesión un niño es el rey y marca el calentamiento con los ejercicios aprendidos en el primer trimestre por el monitor y el resto de compañeros deben de imitarlo). ( 5')
- Propulsiones ventrales en posición hidrodinámica.
- Punto muerto de espalda con tabla.
- Inmersiones tocando el suelo.
- Desplazamiento ventral con el brazo derecho mediante punto muerto de crol respirando por el lado.
- Desplazamiento ventral con el brazo izquierdo mediante punto muerto de crol respirando por el lado.
- Con 2 colchonetas, unos niños realizan propulsiones ventrales mientras otros están arriba remando con la mano trabajando cooperativamente para llegar a la otra punta de la piscina. Seguidamente se repite a la inversa: los niños que estaban encima de la colchoneta realizan propulsiones ventrales y los que han realizado propulsiones reman encima de la colchoneta.
- Propulsiones dorsales con el churro en el cuello como si fuera una bufanda.
- Saltos variados por parejas cogidos de la mano.
- Vuelta a la calma: 1 serie de 25 metros a ritmo aeróbico como cada niño quiera (crol, espada, buceando...) + ducha.

### **3.6.2. Sesión 2**

- Calentamiento: Ducha + calentamiento fuera del agua (rotaciones de brazos, saltos en el sitio...) jugando al rey (en cada sesión un niño es el rey y marca el calentamiento con los ejercicios aprendidos en el primer trimestre por el monitor y el resto de compañeros deben de imitarlo). ( 5')
- 1x25m desplazamiento de crol
- 1x25m propulsiones dorsales con churro por parejas.

- 1x25m propulsiones ventrales con una pelota.
- Flotaciones ventrales aguantando 10 segundos.
- Flotaciones dorsales aguantando 10 segundos.
- 1x25m desplazamientos ventrales por parejas pasándose una pelota.
- 1x25m desplazamiento dorsal con el brazo derecho aguantando la otra mano con una tabla a la altura de las caderas. El brazo derecho en cada brazada coge la tabla.
- 1x25m desplazamiento dorsal con el brazo izquierdo aguantando la otra mano con una tabla a la altura de las caderas. El brazo izquierdo en cada brazada coge la tabla.
- Relevos en la piscina de poca profundidad con el brazo no predominante en la espalda. Deben de pasarse el bastón.
- Vuelta a la calma: caminar despacio por la piscina poco profunda + ducha

### **3.6.3. Sesión 3**

- Ducha + calentamiento fuera del agua (rotaciones de brazos, saltos en el sitio...) jugando al rey (en cada sesión un niño es el rey y marca el calentamiento con los ejercicios aprendidos en el primer trimestre por el monitor y el resto de compañeros deben de imitarlo). ( 5')
- 1x25m espalda.
- 1x25m propulsiones dorsales en posición hidrodinámica.
- 1x25m crol 1/2 con el brazo derecho y 1/2 con brazo izquierdo. El brazo que no se utiliza pegado al cuerpo
- 1x25m 1/2 pies laterales por el lado derecho, 1/2 pies laterales por el lado izquierdo con un brazo estirado y el otro pegado al cuerpo.
- 1x25m caballito con los churros extralargos por grupos de 4 niños. El monitor de apoyo ayudará al niño con parálisis cerebral a mantener la verticalidad mientras entre todos reman conjuntamente para poder avanzar.
- 1x25m crol

- 1x25m buceando los máximos metros que puedan y cuando salgan a respirar nadar de crol hasta llegar al final de la piscina.
- Juego de las esculturas: se dividirán el grupo en 4 y se colocaran en el borde de la piscina 3 colchonetas (1 de cada color para cada equipo. Seguidamente se lanzará al agua todo tipo de material utilizado en la piscina (churros, tablas, pullboy, mancuernas, pelotas,...). Una vez hecho los niños podrán tirarse al agua y cogiendo todo el material posible que puedan en 3 minutos y dejándolo puesto en la colchoneta de su equipo cooperativamente. La única norma que hay es que los objetos deben de llevarse de uno en uno y por tanto entrar y salir del agua para llevar cada objeto continuamente. Una vez finalizado el tiempo de recogida de material los niños tendrán 3 minutos para montar fuera del agua en su colchoneta una escultura de forma cooperativa, ponerle un nombre y pensar que representa. Seguidamente, cada grupo elegirá un representante para exponerlo al resto una vez haya acabado el tiempo. Para finalizar, los monitores darán 1 punto al grupo que haya conseguido coger más material, 1 punto a la mejor escultura y 1 punto a los más creativos. El monitor de apoyo ayudará a desplazarse y a recoger material al niño con parálisis cerebral.
- Vuelta a la calma: 1x25m suave de espalda realizando las brazadas con los dos brazos a la vez.

#### **3.6.4. Sesión 4**

- Ducha + calentamiento fuera del agua (rotaciones de brazos, saltos en el sitio...) jugando al rey (en cada sesión un niño es el rey y marca el calentamiento con los ejercicios aprendidos en el primer trimestre por el monitor y el resto de compañeros deben de imitarlo). ( 5')
- 1x25m crol respirando cada 3 brazadas (respiración bilateral).
- 1x25m propulsiones dorsales por parejas con un churro para los dos que deberán de colocarlo a la altura de la pelvis.
- 1x25m propulsiones ventrales por parejas con un churro por pareja que deberán de colocarlo enfrente. Deberán de mantener la cabeza dentro del agua y sacarla para respirar por el lado.
- 1x25m crol 1/2 rápida (ritmo anaeróbico láctico) 1/2 ritmo aeróbico

- Por grupos de 6 realizarán propulsiones de forma conjunta realizando la forma de una redonda. El monitor de apoyo ayudará al niño con parálisis cerebral a colocarse correctamente para la flotación.
- Por parejas con un churro todos se lanzarán al agua realizando propulsiones dorsales. El monitor con un silbato realizará 3 tipos de sonido para ir a un ritmo normal, suave o rápido. Los niños deberán de discriminar el sonido y realizar las propulsiones al ritmo que se les pide en cada momento. El monitor de apoyo ayudará al niño con parálisis cerebral a mover las piernas a los diferentes ritmos.
- Se podrán 3 cubos boca abajo fuera del agua en el borde de la piscina, uno de cada color para cada grupo. Se lanzarán aros pequeños al fondo de la piscina y por grupos deberán trabajar cooperativamente para conseguir coger todos los que puedan.
- Correr por la colchoneta y realizar un santo determinado por el rey y tirarse al agua. En cada vuelta de saltos 1 niño hará de rey y saltará de una determinada manera utilizando el juego simbolito “como si fuera un palo/pájaro/corredor...” y el resto de compañeros deben de imitarlo.
- Vuelta a la calma: crol suave a ritmo aeróbico.

