

## àrea tècnico/professional

# L'ADAPTACIÓ AL MEDI AQUÀTIC entre els 3 i 6 anys

*Ramon Pallejà i Casanovas Membre del Servei d'Ensenyament i Assessorament Esportiu (SEA)*

Caldria parlar d'activitats aquàtiques amb nens de mesos fins a 6 anys, però malauradament és molt difícil trobar un espai que reuneixi les condicions òptimes quant a l'entorn i temperatura aigua-ambient per poder treballar aquest tipus d'activitat. Per tant, el treball quedarà emmarcat en les edats 2,5-6 anys. Ens ha preocupat molt poder elaborar un programa de treball on no es desvinculés l'activitat piscina de l'entorn escola i per altra banda poder acollir dins la programació totes les possibilitats que ofereix el treball amb aigua i adequar-lo a les necessitats psíquiques i motrius de cada grup d'edats determinat.

En les activitats aquàtiques el nen pot experimentar moviments corporals més amplis que en el medi terrestre, cal doncs aprofitar aquest factor i orientar l'activitat piscina cap a un reforç de les activitats motrius del nen. La situació en el nou espai, els moviments motrius, el domini del cos, l'autonomia, la relaxació, el llenguatge, les sensacions tàctils i visuals entre d'altres, poden tenir un tractament més ampli si les incloem dins de l'activitat piscina.



*Cal marcar unes pautes clares de referència perquè el nen pugui situar-se en l'espai*

El nen en l'etapa de 3/6 anys, per mitjà del moviment, va centrant la seva personalitat exterioritzant el seu pensament. El moviment és essencial en l'evolució del nen, de tal manera que influeix en el seu desenvolupament general, en l'aparició del pensament conceptual, en les seves relacions amb els altres, en el seu caràcter i també en les adquisicions de nocions fonamentals.

### **Plantejament teòric del programa**

El coneixement del propi cos i la situació d'aquest en l'espai ens marca unes dades importants a tenir en compte dins la programació de les activitats aquàtiques. Tanmateix marquem els següents grups d'edats:

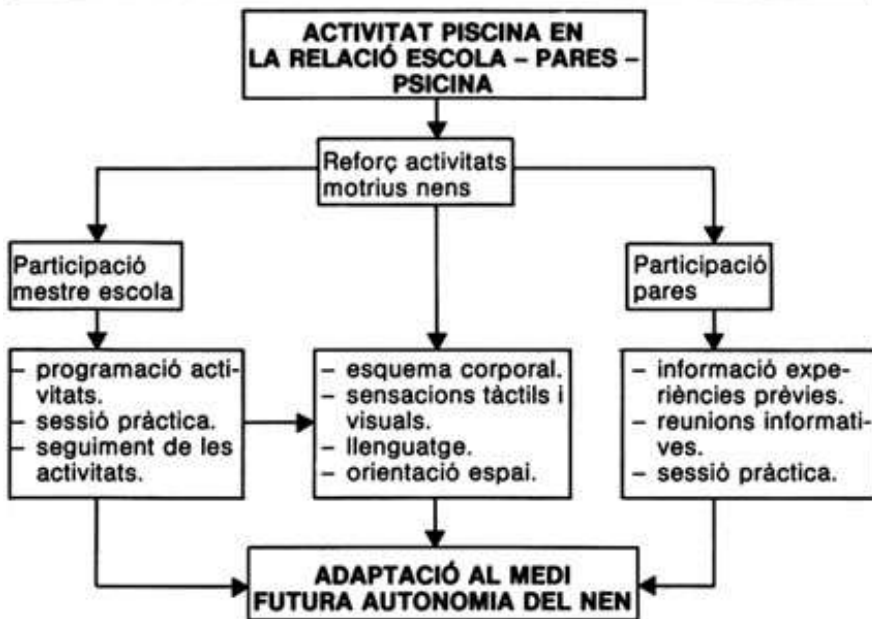
— **2,5-3 anys.** S'ha de parlar d'un treball d'observació de les reaccions espontànies durant el joc, ja que són

Quadre 1

ETAPES	OBJECTIUS	ENFOCAMENT DE LES ACTIVITATS
2,5-3 anys	Situació en l'espai. *Familiarització amb el medi.	Observació de les reaccions espontànies durant el joc.
3-4 anys	Situació en l'espai. *Familiarització amb el medi.	Relació entre activitats motrius-aquàtiques.
4-5 anys	Situació en l'espai. *Familiarització amb el medi. Inici dels aprenentatges aquàtics bàsics: flotació amb lliscament (impuls inicial sense moure braços).	Tractament molt globalitzat (adaptació possibilitats motrius al medi aquàtic).
6-5 anys	*Familiarització amb el medi. Aprenentatges aquàtics bàsics: flotació dinàmica, flotació activa, respiració (exercicis d'inspirar, espirar i apnea), salts.	Possibilitats de respostes psíquiques i motrius en referència als aprenentatges aquàtics bàsics.

(\*) Familiarització amb el medi: entenem aquest objectiu assolit quan el nen participa en les activitats jugades fora i dins de l'aigua. Accepta mullar-se i ésser mullat.

Quadre 2



una font important per a seguir una progressió de treball al llarg d'aquesta etapa.

