

Manifestaciones de comportamientos en niños antes, durante y después del proceso de adaptación en la iniciación deportiva de la natación

AUTORES: Christian Leonardo Maza Imbaquingo¹
Paulo Roberto Ñacato Delgado²
Lorena Sandoval Jaramillo³
Mario René Vaca García⁴

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA: clmaza@espe.edu.ec

Fecha de recepción: 24 - 01 - 2021 Fecha de aceptación: 15 - 04 - 2021

RESUMEN

En la presente investigación se mencionará las manifestaciones de comportamientos en niños antes, durante y después del proceso de adaptación, en la iniciación deportiva en Natación, se buscó información en distintos repositorios y fuentes académicas confiables para lograr determinar conceptos como iniciación deportiva en Natación, generalidades, desarrollo de independencia y autonomía en niños de 5 años, desarrollo de la autoconfianza, beneficios de la natación, estimulación temprana, Teoría Behaviorista, adaptación al medio acuático y tipos de comportamiento de los niños en la natación.

PALABRA CLAVE: iniciación deportiva; natación; adaptación; método socializador.

Manifestations of behavior in children, before, during and after the adaptation process in the sports inciation of swimming

ABSTRACT

In this research, the manifestations of behaviors in children will be mentioned before, during and after the adaptation process, in the sports initiation in Swimming, information was sought in different repositories and reliable academic sources to determine concepts such as sports initiation in Swimming, generalities, development of independence and autonomy, development of self-confidence, benefits of swimming, early stimulation,

¹ Universidad de las Fuerzas Armadas (ESPE). Ecuador.

² Universidad de las Fuerzas Armadas (ESPE). Ecuador. E-mail: prnacato@espe.edu.ec

³ Universidad de las Fuerzas Armadas (ESPE). Ecuador. E-mail: mlsandoval1@espe.edu.ec

⁴ Universidad de las Fuerzas Armadas (ESPE). Ecuador. E-mail: mrvaca@espe.edu.ec

Behaviorist Theory, adaptation to the aquatic environment and types of behavior of children in swimming.

KEYWORDS: sports initiation; swimming; adaptation; socializing method.

INTRODUCCIÓN

En la natación y en los deportes en general, el pilar fundamental en buscar que los niños opten por la práctica deportiva es el rol del entrenador, el medio social y a su vez del padre de familia, por esta razón es muy importante tomar en cuenta el proceso de adaptación que tiene el niño hacia la práctica de un deporte y a su vez de forma en la que asume dicho proceso, es de esta manera que se debe considerar con un proceso planificado de enseñanza para que tenga como pilar principal lograr alcanzar un apego hacia el deporte y se logre un buen trabajo que conduzca al alto rendimiento.

Se realizó una revisión sistemática de documentos científicos dedicados a iniciación deportiva en la Natación, Manifestaciones de comportamientos en niños en el proceso de adaptación al medio acuático, para ello se utilizaron buscadores como Google Académico, SciELO, EFDeportes, lugar donde se encontraron varios artículos e investigaciones acerca del tema tanto a nivel Nacional como Internacional con el tema de iniciación deportiva en la Natación y su proceso de adaptación en el medio acuático, esta búsqueda se la hizo en español como en inglés, las revisiones que se realizó son sin límite de fecha ya que cada una de las investigaciones aportan con una gran información para la recolección de los datos.

Tras la búsqueda inicial se localizaron 52 artículos de estudio, de los cuales se excluyeron 44, que no aportaban con una información relevante para la investigación, de los cuales dos libro y 8 artículos, de los cuales 6 son de creaciones e investigaciones propias de los autores y los 2 restantes fueron de revisiones bibliográficas hechas por diferentes autores.

