



---

---

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA  
DE MÉXICO.

---

---

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES ARAGÓN.

“LA FORMACIÓN DE LAS PERSONAS A TRAVÉS  
DE LA PRÁCTICA DE LA NATACIÓN, EN LOS  
CENTROS DEPORTIVOS DEL DF”.

MEMORIA DE DESEMPEÑO PROFESIONAL.

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PEDAGOGÍA.

P R E S E N T A:  
DOMINGO MARTÍNEZ AQUINO.

ASESOR DE MEMORIA DE DESEMPEÑO:  
MTRA. SUSANA BENÍTEZ GILES.

MEXICO, 2010.



Universidad Nacional  
Autónoma de México



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## AGRADECIMIENTO:

AGRADEZCO A DIOS Y A MIS PADRES POR HABERME DADO LA OPORTUNIDAD  
DE VIVIR EN ESTE TIEMPO Y ESPACIO.

A MIS HERMANOS, CUÑADAS Y SOBRINOS,  
PARTE FUNDAMENTAL DE MI EXISTENCIA.

A MIS AMIGOS POR PERMITIRME ENTRAR EN SUS VIDAS.

A MIS PROFESORES, QUIENES ME DIERON SU TIEMPO, SU ESPACIO,  
SU PACIENCIA Y SUS CONOCIMIENTOS.

SOLO DESEO EXPRESARLES QUE EL LOGRO MIÓ, TAMBIÉN ES EL SUYO,  
QUE MI ESFUERZO, ES SU ESFUERZO Y POR LO MISMO Lucharé  
POR SER MEJOR CADA DÍA.

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	1
----------------------	---

### CAPÍTULO I CONTEXTUALIZACIÓN DE LOS CENTROS DEPORTIVOS DEL DISTRITO FEDERAL.

1.1. LA PRÁCTICA DE LA NATACIÓN A TRAVÉS DE LA HISTORIA.....	4
1.2. ANTECEDENTES DE LA NATACIÓN EN MÉXICO Y EL DESARROLLO DE LOS CENTROS DEPORTIVOS DEL DISTRITO FEDERAL.....	14

### CAPÍTULO II MI DESEMPEÑO PROFESIONAL.

2.1. LA IMPORTANCIA DE LA PRÁCTICA DE LA NATACIÓN, EN LA FORMACIÓN DE LAS PERSONAS.....	20
2.2. MI DESEMPEÑO PROFESIONAL.....	30
2.3. CAMBIANDO LAS PRÁCTICAS TRADICIONALES PARA CONSTRUIR UNA NUEVA ESCUELA.....	42

### CAPÍTULO III LA INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA.

3.1. MI INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA.....	48
3.2. AFRONTANDO LOS NUEVOS RETOS, PARA BRINDAR UN SERVICIO DE CALIDAD.....	56

CONCLUSIONES.....	66
-------------------	----

BIBLIOGRAFÍA.....	69
-------------------	----

ANEXO I. LOS ESTILOS DE NADO.....	71
-----------------------------------	----

## INTRODUCCIÓN.

La siguiente Memoria de Desempeño Profesional titulada "La Formación de las Personas a Través de la Práctica de la Natación en los Centros Deportivos del Distrito Federal", la realicé con la finalidad de dar cuenta de la importancia de dicha práctica, en nuestra vida diaria y de los grandes beneficios que de ella se derivan, además del papel del pedagogo al intervenir en esta disciplina deportiva.

La formación<sup>1</sup> de las personas a través de la práctica deportiva es muy importante, ya que esta es realizable y recomendable a cualquier edad. Porque inculca valores, actitudes, aptitudes, mejora el desarrollo físico e intelectual, además ayuda a mejorar las capacidades físicas, ayudando a la conservación de la salud. Por ejemplo: mejora la autoestima en los adultos mayores y sus relaciones sociales, lo cual nos ayudará a tener personas más sanas y felices, en los ámbitos físicos, psicológicos y sociales.

En este campo de desarrollo profesional, el Licenciado en Pedagogía, tiene la oportunidad de relacionar la formación académica con la práctica profesional, a través del reconocimiento de amplios espacios de intervención pedagógica, que posibiliten la integración de conocimientos teóricos, metodológicos e instrumentales, adquiridos a lo largo de su formación.

Además es un campo de intervención pedagógica muy amplio, y como profesionales nos ocupamos de la creación de programas de trabajo, evaluaciones curriculares, docencia en diferentes grupos y niveles educativos, investigación educativa, capacitación laboral, recursos humanos, elaboración de materiales didácticos, orientación educativa, así como la coordinación y dirección de centros deportivos; es decir el campo es demasiado extenso para los profesionales de la pedagogía.