### **3.7. EVALUACIÓN**

Los criterios de evaluación que se observarán mediante una tabla de observación a final de la unidad didáctica teniendo en cuenta la evolución serán los siguientes:

1. Equilibra el cuerpo adoptando diferentes posturas con control de la tensión, relajación y la respiración.
2. Desplazarse, girar, saltar, lanzar, recibir y manejar objetos de diferentes maneras, variando las posiciones corporales.
3. Llevar a cabo como acciones saludables los hábitos de higiene personal asociados a la realización de actividades físicas.
4. Sincronizar los movimientos corporales frente a estímulos auditivos y visuales mediante estructuras rítmicas sencillas.
5. Participar y disfrutar de juegos ajustando la propia actuación en cuanto a aspectos motrices y de relación con los compañeros.

6. Colaborar activamente en el desarrollo de juegos colectivos, mostrando respeto y responsabilidad de manera cooperativa.

## CAPÍTULO IV. CONCLUSIONES

Para concluir este trabajo, se verifica la importancia del deporte en la educación integral de la persona por los beneficios psíquicos, sociales y psicológicos así por la promoción de valores y disciplina dejando de lado el deporte competitivo para centrarse en el deporte formativo y por tanto el “deporte para todos”, lo que permite romper las barreras con las limitaciones y vivir cuerpo y mente en equilibrio. Todo ello, desde la diversión y por tanto utilizando el juego como herramienta de aprendizaje puesto que les ayuda a desarrollarse mediante la “situación ideal” ya que son actividades agradables que satisfacen al niño, le motivan e interesan y les permite experimentar de manera lúdica el mundo proporcionándoles experiencias positivas y valores, interiorizando reglas sociales y despertando en ellos el sentido crítico. Por ello es tan importante crear un ambiente socializador que destaque por su composición lúdica y creativa, pues el juego es un factor de desarrollo global.

Asimismo, la importancia de la práctica de actividades físicas acuáticas a consecuencia de que permite el desarrollo personal, social y emocional de las personas, en especial con discapacidad y trastorno, pues es un deporte que actualmente está en auge que permite trabajar globalmente la armonía del cuerpo y la mente siendo una fuente de bienestar y placer con independencia de la vertiente que sea, pues su máximo objetivo es fomentar la autonomía de la persona en todos los ámbitos, repudiando el sedentarismo y los hábitos nocivos.

Por otra parte, se ha podido analizar la evolución del concepto de Actividad Física Adaptada hasta la actualidad donde pasa a tener una visión de perspectiva de vida, que cada vez más asociaciones ofertan pues el deporte es un agente socializador que facilita el acceso de personas con discapacidad a la sociedad e inclusión.

De igual manera, se fomenta la natación como un apoyo de gran repercusión en la educación especial por la gran cantidad de beneficios que representa para el niño, así como para el resto de su entorno, tanto compañeros como agentes educativos, mostrando así la importancia de la educación inclusiva no únicamente en los momentos en que los niños conviven en un aula propiamente dicha, sino en otras situaciones y espacio más de ocio que entran dentro del horario lectivo en la gran mayoría de veces esa inclusión queda frenada frente a esas situaciones.

Todo ello ha llevado a desarrollar una propuesta de intervención que promueve la inclusión social a través la natación escolar inclusiva que destaca por la socialización y el trabajo cooperativo mediante una gran variedad de propuestas de juegos por grupos heterogéneos o parejas siendo una fuente de motivación e interés para los niños, participando en el juego colectivo de forma activa con un niño con parálisis cerebral. Pues la inclusión escolar se ha realizado en horario lectivo mediante espacios comunes y compartidos fuera de la normalidad de las instalaciones propiamente dichas de las que dispone el centro escolar. Este hecho fomenta la socialización ya que todos comparten una actividad física que de otra manera que no fuera en horario lectivo no sería posible por la gran multitud de extraescolares que se ofertan lo que les permite tener un tema común sobre el que hablar dentro y fuera del horario escolar.

Asimismo se convive en la diversidad y el hecho de verse en bañador y cambiarse en el vestuario muestra sus diferentes anatomías y en consecuencia sus diferencias, hecho que les ayuda a ver que nadie es perfecto fomentando así una autoestima y autoimagen positiva. Por otra parte, obtienen conciencia de sus habilidades y limitaciones y las desarrollan en consecuencia, en muchas ocasiones ayudándose entre ellos y motivándose a continuar y a mejorar, pues todos se encuentran en un medio desconocido en el que deben de aprender a desenvolverse. Por ello, ya no solo el monitor sino los propios niños promueven valores como el esfuerzo, la superación o la empatía animándose entre ellos. Esto favorece que el respeto entre los compañeros del grupo-clase así como las normas básicas de convivencia en el medio acuático queden totalmente inducidas dentro de la programación.

Por otra parte, se trabajan diferentes hábitos saludables en la práctica de actividad física de higiene y aseo anterior y posterior a la práctica como la ducha, el calentamiento o las actividades de vuelta a la calma. Para finalizar, cabe destacar también que esta programación de aula mejora la coordinación motriz y la conciencia y el control del cuerpo mediante las diferentes actividades donde se trabaja el control postural, el cuerpo, la respiración, la relajación y el equilibrio.