La información se estructuró en una primera parte dedicada a la iniciación deportiva en la Natación y adaptación al medio acuático y la otra dedicada a las manifestaciones de comportamientos en niños, antes, durante y después del proceso de adaptación en la Natación. Del conjunto de estudios analizados se extrajo para cada grupo de población, información de las diferentes variables. De las revisiones bibliográficas que se tomaron en cuenta se extrajo información sobre el autor, año, finalidad, fuentes de información y conclusiones. También de los artículos y libros se tomó en cuenta el año, la autoría, editorial o revista de publicación, año que fue publicado, lugar de publicación, tipo de estudio, sujetos y origen.

DESARROLLO

Según (Aucallanchi, 2018) la práctica deportiva que trata de permanecer por encima del agua, en movimiento de las extremidades superiores, inferiores, y

usando para ese fin diferentes métodos como el crol, brazada, la mariposa o de espalda.

A su vez, (Saavedra, 2016) “Se puede definir a la natación a la capacidad de las personas para moverse en un ambiente acuático, por medio de los actos propulsores de las extremidades, piernas y brazos, para romper la resistencia producida por el agua”

Según Hernández (1998) la iniciación deportiva es un proceso que comprende el aprendizaje inicial de uno o varios deportes de una forma específica. Sin embargo, para Blázquez (1995) la iniciación deportiva es ante todo un proceso de enseñanza plurifacético y progresivo de los procesos técnicos, tácticos-estratégicos básicos de un deporte.

Sofía Usher (2014) define a la natación como la habilidad que permite al ser humano desplazarse en el agua, gracias a la acción propulsora realizada por los movimientos rítmicos, repetitivos y coordinados de los miembros superiores, inferiores y el cuerpo, lo que le permitirá mantenerse en la superficie y vencer la resistencia que ofrece el agua para desplazarse en ella.

En este contexto vemos la importancia de la natación para el desarrollo de las capacidades condicionantes y haciendo énfasis a las capacidades motrices del niño. Luis Scaffa (1995) afirma que “de todas las formas de ejercicios para mantener la salud y el bienestar físico, los más aconsejables para cualquier edad, sexo y tipo físico son los ejercicios dentro del agua”, o sea la Natación.

Esto es entendible, debido a que al encontrarnos en un medio acuático se suprime el así llamado alto impacto que sufren las articulaciones por efecto del peso propio del cuerpo y la gravedad y al estar sumergidos en el agua la densidad del cuerpo disminuye.

Desarrollo de independencia y autonomía del niño en la natación durante el proceso de adaptación al agua

Sepimex (2016) afirma que el desarrollo de la autonomía y la independencia en una persona adulta se forma desde la infancia. Muchas personas tienen la creencia de que la independencia debe ser un “resultado” que viene acompañado de la mayoría de edad, sin embargo, esta creencia es completamente errónea. (pág. 1)

Es decir que el desarrollo del niño inicia desde la primera infancia en donde el ser comienza a desarrollar la independencia y autonomiza, en donde el individuo empieza a convivir con los agentes externos que mucha de las veces permite que el mismo logre irse desarrollando de la mejor manera en el entorno social, de esta manera es donde entra la disciplina de la natación que permite en el niño ir forjando nuevas experiencias para su vida, de esta manera se permite un desarrollo más autónomo e independizado del niño, ya que aparte de la enseñanza crea en el niño una responsabilidad.

Chokler (2010) plantea que “Un bebe autónomo se caracteriza entre otras cosas, por tener iniciativa en sus acciones, entendiendo que cuenta con herramientas perceptuales, motrices y psicológicas que le ayudaran en el proceso de maduración y en el contacto con su entorno” (pág. 1).

Por ello la natación parte como un deporte en donde el niño, puede desarrollar cada una de sus capacidades coordinativas y condicionales de esta manera facilitara la habilidad de desarrollarse dentro del medio social, a su vez de fortalecer su autonomía.