—3/4 anys i 4/5 anys. Parlarem d'un treball molt globalitzat on els aprenentatges aquàtics bàsics quedaran en segon terme. Centrarem el treball en una manipulació àmplia de l'aigua i descoberta de possibilitats motrius envers l'aigua i l'entorn.

— 5/6 anys. En aquesta etapa cal parlar d'uns aprenentatges aquàtics bàsics. El nen en aquesta edat adquireix el control de respiració, els coneixements de dreta-esquerra, conceptes d'horitzontal-vertical, pot independitzar el cos del braç i aconseguir una relaxació global del cos.

Els objectius que marcarem en cada grup d'edat han de respondre a unes



Observant les respostes dels nens a les activitats podem incidir en els aprenentatges aquàtics bàsics

possibilitats reals. Per tant pensarem en uns objectius globals quan fem referència a les etapes 2,5/5 anys i en uns objectius més específics en parlar de l'etapa 5/6 anys (quadre 1).

### Plantejament pràctic del treball

En el moment en què ens plantejem aquesta activitat, l'emmarquem dins el programa escolar. Això ens marca el fet de poder establir una relació amb els mestres de l'escola així com també amb els pares. Aquesta relació ESCOLA-PARES-PISCINA s'ha de valorar al màxim i ens comportarà uns camps de treball que cal tenir presents:

**a) Relació mestres d'escola-ensenyants de natació:** és molt important que el mestre estigui integrat plenament en l'activitat. La seva integració pot donar-se a diferents nivells:

- Participació en la programació de les activitats.
- Participació en les sessions pràctiques.
- Participació en el seguiment de les activitats.

**b) Participació dels pares:** el paper dels pares és molt important i cal definir també uns marcs de participació:

- Informant als mestres d'experiències prèvies en activitats piscina o activitats aquàtiques.
- Participació en les reunions informatives.
- Participació en les sessions pràctiques.

Generalment l'espai físic on es posa en pràctica el treball no reuneix les condicions òptimes i això dificulta la realització de les activitats, a la vegada que resulta més perillós tot l'entorn de treball. Si més no, cal marcar unes pautes de referència on el nen pugui situar-se en l'espai. Aquestes pautes posteriorment ens serviran per a centrar l'atenció de les activitats a treballar durant la sessió. Cal marcar també que la idea bàsica és treballar amb el grup classe. Ara bé, això pot dificultar el control del grup i pot dispersar les activitats, per tant, és aconsellable establir uns grups per adaptació a l'aigua, afinitats comunes, afinitats a ensenyants en especial, entre d'altres. Aquesta divisió de grups pot establir-se amb un màxim de 15 nens-grup amb 2/3 ensenyants per grup (cal comptar també amb la parti-

Quadre 3

	5'	10'	15'	20'	25'	30'	35'	40'	45'	(MINUTS)
Situació en l'espai. Explicació treball sessió. Atenció.										
Activitat central sessió.										
Activitats de manipulació i experimentació de l'aigua.										
Relaxació i tornar a la normalitat. Norma d'higiene.										

cipació del mestre de l'escola. (quadre 3)

### Material

El nen segueix un procés d'adaptació a l'aigua partint d'una situació en l'espai i de la relació que estableix amb l'espai i l'ensenyant. Aquest procés passa per un treball amb diversitat de material a la vorera de la piscina on els nens es mullen entre ells i experimenten les possibilitats de manipular l'aigua. Més tard el material ens servirà per iniciar les activitats dins l'aigua. Per tant s'ha de tenir cura a escollir el material i s'ha de procurar que sigui variat i d'àmplies possibilitats per treballar dins i fora de l'aigua. A títol informatiu fem la següent relació: cubells, esponges, regadores, cer-

còls, bosses de plàstic, planxes de diferents mides, pilotes de diferents mides, flotadors i mànegues.

### Conclusions

Cal reflexionar sobre aquesta activitat i pensar que per fer una aplicació òptima del treball cal valorar: la importància de l'activitat dins el programa escolar, la motivació de l'equip que treballarà l'activitat i els mitjans de què disposarem. Aquesta valoració és important, ja que des del primer moment s'ha d'assumir el treball i aprofundir al màxim en les possibilitats que ens ofereix l'aigua, no només a nivell piscina, sinó des d'un plantejament a fons d'escola incloent-hi l'aigua com a un element més de retorn educatiu del nen.



*Quan l'adaptació a l'entorn s'assoleix podem realitzar un treball específic envers els aprenentatges aquàtics*

*El treball a la vorera de la piscina ha de tenir una relació estreta amb l'aigua i el material ha de permetre que la manipuli amb facilitat*



### Bibliografia:

ANGEL, Carme. *El desenvolupament del comportament psicomotor dels nens*. Reforma de l'escola, Barcelona, 1980.  
 FORNER, Angel. *Psicomotricitat i expressió corporal*. Institut de Ciències de l'Educació. Universitat de Barcelona. Col.lecció Documents A 52, Barcelona, 1981.

B. ELKONIN, Daniil. *Psicología del juego*, Visor, Madrid, 1980, col.lecció Aprendizaje.  
 SIMONI, Sergio, IMERONI, Andrea. *Nuotare da tre a sei anni*, La Nuova Italia Scientifica, 1982.  
 MANTILERI, Agnés. *Los niños y el agua*. Narcea, 1984.