Pero es un campo poco explorado, porque casi no hay pedagogos trabajando en el mismo, solo unos cuantos psicólogos y trabajadores sociales –además del personal propio del área-. Quizá la causa sea que al realizar las contrataciones de personal, los reclutadores desconocen realmente la importancia de la labor del pedagogo dentro de las áreas deportivas.

También debemos adquirir conciencia de nuestra participación dentro del proceso enseñanza-aprendizaje, ya que somos responsables de la formación de los niños, adolescentes y adultos. Y de nuestra participación en dicho proceso, depende el que el alumno se interese o no, por la práctica regular de un deporte.

Estamos hablando de seres humanos, donde la intervención pedagógica que tengamos con ellos contribuirá a su formación como miembros activos de nuestra sociedad, así dentro de esta

---

<sup>1</sup> La palabra Formación, en primer lugar, pasa a ser algo muy estrechamente vinculado al concepto de cultura (aunque no es lo mismo) y designa primeramente el modo específicamente humano, de dar forma a las disposiciones y capacidades naturales del hombre. Hegel nos habla de formación cuando recoge la idea de Kant, de las *obligaciones para consigo mismo*; aquí formación no quiere decir cultura, sino algo más elevado y más interior. Esto es el desarrollo de capacidades y talentos, ya que el hombre por naturaleza no es lo que debe ser, por eso necesita de la formación. Además el resurgimiento de la palabra formación, despierta la vieja tradición mística siendo su equivalente latino la palabra *formatio*, en inglés *form* y *formation*, y en alemán la palabra *bildung*, que precisamente traducimos como formación. Gadamer Hans Georg. Verdad y Método. Fundamentos para una Hermenéutica Filosófica. Salamanca, España. ED. Sígueme 1977. pp. 39-41.

formación, participamos e incidimos en el favorecimiento de las capacidades y competencias de cada niña, niño, adolescente o adulto.

Por otro lado, sería incongruente pretender enseñar, si antes nos hemos negado la posibilidad de aprender, en la actualidad el acelerado ritmo de vida hace necesaria la renovación constante; la profesionalización permite un crecimiento profesional y personal, que nos brinda elementos para enfrentar al igual que los alumnos, los nuevos retos. En donde la meta a alcanzar sea, el proporcionar a las nuevas generaciones educación de calidad y una formación para la vida.

Las intenciones educativas que se pretenden, son un reflejo de la concepción social que se tenga de la enseñanza, en la actualidad el desarrollo científico, de las nuevas tecnologías, además de los cambios producidos por los procesos económicos y financieros, aunados a la aparición de nuevos problemas sociales y culturales a nivel mundial, nos obligan a repensar el proceso educativo. De aquí surgen las competencias educativas, las cuales se basan tanto en la economía, como en la administración. Intentando crear mejores destrezas para que los individuos participen en la actividad productiva. Entendiendo las competencias como el conjunto de comportamientos socioafectivos y habilidades cognitivas, sociales y motrices, que permiten llevar a cabo adecuadamente un desempeño, una función, una actividad o una tarea<sup>2</sup>. Cabe destacar que en las actividades físicas las competencias también son desarrolladas y son el complemento ideal para la formación integral del ser humano.

Es necesario hacernos responsables de la actuación de los educandos dentro de los diferentes espacios y ámbitos educativos, ya sean de tipo formal o no formal. Para favorecer el desarrollo de capacidades intelectuales o cognitivas, así como el desarrollo de capacidades afectivas, sociales, motrices, éticas... es decir una síntesis entre el aprender a aprender, aprender a hacer, y el aprender a vivir. Para ello los diferentes proyectos educativos deberán de enmarcarse en el ámbito de la realidad que viven los niños, los adolescentes y los adultos.

Quiero mencionar que he laborado para la Ciudad Deportiva de Iztapalapa por un espacio de seis años, desempeñándome como profesor de natación y en algún tiempo como coordinador del área acuática; la formación que he brindado ha estado dirigida a toda la población en general. Desde bebés, niños, adolescentes, adultos jóvenes y adultos mayores, proporcionando una buena educación psicomotriz, la cual debemos de comprender como: "la interiorización de normas o esquemas establecidos, que facilitan la armonía del cuerpo y sus movimientos considerando las premisas mente y cuerpo".

La enseñanza se encamina hacia la adquisición y construcción de nuevo conocimiento a partir de la realización compartida o apoyada de diversas tareas motrices, para incrementar paulatinamente la capacidad de comprensión, análisis y retención.