Desarrollo de la autoconfianza con el agua durante el proceso de adaptación en niños de 5 años

Cecilia Rodríguez afirma que la autoconfianza es confiar en uno mismo, significa creer en la propia persona. Creer es más importante que poder. El que cree en sí mismo no se rinde y se preocupa por buscar alternativas que le llevan a lograr sus metas. La confianza es la clave para no desistir y para lograr los objetivos personales. (pág. 1)

Es decir, mediante la natación se logra desarrollar en el niño una autoconfianza al momento de percibir el medio acuático, es decir muchas de las veces se encuentra grabado en la mente la relación que existe entre el acuático junto con el útero de la madre, de esta forma se puede crear un vínculo facilitando el aprendizaje y la adaptación.

De esta manera la natación como disciplina que crea responsabilidad y valores, también se ve enmarcado en el aporte de confianza y seguridad que aporta al niño entre ellos podemos destacar (Rodríguez, s.f.):

- a) Una sana autoestima.
- b) Capacidad para afrontar los retos y las dificultades, buscando alternativas y encontrando soluciones.
- c) No se dejan influenciar fácilmente.
- d) Son capaces de expresar sus opiniones sin necesidad de dañar a los demás.
- e) Es una de las bases de una personalidad fuerte y madura.
- e) Contribuye a su inteligencia emocional.
- f) Es la fuerza que les hace posible conseguir las propias metas.
- g) Es la base para tolerar la frustración y para aprender.

Beneficios de la natación en niños de 5 años

Sofia Usher (2014), Vicerrectora de Deporte, Cultura y Lengua en la Universidad de Alicante, establece los siguientes beneficios provenientes de la natación:

- a) Mantiene y mejorar la condición física en general en los niños.

- b) Mejora las capacidades coordinativas tan indispensables en el desarrollo motriz de los infantes.
- c) Mejora la movilidad articular, evitando posibles lesiones, debido a que se encuentra en un medio acuático y por consiguiente reduce las cargas que soporta el peso propio del cuerpo.
- d) Mejora la autonomía del niño en el medio acuático
- e) Nos ayuda aumentar la resistencia muscular
- f) Reeduca el control de la respiración
- g) Reduce el estrés
- h) En el niño lo ayuda a divertirse y sociabilizar

Relación entre la estimulación temprana y la natación

Según la UNICEF (2011) “La estimulación temprana ayuda a fortalecer el cuerpo y a desarrollar las emociones y la inteligencia del niño”.

En la práctica de la natación se estimula las áreas del desarrollo como son:

- a) Motor Grueso- son los grandes movimientos del cuerpo, piernas y brazos.
- b) Motor fino- son los movimientos finos y precisos de las manos y dedos.
- c) Socio-afectiva- es la capacidad de relacionarse con los demás y expresar sentimientos y emociones.

La UNICEF (2011) brinda las siguientes sugerencias para la realización óptima de la estimulación temprana en la natación:

- Desarrollar las actividades en un ambiente tranquilo y seguro.
- Siempre que sea posible premiar o festejar los resultados obtenidos por el niño.
- No forzar al niño a realizar las actividades si este prefiere no hacerlo.
- Que participen ambos padres o aquellas personas encargadas del cuidado diario en la estimulación de los hijos o hijas.
- Acompañar las actividades con música, canciones, rimas y juegos.
- El momento ideal para estimular a los niños es cuando están despiertos y tranquilos.

Adaptación de los niños al medio acuático

Según Edgar Tepan (2010) “La adaptación es un proceso continuo, que se va logrando en forma permanente, este comienza con la adaptación ambiental.” En otras palabras, cuando el niño está ya en el agua, se manifiestan diversas percepciones tales como el equilibrio, la visión, la audición, la respiración, las cuales son causas permanentes de adaptación. Si se realizan ejercitaciones

adecuadas a la capacidad y necesidad del niño, aparece entonces la habilidad acuática que permite la iniciación del nado formal.

Tipos de comportamiento de los niños en la natación

El comportamiento de una persona remite a su modo de ser, es decir, a su actitud. El comportamiento remite a las acciones de una persona y a los hechos que muestra en la rutina cotidiana. (Pág. 7)

Es decir que cada persona refleja su tipo de comportamiento según su entorno y las circunstancias que vive día a día.