Por estos motivos, se verifica el valor de la natación escolar inclusiva así como la importancia de la inclusión en el deporte escolar en el desarrollo físico, social y emocional en la etapa Primaria como fuente de autoformación de la persona de manera integral sobretodo en niños con minusvalía, así como facilitador de la introducción, aceptación y normalización de personas con discapacidad en sociedad. Por tanto, la natación escolar inclusiva es una estrategia de inclusión social que aporta una larga lista de beneficios mejorando así la calidad de vida de los niños con y sin discapacidad.

## CAPÍTULO V. CONSIDERACIONES FINALES

Este trabajo me ha dado la oportunidad de mostrar las diferentes competencias adquiridas a lo largo del grado de Educación Primaria, como la atención a la diversidad, la educación personalizada, el trabajo transversal, la educación integral, la elaboración de una unidad didáctica y aspectos de carácter más específicos de la materia de educación física como el uso de los diferentes ritmos (aeróbico, anaeróbico láctico y anaeróbico aláctico) o la planificación de las sesiones como el calentamiento o la vuelta a la calma.

Asimismo, también he podido profundizar en los diferentes aspectos marcados en el marco teórico lo que ha promovido un enriquecimiento personal, aunque ha habido algún problema con el enfoque del tema en cuestión debido a que no es una programación de aula habitual sino que está realizada en el medio acuático para reivindicar la importancia de la inclusión escolar mediante la natación en horario lectivo. Por otra parte, he realizado la programación de natación por mi formación como técnica de deportes acuáticos así como mi experiencia personal y laboral tanto en el aula como en el medio acuático.

Aunque al inicio la idea del trabajo era más teórica, gracias a las indicaciones de la directora del trabajo he conseguido superar ese obstáculo y desarrollarlo de una forma más flexible y práctica con aplicación en el aula.

Es por ello, que considero que a lo largo del grado he ido evolucionando construyendo una percepción del rol docente mucho más abierta y flexible centrada en el niño como protagonista de su propio aprendizaje, con la inclusión como meta en la educación con el fin de crear personas integras y felices.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aranda, D. M. (2001). Importancia del juego y la educación personalizada en el desarrollo integral del infante. Recuperado el 17 de noviembre de 2015, de <http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/2119/121753.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ayuntamiento de Cornellá de Llobregat. (s.f.). Fica't a l'aigua. *Programas*. Recuperado el 8 de septiembre de 2015, de [http://www.cornella.cat/files/contenidos/Politiques%20Familia/2015/FICATAIGUA115\\_DIPTIC\\_mostra.pdf](http://www.cornella.cat/files/contenidos/Politiques%20Familia/2015/FICATAIGUA115_DIPTIC_mostra.pdf)
- Ayuntamiento de Barcelona. (2014). *Relació de clubs esportius per a persones amb discapacitat*. Recuperado el 2 de enero de 2016, de <http://w110.bcn.cat/fitxers/baccessible/32pdf.070.pdf>
- Berger, B. G. (1996). Psychological benefits of an active lifestyle: What we know and what we need to know. *Quest 48* (3), 330-353.
- Benítez, M. I. (2009). El juego como herramienta de aprendizaje. *Innovación y Experiencias Educativas*, (16), 1-11. Recuperado el 22 de noviembre de 2015, de [http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_16/MARIA%20ISABEL\\_BENITEZ\\_1.pdf](http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_16/MARIA%20ISABEL_BENITEZ_1.pdf)
- Bruner, J. (1983). *Juego, pensamiento y lenguaje*. Recuperado el 12 de septiembre de 2015, de <http://biblioteca.uahurtado.cl/ujah/reduc/pdf/pdf/4413.pdf>
- Cangrós, R. (2003). Moure's. *La natació per als infants d'Espina Bífida*. Neux Ediciones.
- Club Natación Elche (2004). *Natación adaptada*. Recuperado el 10 de septiembre de 2015, de <http://www.elcheclubnacion.com/content/view/79/61/>
- Contreras, O.; De la Torre, E. & Velázquez, R. (2001). *Iniciación Deportiva*. Madrid: Síntesis.
- Corrales, A. R. (2010). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *EmásF*, 4, 23-36.

Daley, A. J. (2002). School based physical activity in the United Kingdom: Can it create physically active adults? *Quest 54*, 21-33.

Departamento de Educación (2008). Decret 181/2008, de 9 de setembre, pel qual s'estableix l'ordenació dels ensenyaments del segon cicle de l'Educació Infantil. *Diario Oficial de la Generalitat de Cataluña* (5216).

Departamento de Enseñanza. (2015). Decret 119/2015, de 23 de juny, d'ordenació dels ensenyaments de l'educació primària. *Diario Oficial de la Generalitat de Cataluña* (6900).

DePauw K. P. & Doll G. (1989). European perspectives on adapted physical activity. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 6 (2), 95-99.

Fierro, C. (2004). La importancia de la natación en la educación del niño. *Revista Digital*, 72. Recuperado el 15 de noviembre de 2015, de <http://www.efdeportes.com/efd72/nacion.htm>

Fundació per a l'atenció a persones dependents. (2014). *Fica't a l'aigua*. Recuperado el 8 de septiembre de 2015, de <http://fundependents.wix.com/dependents#!ficat-a-laigua/c9gd>

Fundación También. (s.f. a). Deportod@s Colegios. *Actividades*. Recuperado el 20 de septiembre de 2015, de [http://www.tambien.org/index.php?id=110&tx\\_ttnews\[tt\\_news\]=343&no\\_cache=1](http://www.tambien.org/index.php?id=110&tx_ttnews[tt_news]=343&no_cache=1)

Fundación También. (s.f. b). Deportod@s Se Mueve. *Actividades*. Recuperado el 20 de septiembre de 2015, de [http://www.tambien.org/index.php?id=110&tx\\_ttnews\[tt\\_news\]=344&no\\_cache=1](http://www.tambien.org/index.php?id=110&tx_ttnews[tt_news]=344&no_cache=1)