Recordemos que vivimos rodeados de un ambiente pedagógico, es decir el ambiente educativo es todo lo que nos rodea, favorece el aprendizaje y el desarrollo de capacidades. Aprendemos en contacto con el otro y con los otros, aunque ese saber sea un saber meramente empírico, pero es

---

<sup>2</sup> Yolanda Argudín. La educación basada en competencias. Nociones y antecedentes. ED. Trillas. México, 2005.

muy importante la experiencia que adquirimos al estar en contacto con el mundo y con nuestros semejantes.

Por ello en la presente Memoria de Desempeño Profesional, recupero mi experiencia a través de:

La historia de la natación y de la contextualización de los Centros de Desarrollo Deportivo del Distrito Federal; porque es importante conocer la evolución del deporte a través de los siglos y como se ha ido transformando, hasta llegar a nuestra época. Además de ubicar los antecedentes de dichos centros educativos, y como se han transformado a través del tiempo. Por un lado para comprender y valorar su misión educativa, y por el otro, para conocer los nuevos retos que enfrentamos como personal educativo.

Mi desempeño profesional, analizando en primer lugar la importancia de la práctica de la natación en nuestra vida diaria. Así como el desarrollo de dicho desempeño, el cual se encuentra en medio de una disyuntiva, ya que por un lado se nos exige un trabajo de calidad y por el otro, el sistema de gobierno que nos rige, se niega a abandonar "las prácticas tradicionales", en donde sólo se repite un patrón empobrecido, monótono y aburrido.

En tercera instancia las necesidades y problemáticas propias del área, enmarcadas por una gran carencia de profesionales dispuestos a modificar la práctica educativa y redimensionarla para afrontar los nuevos tiempos, desarrollando las competencias necesarias para favorecer un aprendizaje significativo en los participantes de esta disciplina deportiva.

Y finalmente mi intervención pedagógica, la cual realicé con la finalidad de dar cuenta de la realidad existente, para ello me valí de instrumentos que me ayudaran a analizar y diagnosticar las principales problemáticas de la institución, para emitir recomendaciones prácticas que resultaran de utilidad a la misma. El instrumento de análisis utilizado en este caso, fue la matriz DAFO.

Debo destacar que mi intervención pedagógica se encuentra enfocada a brindar un servicio de calidad, para que de esta forma se posibilite la integración de conocimientos, y se contribuya al desarrollo de un aprendizaje útil y significativo para los alumnos; aprendizaje que va a ayudarlos a ser mejores personas y mantener un estilo de vida saludable. Así mismo para concluir mencionaré cuales son las principales aportaciones que he realizado a la pedagogía y a la disciplina deportiva.

Cabe hacer mención que la presente Memoria de Desempeño Profesional, esta sustentada en la propuesta de trabajo Investigación – Acción Participativa, técnica que se caracteriza por su enfoque de intervención e investigación social.

# CAPÍTULO I.

## CONTEXTUALIZACIÓN DE LOS CENTROS DEPORTIVOS DEL DISTRITO FEDERAL.

### 1.1. LA PRÁCTICA DE LA NATACIÓN A TRAVÉS DE LA HISTORIA.

El agua, desde el inicio de la Historia, ha sido un elemento fundamental con el cual el hombre se ha relacionado constantemente; la utilidad de los mares, ríos o lagos, en la vida del ser humano es extraordinaria e imprescindible. La utilización de los grandes espacios acuáticos, para viajar, conquistar y comercializar, ha sido decisoria en la trayectoria de la humanidad; ser capaz de cruzar el mar, un lago o un río por los medios propios o con la ayuda de otros elementos, ha sido decisivo para salvar la vida.

La historia ha estado llena de numerosos acontecimientos y de muchas anécdotas que nos muestran que el saber nadar, es necesario y útil para el hombre. Hoy en día en la sociedad desarrollada donde todos vivimos aquella necesidad vital, casi ha desaparecido, debido a que la tecnología nos permite vivir y trabajar sobre el agua sin la necesidad de saber nadar.

La natación moderna conjuga una serie de aspectos tecnológicos, científicos, psicológicos, pedagógicos, sociales y económicos, que la han conducido a un nivel de perfeccionamiento e importancia como jamás se ha visto en la historia de la humanidad. Tales avances son el resultado de miles de años de evolución del deporte en su conjunto, por lo cual es necesario conocer su larga historia, para comprender mejor su presente. Pero hay que tener en cuenta que lo más importante, es el desarrollo armonioso y equilibrado de la propia persona, entendida como una unidad que relaciona los aspectos físicos, cognoscitivos y afectivos.