El comportamiento agresivo en los niños es la alteración de conducta ya que genera conflictos interpersonales, bloquea la comunicación entre niños de su edad.

Un niño que tiene un comportamiento pasivo es aquel que no hace las cosas por sí misma, sino que deja obrar a los demás. La pasividad es una actitud opuesta al compromiso, a la acción constante, a la voluntad de dirigir la propia vida y de involucrarse con todas y cada una de sus etapas.

El niño tiene un comportamiento asertivo cuando se siente satisfecho consigo mismo, defiende sus derechos, resuelve problemas planteados. Tiene relaciones interpersonales positivas, es selectiva, sabe decir “no”.

Teoría Behaviorista y los tipos de comportamientos en la Natación

La Teoría Behaviorista o Teoría del Comportamiento se fundamenta en el comportamiento individual de las personas, uno de los temas principales de la teoría de comportamiento es la motivación humana.

El comportamiento humano está organizado jerárquicamente en:

- *Necesidades Fisiológicas:* En este nivel están la necesidad de alimentación de sueño y reposo, de abrigo o deseo sexual etcétera. Relacionadas con la supervivencia del individuo y la preservación de la especie.
- *Necesidades de Seguridad:* Constituyen el segundo nivel de las necesidades humanas en base al comportamiento humano, son necesidades de seguridad, estabilidad, búsqueda de protección contra amenazas o privación y huida del peligro.
- *Necesidades Sociales:* Surgen en la conducta o comportamiento cuando las necesidades más bajas se encuentran relativamente satisfechas. Entre las necesidades sociales (aceptación), están la necesidad de asociación, de participación, aceptación por parte de los compañeros de intercambio de amistad de afecto y amor.
- *Necesidades estima:* Son las necesidades relacionadas con la forma con la cual el individuo se ve y se evalúa. Involucra la auto apreciación, la auto confianza, la necesidad de aprobación social y de repto, de estatus, de prestigio y de consideración.

- *Necesidades de Autorrealización:* Se relaciona con el propio potencial y la conducta del individuo.

La teoría del vínculo fue formulada por John Bowlby, la cual explica, la personalidad del individuo con respecto al apego relativo a los otros. Esto quiere decir, la forma en la que los niños en la natación establecen las relaciones interpersonales, es por ello por lo que observaremos la manera como el niño interactúa con sus nuevos compañeros e instructor los cuales influirán en su proceso de formación.

Según Hugo Torres Salazar, los primeros vínculos tienen gran influencia en el entorno social e institucional donde se produce dicho vínculo. Es por ello por lo que en la natación el niño necesita que se le ayude a construir nuevos lazos importantes que le ayudaran en el proceso de la adaptación.

En el inicio del curso de natación es normal que el niño sienta apego hacia sus padres. Bowlby (1998) define el apego como “El vínculo emocional que desarrolla el niño con sus padres y que le proporciona la seguridad emocional, es indispensable para un buen desarrollo de la personalidad”.

Basándonos en esta teoría podemos entender el por qué en el primer día de observación, al iniciar el curso de natación, le fue para algunos de los niños más difícil alejarse de sus padres, debido a que sienten una seguridad emocional.

Las investigaciones realizadas por Ainsworth, Blehar, Waters y Wall (1978), definen diferentes tipos de apego diferenciados en la relación entre los padres o un cuidador y el niño, los cuales son:

a) Apego Seguro

b) Apego Ansioso

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Se determinó que en su gran mayoría los niños para tener una buena adaptación al medio acuático deben sobrellevar la manifestación de miedo y temor en su primer contacto con el agua, ya que con ello se buscará un desarrollo en el deporte para que de esta manera vaya encaminado en la iniciación deportiva, es decir que se busque un apego y un gusto por la natación.

Finalmente, en la edad de los 5 años en el primer contacto con el agua existe de miedo y timidez, lo que muchas veces se ve reflejado en las acciones como el llanto o la timidez de no compartir con los demás niños e incluso no tener confianza en el entrenador, por esta razón es importante el profesionalismo del entrenador para que así logre apegar a un manejo acorde y busque focalizar una iniciación deportiva clara.