García, L. V.; Ospina, J.; Aguinaga, L. & Russi, L. J. (2009). *Aproximación conceptual a la Actividad Física Adaptada (AFA)*. Recuperado el 18 de noviembre de 2015, de [http://www.urosario.edu.co/urosario\\_files/8c/8cf44126-43e4-4bbf-b3aa-750ddaa4d71e.pdf](http://www.urosario.edu.co/urosario_files/8c/8cf44126-43e4-4bbf-b3aa-750ddaa4d71e.pdf)

Generalitat de Cataluña. (s.f.). *Un xic d'història*. Recuperado el 6 de octubre de <http://www.xtec.cat/dnee/angels/o2.htm>

Gutiérrez, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educación*, 335, 105-126. Recuperado el 15 de noviembre de 2015, de [http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335\\_10.pdf](http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_10.pdf)

Guttmann, L. (1976). *Textbook of sport for the disabled*. Aylesbury, Inglaterra: HM + M Publishers

Ley Orgánica 1/1990, de 3 de octubre de 1990, de Ordenación General del Sistema Educativo. Boletín Oficial del Estado, 238, de 4 de octubre de 1990.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. Boletín Oficial del Estado, 295, de 10 de diciembre de 2013

Lloret, M.; Conde, C.; Fagoaga, J.; León, C. & Tricas, C. (2007). *Natación terapéutica*. (5<sup>a</sup> ed.) Badalona: Paidotribo.

Macías, D., & González, I. (2012a). Inclusión social de personas con discapacidad física a través de la natación de alto rendimiento. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 110, 26-35. Recuperado el 26 de septiembre de 2015, de <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=1562>

Martens, R. (1996). Turning kids on to physical activity lifetime. *Quest* 48 (3), 303-310.

Martínez, M. (2009). Dimensiones Básicas de un Desarrollo Humano Integral. Polis, *Revista de la Universidad Bolivariana*, 8 (23), 119-138. Recuperado el 28 de diciembre de 2015, de <http://www.scielo.cl/pdf/polis/v8n23/art06.pdf>

Medina, J., Prieto, R. & Fernández, J. (2000). La natación adaptada como medio de integración para una persona con movilidad reducida. *EFDeportes. Revista Digital* (28). Recuperado el 5 de octubre de <http://www.efdeportes.com/efd28a/adapt.htm>

Moreno, J. A. & Rodríguez, P. L. (2012). *El aprendizaje de las habilidades acuáticas en el ámbito educativo*. Recuperado el 15 de noviembre de 2015, de <http://www.um.es/univefd/aprehab.pdf>

Muñoz, D. (2008). *La salud y la calidad de vida: Actividades físicas más convenientes para la mejora de la salud*. *EDDeportes. Revista Digital* (127). Recuperado el 5 de octubre de 2015, de <http://www.efdeportes.com/efd127/actividades-fisicas-mas-convenientes-para-la-mejora-de-la-salud.htm>

Organización de las Naciones Unidas (ONU). (2005). *Declaración del Año Internacional del Deporte y la Educación Física*. Recuperado el 20 de diciembre de 2015, de <http://www.un.org/es/events/pastevents/sport2005/>

Pansu, C. (2002). *El agua y el niño*. (1<sup>a</sup> ed.). Barcelona: INDE Publicaciones.

Pérez, J., Reina, R. & Sanz, D. (2012). La Actividad Física Adaptada para personas con discapacidad en España: perspectivas científicas y de aplicación actual. Recuperado el 20 de noviembre de 2015, de <http://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/86/81>

Rivas, C. (2006). *La importancia del Deporte Escolar*. Recuperado el 30 de noviembre de 2015, de <http://www.educando.edu.do/articulos/docente/la-importancia-del-deporte-escolar/>

Rodríguez, C. (2015). *Importancia del deporte en el desarrollo integral del individuo*. Recuperado el 4 de diciembre de 2015, de <http://www.efdeportes.com/efd208/importancia-del-deporte-en-el-desarrollo-integral.htm>

Rubio, F. (2009). Principios de normalización, integración e inclusión. *Innovación y Experiencias Educativas*, 27, 1-9. Recuperado el 2 de enero de 2016, de [http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod\\_ense/revista/pdf/Numero\\_19/FRANCISCO\\_RUBIO\\_JURADOo2.pdf](http://www.csi-csif.es/andalucia/modules/mod_ense/revista/pdf/Numero_19/FRANCISCO_RUBIO_JURADOo2.pdf)

Sanz, D., & Reina, R. (2012). *Actividades Físicas i Deportes Adaptados para Personas con Discapacidad*. Barcelona: Paidotribo.

Servei d'educació Inclusiva i Coordinació de Programes Transversals. (2009). *Educació. Aprendre junts per viure junts. Pla d'acció 2008-2015*. Catalunya: Servei de Comunicació i Publicacions.

Universidades políticas, Discapacidad y Empleo. (s.f.). *El concepto de minusvalía según la Organización Mundial de la Salud*. Recuperado el 30 de diciembre de 2015, de <http://www.upc.edu/ude/particulares/informacion/informacion-generica-sobre-discapacidad/el-concepto-de-minusvalia-según-la-organización-mundial-de-la-salud>

## ANEXOS

### **ANEXO 1: ENTREVISTA A UNO DE LOS FUNDADORES DEL PROGRAMA “MÉTETE EN EL AGUA”**

Esta entrevista a sido realizada a Josep Serrano, uno de los fundadores del programa “Métete en el agua”, director gerente de la Fundación para la atención a personas dependientes, el 7 de octubre de 2015 en Cornellá de Llobregat (Barcelona).

El entrevistado prefirió mirarse las preguntas y contestarlas explicando toda la historia sobre la creación del programa “Métete en el agua” y los aspectos de interés relacionados con el tema.