Debo primero definir ¿que es la natación? La natación es un deporte físico de los más complejos, ya que en su ejecución intervienen todos los músculos del cuerpo humano. En este deporte el cuerpo se desliza en el agua procurando estar lo mas horizontal posible para un mejor deslizamiento por medio de movimientos alternados de pies y brazos, además de una debida coordinación de la respiración.<sup>3</sup> Es un arte que se practica por necesidad o diversión, y debido a que los seres humanos no nadan instintivamente, se convierte en una habilidad que debe ser aprendida.

También es “el ejercicio físico que una vez adquirido, permite al hombre sostener su cuerpo en el agua o sumergirlo a voluntad y maniobrar en la posición o dirección que desee, dependiendo de dos factores: la flotación y la propulsión”<sup>4</sup>, para lo cual el ser humano ha tenido que desarrollar una serie de brazadas y movimientos que lo impulsen en el agua, con potencia y velocidad. En estos movimientos y estilos se basa la evolución de la natación competitiva como deporte; dichos estilos son el nado de crol, dorso, pecho y mariposa. (Ver anexo 1).

---

<sup>3</sup> Estado Mayor de la Defensa Nacional. Manual de Educación Física y Deportes, tomo 2, México.

<sup>4</sup> Nueva Enciclopedia Temática, Deportes y Natación. ED. Cumbre – Grolier S.A.

Los orígenes de la práctica de este deporte, se remontan a la prehistoria, el hombre primitivo nadaba de un modo rudimentario, no tenía un estilo específico y utilizaba la natación para huir de los animales salvajes o de sus semejantes.

Se cree que los habitantes de la tierra, situados a las orillas de los mares, lagos y ríos, han sido los primeros en desarrollar la natación.

Las tibias aguas, la abundancia de vida marina, la necesidad de obtener alimento, y las barreras naturales que los protegían de los animales peligrosos; los inducían a realizar la inmersión. Se ha comprobado que en esos lugares, es en donde se ha desarrollado el más alto grado en la natación, desde tiempos inmemoriales.

La historia del deporte mas antigua es la de China, y ésta es tal vez la que ejerció mayor influencia en la educación física del lejano oriente. Las habilidades acuáticas han adoptado muchas formas extraordinarias, pero ninguna lo ha sido tanto como la inventada en el año 1700 a. C. por el emperador Chien, quien hizo que 300 de sus súbditos se tiraran de clavado a una señal de tambor, dentro de un lago artificial de vino.<sup>5</sup>

Además la falta de habilidad para nadar, puede haber sido fatal para algunos gobernantes u oficiales impopulares de China. Esto queda probado con Chau Wang, quien deseaba cruzar un río y pidió se le proporcionara un bote, sus descontentos súbditos se apresuraron a obedecer, pero le dieron una embarcación que se hallaba en tal mal estado, que a la mitad de la travesía se hundió.

Su-tung-to (1030 – 1090 a.C.) informo que en el sur de China la natación se dominaba a los 10 años de edad y la inmersión deportiva a los 15 años. Además en las biografías se menciona a hombres que eran capaces de mantenerse a flote durante horas, incluso días.

Asi mismo en la poesía también se hace referencia a los juegos acuáticos; ejemplo de ello es que durante la dinastía Song, (del siglo X al XII de la era cristiana), se hizo popular en la corte China, una forma de recreación llamada *balance en el agua*, la cual consistía en sostenerse sobre un soporte que se movía en el agua e incluía, algunas maromas y clavados desde el objeto móvil.

En el antiguo Egipto, existen datos de que durante la época comprendida entre la 14<sup>a</sup> y 17<sup>a</sup> dinastías, alrededor del año 2160 a.C. los hombres del reino eran instruidos en la natación; los adelantos posteriores y las practicas de este deporte se encuentran en los relieves que representan algunas de las escenas de la batalla de Cádiz, donde los Hititas fueron derrotados y empujados al río Orontes por Ramses segundo.

Un análisis de los relieves antiguos, donde se muestran las técnicas de natación, permite deducir que había un conocimiento de la brazada con la que se nada con un brazo fuera del agua, y posiblemente con brazadas de los estilos de pecho y dorso. (Ver anexo 1).

---

<sup>5</sup> Mario Joaquín Padrón Perea. “Natación” Teoría y Practica. Primera edición, México 2001. ED. Trillas, pp. 15-30.

Además los métodos de salvamento acuático antiguos, eran incipientes. No se sabe que haya existido una buena técnica para la ayuda de una persona a otra, y el único tratamiento que parece haber habido para resucitar a una víctima es primitivo, el cuál consistía en suspender al paciente de los pies, con la cabeza colgando hacia abajo.