Se puede decir que junto a la investigación los entrenadores deben tomar en cuenta la conducta de los niños ya que depende mucho de la experiencia, pues al presentarse a un nuevo reto optan por tomar un comportamiento diferente en acción del medio es por eso que el entrenador debe estar preparado para poder ejecutar ejercicios que fortalezcan la predisposición de los niños.

Como conclusión se puede decir que los comportamientos de los niños en el primer día de la enseñanza de la natación son desconfianza, temor y angustia. En el primer contacto con el agua la mayor parte de los niños comenzaron con el temor al agua, mientras que un pequeño grupo ya tenía mayor confianza y se sumergía en el agua sin ningún problema. Mientras el proceso de adaptación al medio acuático se debe desarrollar de una excelente manera para que se logre iniciar el gusto al deporte.

Por esta razón, el método socializador el proceso presente en una iniciación deportiva, depende mucho del accionar de los entrenadores y de su metodología del entrenamiento ya que es el pilar fundamental para lograr que se cumpla con los objetivos y a su vez se busque que el individuo cree una conciencia deportiva y tenga un apego a la práctica deportiva.

Agradecimientos

Un gran agradecimiento al PhD. Edgardo Romero por todos los contenidos transmitidos en las horas de clase y a su vez por la guía en el desarrollo de la investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aucallanchi, A. H. (2018). *La enseñanza de la natación en edades de 0 a 2 años*. Obtenido de <http://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/UNE/3392/MO2546377738.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Blázquez, D. (1995). *La iniciación a la natación*. Obtenido de https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/63719/La%20iniciaci%3b3n%20a%20la%20nataci%3b3n_%20una%20mirada%20cr%3adtica%20a%20las%20metodolog%3adas%20actuales%20utilizadas%20con%20ni%3b1os%20y%20ni%3b1as%20de%203%20a%206%20a%3b1os.pdf?sequence

Definición.de. (16 de enero de 2019). *Definición de rendimiento*. Obtenido de <https://definicion.de/rendimiento/>

García, J., Ruíz, J., & Navarro, M. (1996). *Planificación del Entrenamiento Deportivo*. Gymnos.

Generelo, E., & Lapetra, S. (1993). *Las cualidades físicas básicas: análisis y evolución*. Barcelona: INDE.

Hakkinen, K. (2004). *Entrenamiento de la Fuerza*. España: Hispano Europea S.A.

Hernández. (1998). *La iniciación a la natación*. Obtenido de https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/63719/La%20iniciaci%3b3n%20a%20la%20nataci%3b3n_%20una%20mirada%20cr%3adtica%20a%20las%20metodolog%3adas%20actuales%20utilizadas%20con%20ni%3b1os%20y%20ni%3b1as%20de%203%20a%206%20a%3b1os.pdf?sequence

Meinel, K., & Schnabel, G. (1988). *Teoría del movimiento, Motricidad deportiva*. Buenos Aires: Stadium.

Pascua, J. I. (2011). *Manual Técnico del Portero de Fútbol*. Badalona: Paidotribo.

Platonov, V., & Bulatova, M. (2006). *La Preparación Física*. Barcelona: Paidotribo.

Saavedra, L. B. (2016). *Influencia del juego en el proceso de enseñanza*. Obtenido de <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/8296/1/ECUACS2016DE00014.pdf>

Vargas, R. (1998). *Teoría de entrenamiento diccionario de conceptos*. México, DF: Universidad Autónoma de México.

Visser, N. (2003). *One and two-year change in body composition as measured by DXA in a populationbased cohort of older men and women*.

Vitónica. (23 de enero de 2020). *índice de masa corporal y porcentaje de grasa*. Obtenido de <https://www.vitonica.com/anatomia/todo-sobre-el-indice-de-masa-corporal-y-el-de-grasa>