- 1. ¿Cómo, cuándo y porqué surgió el programa “Métete en el agua”?**
- 2. ¿Cuál es su objetivo principal?**
- 3. ¿Cuál es su organización?**
- 4. ¿Qué miembros componen este programa?**
- 5. ¿Cómo se puede acceder a él?**
- 6. ¿Qué discapacidades acoge?**

El programa “Métete en el agua” surge por las necesidades que se detectan en la ciudad. Entonces, te explico simplemente primero los miembros que intervenimos y porqué. Nosotros somos una entidad que somos una fundación que básicamente nos dedicamos a la atención de gente de 3<sup>a</sup> edad, personas en situación de dependencia y a atender a familiares, etc. Pero también dentro de las actividades que hacemos tenemos algunas para atender a personas con deficiencias en autonomía y obviamente hay adultos, niños y gente mayor. Aunque genéricamente casi siempre es gente mayor puesto que es la más numerosa. Nosotros hacemos todo de la mano de otras administraciones y lo que hacemos es trabajar sobre todo con el ayuntamiento de Cornellá para detectar qué situaciones se pueden atender pero que desgraciadamente no hay suficientes fondos públicos para hacer frente y para llevarlas a cabo.

Entonces en su momento, el ayuntamiento de Cornellá, a través del Departamento de Políticas de Familia (que es el que lleva todo el tema de los colegios), más el Departamento de Deporte, detecta que hay una situación donde niños que están escolarizados en la escuela ordinaria con carencias, que tienen normalmente siempre un agente educativo de apoyo, han detectado que durante un tiempo prolongado hay un rechazo de los niños y una

insatisfacción en las familias porque a la hora de hacer deporte en horario lectivo y extraescolares tienen un bloqueo por esa falta de autonomía.

Igual que hoy en día pueden tener en las aulas un apoyo puntual más o menos extenso, no es así en otras actividades escolares o de ocio en horario lectivo que pasan por las colonias, actividades escolares deportivas, culturales, etc. Y entonces todo el esfuerzo para integrar e incluir al niño en el colegio ordinario se frena en el momento en que en las situaciones de más placer, de pasárselo bien, de más ocio, el niño no puede participar porque está este obstáculo que es que se necesita un apoyo que se debe de pagar y esto no está cubierto. Entonces, si no lo paga la familia que es un *hándicap*, el niño normalmente no tiene acceso a estas actividades y no están suficientemente ajustadas. Esto se detecta en muchas cosas y es un tema que se va pasando y nunca se ha hecho llegar a tierra desde el punto de vista de ir a darle una solución aunque sea parcial.

En su momento, Políticas de Familia y Deporte detectan esta situación y se ve que hay un grupo de niños que les gustaría hacer natación, que de hecho lo están haciendo desde el ámbito particular yendo a clases fuera de horario lectivo, pero que no pueden ir con sus compañeros de clase porque eso significa que el grupo escolar debería de asumir y deberían de pagar los padres directamente, la diferencia de lo que cuesta pagar a una persona más al grupo desde que salen de clase, cogen el autocar o vienen caminando, en los vestuarios y al hacer la actividad dentro del agua que es un monitor más. Y claro, eso es inviable para una familia poderlo sostener porque si que está dispuesta a pagar la cuota de natación como cualquier otro niño, pero todo el coste añadido que les implica esta discapacidad, esta falta de autonomía, es un hecho excluyente que no pueden asumir.

Entonces se plantea el porqué no se intenta buscar los medios para poder atender a los que puedan haber en la ciudad con esta situación. Entonces por ello se habla con nosotros, con la Fundación Dependientes, para intentar buscar el financiamiento necesario para esta actividad ya que el ayuntamiento de Barcelona obviamente no puede asumir con los presupuestos que tiene, ese coste e intentamos buscar el financiamiento privado.

En este sentido, la Fundación Dependientes que puede recibir esta serie de subvenciones porque podemos ir a obras sociales, convocatorias, etc. ponemos en marcha el programa yendo a buscar el financiamiento privado y en su momento buscamos un aliado que es la Caja Penedés e iniciamos el programa con su apoyo, que se tiene durante muchos años hasta su desaparición. Mientras que existió Caja Penedés, se llegaba donde no llegaba la

fundación y con los recursos propios decidió hacer la aportación necesaria para cubrir todo esto.

Por otra parte, se dijo que desde qué manera se instrumenta esto, porque esto se tiene que hacer de alguna manera, alguien tiene que hacer esta tarea. Entonces identificamos otro aliado local que es el Club Natación Cornellá, que tiene tanto los recursos humanos como la capacidad para poder dar el trato necesario a estos niños porque además mayoritariamente, después ha habido más piscinas, pero principalmente es donde los niños suelen ir. Inicialmente había una piscina que era Can Millars, pero se montó una estrategia para que los monitores del Club Natación Cornellá fueran los que dieran este apoyo en cualquier piscina de Cornellá. Por tanto, este club de natación es el aliado con el que se instrumenta cada año la atención a estos niños y se hace en función de la discapacidad de cada niño. Desde el momento en que llegan a la piscina le ayudan a cambiarse en el vestuario y después en el agua para fomentar su autonomía y la inclusión educativa.

En resumen, somos tres “patas”: el ayuntamiento de Cornellá a través de dos departamentos, la Fundación Dependientes que se encarga de buscar los recursos o de aportarlos en caso necesario y el Club Natación Cornellá que es el que ejecuta con su capacidad para hacer realidad esta situación. Por otra parte también tenemos el patrocinador externo que tuvimos en su momento (Caja Penedés) y desgraciadamente llevamos unos años sin contar con él porque ya no existe y es la fundación la que afronta actualmente el coste.