Hace tres mil años, los egipcios ya nadaban en el río Nilo, en el museo del Louvre en París, se pueden observar unas cucharas de aceite que representan a una nadadora del estilo de pecho, con la cabeza sobresaliendo del agua y las piernas y puntas de los pies bien extendidas. La historia y la ficción relatan mil hazañas, en una de ellas Marco Antonio al pescar en compañía de Cleopatra, pagaba a buceadores para que fijaran en su anzuelo las mayores presas que pudieran encontrar, y de esta forma impresionar a su amada.

La representación de nadadores en los relieves de los asirios no es poco común, este pueblo es el primero del que se sabe, uso las vejigas (flotadores de forma circular, hechos con pieles de animales) para mantenerse a flote.

En los relieves se muestran a los hombres con una vejiga inflada sostenida en un brazo, mientras el otro se mueve al mismo tiempo que las piernas, las cuales para obtener propulsión se movían como una tijera; las puntas de los pies dirigidas hacia abajo y los tobillos extendidos. La repetición de esta posición en varias figuras sugiere que los asirios practicaron una brazada en la que sacaban los brazos del agua.

En la Grecia clásica el saber nadar era un elemento indispensable para calificar a una persona de culta. Los griegos fueron los primeros descubridores de las cualidades y propiedades del agua, así como de las ventajas de la práctica de la natación y la de los baños.

En los diferentes escritos de Galeno, se describen los diferentes tipos de baños que realizaban los atletas en función de sus intereses (baños de vapor antes o después de los ejercicios, baños fríos estimulantes, baños calientes relajantes, etc.), ellos los helénos fueron los primeros en relacionar las ventajas físicas e intelectuales que ofrece la natación. Gracias a su práctica, el estado físico y las cualidades físicas mejoraban, las enfermedades disminuían, las facultades intelectuales aumentaban y la predisposición favorecida por el bienestar posterior a la actividad del baño y la natación, era una diferencia notable sobre los que no lo practicaban<sup>6</sup>.

Los relatos históricos de la antigua Grecia contienen abundantes referencias a eventos acuáticos y la habilidad para los ejercicios y los juegos era algo común. Fue tanta la importancia que se les dio, que el no saber nadar era una señal de ignorancia tan grande, como el no saber leer y escribir.

Sin embargo, a pesar de la cuidadosa organización de los sistemas educativos características de los espartanos y atenienses, todo parece indicar que no existía una instrucción específica de natación. Es decir no existía algún tipo de programa de trabajo, que fuera común para dicha enseñanza.

---

<sup>6</sup> Carles Jordi Pinyol, *Movernos en el agua*. Segunda edición. Barcelona, España 2002. ED. Paidotribo, pp. 7-9.

No obstante, ya sea por casualidad o por imitación, los muchachos de ambas ciudades adquirirían la habilidad desde muy jóvenes. En Esparta la natación en el río Eurotas era una de las actividades requeridas por los cursos, preescritos para la educación que los niños iniciaban a los siete años de edad.

Esta forma de recreación no se limitaba a los muchachos y a los hombres; en un vaso del artista griego, Andocides, quien era pintor de cerámicas y representante del arte del siglo VI a.C. Muestra a dos mujeres jóvenes en un tanque, una de ellas nadando y la otra ejecutando un clavado. La nadadora emplea una buena técnica de la brazada de lado o una mala forma de lo que hoy conocemos como brazada sencilla (con un brazo fuera del agua).

Además Tisandro, un boxeador de la isla de Naxos, encontró en la natación un uso especial, pues la adopto como un medio para conservarse bien entrenado para sus peleas.

Cuando los niños varones griegos libres, cumplían doce años ingresaban en la Palestra, que era una escuela de lucha, donde se les enseñaba a desarrollar los músculos y a disciplinar los nervios. A los dieciséis años entraban al gimnasio, donde los griegos realizaban ejercicios físicos y atletismo. Los gimnasios contaban con una pista y lugares de ejercicio al aire libre entre los bosques. A los veinte años los griegos concluían su formación deportiva, donde se les entregaban las armas y estaban capacitados para participar en los Juegos Olímpicos.

La antigua ciudad de Hermion (*Hermione*) parece haber sido el lugar de nacimiento de los modernos competidores en natación y clavados, ya que hubo ahí competencias como pruebas de forma y destreza, en varias actividades deportivas. Además fueron parte de varios juegos y festivales en otros lugares.

Los bárbaros estuvieron lejos de igualar a los griegos y atenienses en el agua, como fue trágicamente demostrado durante la batalla marítima de Salamina, la cual tuvo lugar el día 29 de septiembre del año 480 a.C. y se conoce como la Segunda Guerra Médica. En dicho combate y tras la dramática batalla naval, los griegos perdieron 30 naves, las cuales se hundieron y los sobrevivientes tuvieron que nadar hacia la orilla para salvarse; mientras que los aliados de los persas perecieron por no saber nadar.

En otra ocasión durante la guerra del Peloponeso (431 – 404 a.C.), los tebanos derrotaron a los tracios y los empujaron hasta el Estrecho de Euripo, donde muchos de ellos se ahogaron. Las invasiones del rey Persa Jerjes, fueron precursoras de las operaciones anfibia, a estas siguieron las del emperador romano Cayo Julio Cesar, en Egipto y la Gran Bretaña.

Hubo en adición dos operaciones militares griegas, las que han sido imitadas en los tiempos modernos. La primera de ellas empezó durante el sitio ateniense de las huestes espartanas, en la isla de Sphacteria, en el año 425 a.C. Cuando la escasez de alimentos llega a su punto crítico, los espartanos -que no habían caído en la trampa-, obtenían los servicios de los alumnos voluntarios que pasaban alimento de contrabando a los sitiados, nadando bajo el agua. Así les llevaban en bolsas de cuero, semillas de adormidera, miel y linaza.

La otra incursión tuvo lugar durante la operación ateniense contra Sicilia, donde los griegos encontraron que los defensores de la ciudad de Siracusa habían arrojado al mar pilotes, para proteger los barcos dentro de la bahía. Para romper esa defensa era necesario remover algunos de esos pilotes; esto lo hicieron los atenienses, quienes nadaron debajo del agua y rompieron los pilotes bajo la superficie. Esta hazaña sería una gran prueba para los más expertos nadadores de hoy.

Los griegos tenían gran estima por el desarrollo físico, consideraban necesaria la natación para su buen funcionamiento y para el mejoramiento de las cualidades morales. El propio Pitágoras difundió estas ideas y a la vez que la practicaban como deporte, levantaban estatuas a los atletas más destacados; existe una que representa a un nadador practicando el estilo que conocemos hoy como pecho.

No se tienen antecedentes de la existencia de algún tipo de asociación u organización de nadadores en la antigua Grecia, pero siglos más tarde en la ciudad de Atenas (en 1896) comenzó un nuevo duelo acuático que tomó cauce en los juegos de la primera Olimpiada de los tiempos modernos, que fue organizada por el barón Pierre de Coubertin.

En Atenas la historia de la natación registra algunas proezas que han pasado a la posteridad por la categoría de sus protagonistas, como Ulises, quien nadó durante dos días y dos noches; o como se advierte en el relato de Herodoto, quien afirma que el griego Escillas, requerido por Jerjes para que sacara a la superficie unos objetos que se habían hundido con sus barcos, decidió fugarse y nadó los dos kilómetros que lo separaban de los suyos.

Fue en la antigua Grecia primero y después en Roma, donde la natación empezó a ser practicada metódicamente, como ejercicio físico y como deporte. En Atenas se obligó a los padres a enseñar a nadar a sus hijos, y se sabe que la natación llegó a estar tan extendida entre los griegos que en tiempos de guerra se organizaban cuerpos que solo admitían soldados que demostraban ser buenos nadadores, ya que la misión de estos era destruir las obras de defensa de los puertos enemigos.

En la isla de Delos era donde existían los mejores nadadores, según la leyenda de Heros y Leandro, donde se narra el primer caso conocido de nado de fondo, es decir de distancias largas. Cuando Sócrates no podía explicarse algunos párrafos de Heráclito por ser demasiado oscuros y embrollados, decía: "para poder entender esto es necesario ser soldado de la isla de Delos" (que es donde existían los mejores nadadores).

Otra historia hermosa es la de Leandro, quien no era un gran nadador, pero sin embargo atravesaba a nado, todas las noches, el mar que lo separaba de su amada y se guiaba por un fanal que la joven sacerdotisa encendía en lo alto de una torre. Leandro fue el nadador que realizó la primera proeza deportiva, un verdadero precursor de los hombres y mujeres que cruzaron el Canal de la Mancha más de 20 siglos después.

La cita más antigua es la mencionada por James Dunlap, en el artículo titulado "Arte Arqueológico", donde se describe la decoración de un baño público en la vieja Atenas, aproximadamente en el año 300 a.C. y en la cual se muestra a Leandro haciendo una especie de nado de lado. El autor también

hace referencia a un alto relieve encontrado en la importante ciudad asiría de Nínive, que muestra a los soldados asirios cruzando a nado el río Éufrates.