¿Cómo se hace? Como los niños que están atendidos son niños de Cornellá que están escolarizados en Cornellá, se hace una convocatoria que se gestiona desde el ayuntamiento desde el Departamento de Políticas de Familia que da la información a todos los centros públicos y concertados de la ciudad sobre lo que deben de presentar (documentación necesaria y requisitos) y el plazo de entrega. Normalmente se hace a final del curso escolar para hacer una previsión de cara al curso siguiente. El mes de junio los centros presentan la documentación. Obviamente el ayuntamiento tiene conocimiento de todos los niños que están escolarizados y de su situación porque de una manera u otra están dándole apoyo a estos niños de otras formas. Pero no todos los niños hacen la actividad, son las familias la que deciden que su hijo haga o no natación en horario lectivo con sus compañeros. Las que quieran presentan la documentación y se analizan las necesidades que el niño presenta.

Todo esto lo gestiona el ayuntamiento y ningún niño queda fuera del programam “Métete en el agua”, todos los niños forman parte de este programa y a partir de entonces se mira al inicio de curso la programación de cada uno de los centros y de las aulas donde se encuentran estos niños para que ya tengan asignados desde el momento que empieza la actividad de piscina en octubre su monitor de apoyo en el horario que le corresponde y después de esto ya no afecta a la familia para nada. La familia abona el coste como cualquier otro niño y ya no tiene que preocuparse del coste añadido porque ya está cubierto y organizado desde meses atrás y esta es la manera de cómo acceden los niños y las familias a beneficiarse de este programa.

Claro hay niños que han entrado al programa en P3 y por sus propias necesidades hasta que acaban la primaria tienen este apoyo aunque por los años que lleva el programa todavía no se ha llevado a cabo todo este recorrido. Pero hay algunos que entran y no se están para siempre porque su capacidad de autonomía ha mejorado mucho y deja de ser necesario este apoyo. Porque principalmente, los niños con estas necesidades, con estas carencias, necesitan inicialmente un apoyo pero a la mínima que se les estimula y cogen un aprendizaje que dejan de necesitar este apoyo, que de hecho es el objetivo, que el niño sea autónomo.

Tipos de discapacidades hay muchas, físicas, psíquicas, sensoriales, pluridiscapacidades,... la última fecha que puedo aportarte sobre este curso es que es el año que más niños están adheridos al programa desde sus iniciaos. Actualmente hay 32 niños. Espero haberte ayudado en tu investigación y si necesitas cualquier tipo de información más adelante no dudes en pedírmela.

## **ANEXO 2: ENTREVISTA A UN MONITOR DEL PROGRAMA “MÉTETE EN EL AGUA”**

La entrevista ha sido llevada a cabo al monitor del programa “Métete en el agua” Alberto Juidías, el 20 de octubre de 2015 en Cornellá de Llobregat (Barcelona).

### **1. ¿Trabajas actualmente en el programa “Métete en el agua”?**

Sí, actualmente trabajo en “Métete en el agua” en las tres instalaciones de Cornellá.

### **2. ¿Cuán los cursos hace que trabaja en este programa?**

Empecé a trabajar hace 8 años, bueno cursos escolares. Exceptuando el curso pasado que no me encontraba en España, todos los demás he trabajado con un niño a diario.

### **3. ¿Ha habido algún tipo de cambio en la forma de organización del programa? Si es así, que ha cambiado?**

Realmente no ha cambiado nada. Si es cierto que ha incrementado el número de niños adheridos al programa pero el funcionamiento no ha evolucionado nada.

### **4. ¿Con que tipo de trastornos o discapacidades te has encontrado?**

Una múltiple variedad de trastornos y discapacidades. Desde casos más “sencillos” como puede ser fotofobia, a casos más “extremos” como autismo o discapacidades de nivel alto. Cada uno de ellos con sus características y particularidades.

### **5. ¿Qué información previa te han dado antes de empezar a trabajar con un niño?**

Realmente no es una formación muy específica. Más bien es una información general que ciertamente te ayuda muy poco. Cuando te encuentras cara a cara con el niño es cuando te das cuenta realmente en qué tipo de caso estás.

### **6. ¿Qué mejorías has visto en el niño a lo largo del programa? ¿Estas mejoras son a corto plazo o a largo plazo?**

Todo a largo. Como he dicho antes cada niño tiene sus características y particularidades y ello conlleva también su dispar desarrollo a lo largo del curso por parte de cada niño. Lo importantes es individualizar cada caso y ponerse pequeños

objetivos a corto plazo para que a largo plazo se llegue a lo que realmente se pretende.

Por lo general se establece una sintonía monitor-alumno muy especial. Una sintonía que no quita la introducción a una disciplina y normas de conducta que el alumno acaba haciendo suyas. Cabe destacar también el desarrollo de habilidades como la comunicación, seguridad o expresión. Así como el hecho de socializarse con los demás compañeros en un ambiente sano y lúdico como es la piscina.

**7. ¿Te has encontrado con algún tipo de barrera a la hora de trabajar (con el monitor referente del grupo, con el material, arquitectónicas)?**

Realmente no. En el caso que las hubiera, es el monitor el que las tiene que derribar con seguridad, pero tanto con los demás monitores como trabajadores de las instalaciones, todo perfecto. Al igual que la adecuación de las instalaciones.

**8. ¿Hay algún tipo de relación o cambio de información con la tutora o el colegio? ¿Alguna entrevista previa o agenda de contacto con los profesores, psicólogos o terapeutas que hacen un seguimiento al niño? ¿Y con la familia?**

Nada de nada. Realmente es un punto negativo en este programa. No hay *feedback* ni relación entre profesionales, profesionales que tienen el mismo objetivo que es educar y estimular a niños con atención especial.

**9. ¿Qué beneficios crees que tiene este programa para el niño? ¿Y para el resto de compañeros? ¿Y para las familias de los niños con algún tipo de discapacidad? ¿Y para ti y para el resto de profesionales que trabajan en la piscina?**

Para el niño hay infinidad de beneficios, y a cada niño le surgen nuevos y diferentes. Por lo general y de forma resumida: bienestar, placer, diversión y salud. Pero la lista es infinitamente más extensa. Piensa que los niños en el agua son muy felices, disfrutan mucho. Se comunican con las demás compañeros, juegan, ríen,... ¡Piensa en todas las variantes que surge de ello!

En el resto de compañeros sobretodo se benefician por la adquisición de valores. Se solidarizan con el niño, ven que también los niños pueden hacer actividades fuera de lo común como es la natación, les unen a ellos.

Para las familias les da una gratificante alegría ver como sus hijos pueden ir a la piscina con los demás compañeros. No creo que tengan mejor beneficio que ver sonreír a sus pequeños... Es más, había un niño autista que su madre solo veía sonreír cuando salía de piscina ¿Qué puede haber más valioso que eso?

Personalmente para mí, me ha hecho mejor persona. En aquellos fríos días de invierno en el que tienes dolor de cabeza u aún te queda media materia por estudiar, ves que no te puedes comprar todo aquello que desearías, al día siguiente madrugas....vas a trabajar y ¡Zas! Te recibe cualquier niño del programa “Métete en el agua” con aquella sonrisa. ¡Entonces te das cuenta de que te quejas por gusto! ¡Que tenemos mucha suerte! Sin duda es un trabajo muy gratificante. En ocasiones muy duro... pero hay que sacar la parte positiva a las cosas.

#### **10. ¿Qué cambiarias o mejorarías del programa?**

Lo primero que haría es una reunión con los padres antes del inicio del curso, detallando el caso y dejando claros unos objetivos así como un seguimiento bastante continuo de cómo van los alumnos.

Por otra parte, añadiría una mayor supervisión. No todos los monitores se toman de la misma manera el trabajo y no puede ser. ¡No es justo por los niños! Del mismo modo que no todos los monitores están capacitados para realizar este trabajo.

Por último y realmente poco relevante, haría una sesión con los padres a final del curso del tipo “fiesta fin de temporada” para que padres, niños y monitores tengan un contacto directo a final de curso.

#### **11. ¿Qué crees que aporta de diferente este curso a otros donde los niños con algún tipo de discapacidad están separados de sus compañeros?**

Desconozco otros programas dentro del agua. Sí que conozco en otros deportes como hockey o fútbol. Yo creo que en nuestro caso la individualización es un punto a favor muy importante.

**12. ¿Crees que los padres realmente están informados de qué implica este programa?**

Para nada. Quiero decir saber el funcionamiento pero no el “fondo” de ello y es una pena porque estoy seguro que si fuera así todavía más niños inscritos.

**13. ¿Alguna anécdota de tu trabajo en el programa “Métete en el agua”?**

La lista es muy extensa... desde el niño que canta todas las canciones existentes en el panorama musical hasta las menos agradables como vómitos o descuidos urinarios y demás.

Siempre recordaré la primera vez que hice “Métete en el agua”. Salí de la sesión casi llorando y diciéndome: “-¡El próximo día no hago yo esto!”. Y mira ahora, han pasado 8 años y aquí sigo.

**14. ¿Alguna aportación más que te gustaría hacer a esta entrevista?**

Creo que este programa debería estar al alcance de todos los niños sean del municipio, comunidad o región que sean. ¡Creo que aporta muchísimos beneficios y es una pena que se lo estén perdiendo!

### **ANEXO 3: ENTREVISTA A UNA MONITORA DEL PROGRAMA “MÉTETE EN EL AGUA”**

La entrevista ha sido llevada a cabo a la monitora del programa “Métete en el agua” Carolina Benjumea, el 23 de octubre de 2015 en Cornellá de Llobregat (Barcelona).

#### **1. ¿Trabajas actualmente en el programa “Métete en el agua”?**

Sí, en la instalación de Can Millars y del Parc Esportiu.

#### **2. ¿Cuán los cursos hace que trabaja en este programa?**

Llevo trabajando 7 años en el programa.

#### **3. ¿Ha habido algún tipo de cambio en la forma de organización del programa? Si es así, que ha cambiado?**

No ha cambiado nada. Y creo que debería haber cambios porque todo va evolucionando y el volumen de niños es mayor.

#### **4. ¿Con que tipo de trastornos o discapacidades te has encontrado?**

Síndrome de Down, autismo, inicios de esquizofrenia, sordera, retraso en el crecimiento físico y ceguera.

#### **5. ¿Qué información previa te han dado antes de empezar a trabajar con un niño?**

Te dan un mísero papel donde pone la edad y la discapacidad, pero en ningún momento te proporcionan ejercicios o te enfocan sobre cuales son mejores ni peores para el niño, todo eso tengo que buscarlo yo por mi cuenta.

#### **6. ¿Qué mejorías has visto en el niño a lo largo del programa? ¿Estas mejoras son a corto plazo o a largo plazo?**

A corto plazo ninguna. A largo en plazo más autonomía, comunicación, expresión... en casos como el del autismo muchas veces llegamos a comunicarnos con signos.

**7. ¿Te has encontrado con algún tipo de barrera a la hora de trabajar (con el monitor referente del grupo, con el material, arquitectónicas)?**

Sin duda la falta de información, básicamente. Arquitectónicamente me hubiera gustado una piscina adaptada refiriéndome a la profundidad del vaso de la piscina, porque en Can Millars la profundidad es perfecta pero en cambio en el Parc Esportiu es demasiado poco honda y la mayoría de niños en muchas zonas del vaso tocan con el pie y caminan. En Can Millars la profundidad es mucho mayor y ni si quiera yo hago pie por lo tanto tengo que hacer doble esfuerzo: mantener al niño a flote y mantenerme a mí. Eso muchas veces me dificulta tener que hacer ciertos ejercicios, algunos que hago con unos niños en una piscina con otros en la otra ni me los planteo.

En cuanto al materia no está mal pero depende de que instalaciones. La piscina Can Millars por ejemplo tiene más material que otras y por lo tanto te da mucho más juego a la hora de trabajar y preparar ejercicios. Tienen toboganes, trampolines, lo cual te permite trabajar diferentes cosas que en la otra piscina donde también llevo a cabo el programa “Métete en el agua”.