En Roma, la medida de la ignorancia fue esencialmente la misma que en Grecia, ya que la falta de habilidad para nadar se consideraba una falla tan importante, como el no saber leer y escribir. El entrenamiento de la juventud en Roma incluía la natación, pero al parecer tampoco allí existían sistemas o planes de instrucción.

Sin embargo, los adultos y los jóvenes colaboraban para asegurar su adquisición, prueba de ello es que el emperador Augusto instruyó a sus sobrino en ese deporte. La natación fue útil para los guerreros romanos, pero para que tuvieran mérito, tenían que nadar con la armadura puesta.

Para los jóvenes que no estaban incluidos en el más rígido entrenamiento militar, había oportunidad de practicar la natación con fines recreativos y en competencias en el campo Marte. Todo parece indicar que el interés por esa actividad se extendió bastante, pues en los tiempos de mayor riqueza de Roma, la grandes casas de la ciudad eran equipadas con tanques (las termas), aun cuando estas tenían generalmente dimensiones pequeñas.

Una indicación de que la habilidad para nadar era común entre los romanos se encuentra en este consejo: "Haced cruzar tres veces a nado el río Tiber a los quieran disfrutar de un sueño profundo".

El grado en que los jóvenes y las mujeres romanas participaron en la natación, es incierto. El ejemplo mas comúnmente citado es el de la virgen Cleolia, que escapo del campo Etrusco y nado a través del río Tiber para volver a Roma. A partir de esto se supone que muchas jóvenes pudieron ser consumadas nadadoras. La habilidad de Julio Cesar como escritor y como estratega militar son bien conocidas, pero no el hecho de que él, se sentía en el agua como en su casa.

La frecuencia con que se mencionan las cuestiones acuáticas en los textos relativos a Grecia y Roma, hace a estas dos civilizaciones destacadas dentro de la historia de la natación. Alusiones a tal actividad se encuentran en escritos de personajes como Platón, Pausanias, Suetonio, César Propercio, Herodoto, Tácito, Cicerón, Plutarco y Horacio, entre otros.

Suetonio por ejemplo señala que Agripina, madre de Nerón, se salvo de un naufragio, cuando tenia mas de cuarenta años de edad, gracias a que nado varios kilómetros en el mar.

También se afirma que la predilección de Carlos I. el Grande, llamado *Carlomagno*, por la ciudad de Aquisgrán en Alemania, provenía de la existencia de una piscina en ese lugar; en donde nadaba de niño, en compañía de sus padres.

Las referencias a la natación en la historia de Japón, son aún concernientes a su valor utilitario. El escritor Wei, en su reseña de la historia japonesa de los años 200 a 265, relata que a los habitantes de la ciudad de Matsumo "les encanta coger peces y sumergirse en el agua tras ellos sin importar la profundidad".

De manera similar Matawar-lin afirma que un enviado de la emperatriz Suikp, al describir las costumbres de sus compatriotas en la corte China (en el siglo VI), aseguraba que los japoneses se clavaban en el agua siguiendo a los peces, ya fuera por la necesidad de obtener alimento o por deporte, igual que los modernos nadadores que se equipan con mascarar y arpones.

Otras antiguas referencias acerca de los japoneses datan del año 1300 d.C. según las cuales la natación se desarrolló como arte marcial en la clase guerrera Samurai. Surgieron diversas escuelas. La primera de ellas llamada Nojima-Ryu, se caracterizó por el nado de rana, en tanto que la escuela Shinden Ryu se distinguía por la técnica de nado de lado o costado. A su vez en el sur de Japón, la escuela Iwakura-Ryu desarrolló la técnica de clavados, y el jineteo en el agua fue desarrollado por la escuela Koike-Ryu. Finalmente la escuela Nobori-Ryu se caracterizó por el flote o nado parado.

En cierta época hubo técnicas desarrolladas para el transporte de armas por medio de la natación, con movimientos debajo del agua. Durante el periodo de 1600 a 1868 d.C. varios dominios japoneses, desarrollaron escuelas de natación y guardaron cuidadosamente estas técnicas secretas. Cuando el sistema dominante fue abolido en 1871, tales métodos se hicieron públicos y contribuyeron a la popularización de este deporte. Algunos de esos tradicionales métodos todavía se enseñan, junto con los estilos internacionales desarrollados en occidente.