Referente a los monitores, me he encontrado con algunos que a la hora de amoldar la clase al niño no lo han tenido en cuenta para nada, iban “a su bola” y he tenido que adaptar yo la deficiencia del niño a la clase.

**8. ¿Hay algún tipo de relación o cambio de información con la tutora o el colegio? ¿Alguna entrevista previa o agenda de contacto con los profesores, psicólogos o terapeutas que hacen un seguimiento al niño? ¿Y con la familia?**

Con la tutora o el colegio nada de contacto y con la familia con la madre porque de todos los niños son ellas las que los vienen a buscar cuando acaban la clase, pues los niños vienen directos la mayoría de veces a las 15 desde el colegio pero los vienen a recoger las madres a la piscina. Pero este contacto suele ser por interés propio mío. Depende con que familias hay más contacto que con otras, pero la mayoría de veces es por iniciativa propia.

**9. ¿Qué beneficios crees que tiene este programa para el niño? ¿Y para el resto de compañeros? ¿Y para las familias de los niños con algún tipo de discapacidad? ¿Y para ti y para el resto de profesionales que trabajan en la piscina?**

Pues que el niño necesita una atención especializada e individualizada y dispone de un monitor solo para él que le guía y le acompaña adaptando los ejercicios que sean necesarios, pero a la vez esta con sus compañeros de clase del colegio. Por otra parte, yo particularmente me centro mucho en trabajar e intentar mejorar la autonomía. Además, al tener un monitor exclusivo para el niño puedes trabajar unos objetivos muy específicos y exclusivos para cada niño y no de forma más general como tiene el resto de compañeros aunque hay algunos que son iguales o semblantes pero a lo mejor en una escala inferior. Por ejemplo u niño con parálisis cerebral depende de la movilidad que tenga (que muchas veces es nula) no le puedes pedir el mismo nivel de exigencia o de perfección en según qué movimientos.

Al resto de niños les aporta una serie de valores como la solidaridad, la comprensión o la empatía. Por ejemplo le ayudan y le animan si ven que alguna actividad no puede hacerla o le cuesta o le da miedo saltar, ellos le dan la mano. Además de que normalicen el estar y convivir con una persona con algún tipo de minusvalía ya sea un trastorno o discapacidad.

Para las familias yo creo que lo que más les aporta es ver que sus hijos poco a poco son más autónomos. Además yo por ejemplo trabajo mucho el tema del acto-consecuencia y los límites y muchas madres me han dicho que todo ese trabajo no lo notan en casa, porque muchas veces estos niños no tienen ningún sentido de las normas. Por otra parte, también trabajo y refuerzo el tema de aprender los colores y los números por ejemplo. Creo que es una forma diferente y divertida de seguir aprendiendo lo que trabajan en el colegio pero en el agua.

¿Los beneficios que me aporta a mi? Es que no hay palabras. Es muy gratificante por pequeña que sea la mejoría que el niño consiga. Solo para conseguir que el niño coja seguridad y meta los pies en el agua que parece algo muy simple requiere muchísimo trabajo y esfuerzo tanto por mi parte como por parte del niño y cuando ves que poco a poco van consiguiendo esa autonomía y esa seguridad en ellos mismos es algo increíble. Por otra parte, trabajar con estos niños me ha hecho ver y valorar cosas que antes no veía y no valoraba, como por ejemplo que quizás nosotros nos quejamos por tonterías y viendo a estos niños te das cuenta que tus quebraderos de cabeza son tonterías sin importancia.

#### **10. ¿Qué cambiarias o mejorarías del programa?**

Cambiaria el trabajo previo. Que nos dieran más información del niño, lo que le puede ir mejor o peor para trabajar, saber un poco la línea del colegio para intentar seguirla y no hacer algo completamente diferente que lo descuadre totalmente como puede pasar muchas veces ya que no hay ningún tipo de traspaso de información entre el colegio y nosotros.

También poder trabajar el tema psicólogo, porque nosotros al fin y al cabo somos monitores de natación pero no hay ningún tipo de formación enfocada a trabajar con niños con trastornos sobretodo. En nuestra formación solo entra un pequeño apartado para trabajar con problemas físicos.

Además, debería haber un contacto previo con los padres y con los psicólogos para poder decir que le va mejor al niño, que no, que puedes hacer para mejorar, que trabajar más... Llevar la misma línea de trabajo todos los agentes educativos que intervienen en el niño y su desarrollo diario.

#### **11. ¿Qué crees que aporta de diferente este curso a otros donde los niños con algún tipo de discapacidad están separados de sus compañeros?**

Que tengan una enfermedad, trastorno o discapacidad no significa que tengan que estar aislados del mundo, sino que tienen que intentar con sus particularidades igual que las de todos, adaptarse a la vida cotidiana porque tendrán una minusvalía pero no son diferentes al resto y en muchos casos pueden ser igual de autónomos que el resto, que es uno de los objetivos principales que marcamos.

**12. ¿Crees que los padres realmente están informados de qué implica este programa?**

Para nada. Solo saben que va a tener un monitor para el solo y ya está, no saben nada más y yo creo que este es uno de los problemas más grandes del programa.

**13. ¿Alguna anécdota de tu trabajo en el programa “Métete en el agua”?**

Hay un niño que tiene retraso en el crecimiento, va a P4 pero es como si fuera a P3. Vomita cada jueves cuando oye al monitor que lleva el grupo decir “nadar solos” aunque a él le ayudo yo, pero es algo que siempre le pasa.

**14. ¿Alguna aportación más que te gustaría hacer a esta entrevista?**

Dedicaría más programas, no solo en el agua. Que vale que lo de la piscina salió hace pocos años y está a la orden del día pero mucha más gente necesita clases personalizadas o adaptadas y no solo para niños que tengan una minusvalía visualmente, porque hay otros niños que pueden tener otro tipo de deficiencia, trastorno o bloqueo emocional que no están diagnosticados y ellos también lo necesitan.