Japón fue el primer país en poseer una organización nacional de natación; de acuerdo con un edicto imperial, en el año 1603 se ordenó su enseñanza en las escuelas y la puesta en práctica de competencias escolares. Sin embargo el caso de Japón permaneció aislado y la natación deportiva no apareció hasta 1836 en Europa, con el nacimiento de la Swimming Association, en Londres.

En 1537 en Augsburgo Alemania, se escribió el manual "El Arte de Nadar", obra del humanista Nicolás Wynmann, y en 1587 apareció el libro *Arte Natandi Libri Duo*, o Arte de la Natación de Everard Digby. En este último libro, después de una introducción que revela la formación humanista del autor, sigue una convincente teoría de la natación, ilustrada por 43 grabados en madera, mediante los cuales se describen las diferentes clases de natación.

Digby recomienda particularmente, en contraste con Wynmann, el estilo de espalda. También la teoría del buceo se muestra más adelantada y extensa, que su antecesor alemán. Este libro determinó que Henry Peacham (1576-1613) incluyese la natación entre las cualidades exigibles al *Compleat Gentleman* (título de su obra publicada en 1622), siguiendo el principio básico de que la mente recibe su vigor y movilidad de la fuerza y agilidad del cuerpo<sup>7</sup>.

El escritor Kureston nos habla de dos libros editados, uno en latín en 1538 y otro en francés en 1696; este último fue escrito por Thevenot, quien afirma que la natación es un deporte antiguo, pero sin adentrarse en investigaciones científicas. Al parecer Thevenot fue la autoridad máxima de la natación durante muchos años y su libro, el cual presentaba el uso del nado de pecho, se reimprimió varias veces en Inglaterra y no está por demás mencionar que gracias a él, este deporte fue reconocido como el más importante de los últimos siglos.

En 1875 en Inglaterra, en los baños de Woolwich cerca de Londres, un inglés que había viajado mucho efectuó la demostración de un estilo de nado importado, según afirmaba de América del Sur. Se trataba de James Trudgeon, quien con este nuevo estilo el cual era una combinación del nado inglés con patada de tijera, cambió la historia de la natación. Este estilo revolucionó tanto que se convirtió en el más veloz de su tiempo, al grado que durante los campeonatos de Inglaterra de 1875, barrió con el medallero.

---

<sup>7</sup> Padrón Perea. Op. cit., p 5.

En el mismo año, el 26 de agosto, el capitán Matthew Webb, atravesó nadando el Canal de la Mancha. Hijo de un cirujano de Birmingham. Matthew Webb había demostrado desde niño disposiciones sorprendentes para la natación; como marinero se distinguió primero por dos salvamentos espectaculares en alta mar. Él fue toda su vida un gran nadador y se atrevió a toda clase de proezas, al punto que ocho años más tarde, encontró la muerte al tratar de atravesar nadando las Cataratas del Niágara.

La natación siempre estuvo muy difundida entre los ingleses, ya en el siglo XIV se mencionaba la existencia de profesores de natación; los cuales conocían el estilo de pecho y uno parecido al crol actual, además de la práctica de diversos tipos de saltos.

También en épocas muy remotas se escribieron instrucciones muy precisas acerca de cómo salvarse de perecer ahogado. Más tarde se prescribió la natación como parte necesaria de la educación de los jóvenes, y los pedagogos del siglo XVI comenzaron a referirse a ella en sus programas.

Los tratados o libros de natación se han venido publicando desde la invención de la imprenta, pero la contribución de los nadadores y profesores ingleses, para la investigación y perfeccionamiento de los estilos de nado es realmente invaluable. Ellos contribuyeron grandemente al enriquecimiento y difusión de este deporte en las últimas décadas del siglo XIX.

Pero aún faltaba más y en 1920 los nadadores ingleses, nadaban con los tiempos record más importantes de la época y es en esta era de "oro", de las competencias organizadas, que se comenzó con la enseñanza de las técnicas del salvamento acuático, de los primeros auxilios en el campo deportivo, así como la introducción del polo acuático.

En América Benjamín Franklin, que había experimentado la natación con unas pelotas sujetas a las manos de los nadadores, recomendó que esta actividad formara parte de los programas de las escuelas en Estados Unidos.

En 1827 Francia Lamber, estableció una de las primeras escuelas de natación en Boston. En 1903 el estilo *trudgeon* (inventado por el inglés James Trudgeon) era considerado en Estados Unidos como el mejor estilo para las carreras; sin embargo, después de observar y estudiar el crol australiano, los entrenadores estadounidenses le hicieron pequeñas modificaciones que produjeron el "crol americano".

El crol americano comenzó a desplazar al *trudgeon* como estilo de carreras de velocidad, e incluso el veloz estilo australiano fue relegado a segundo término, cuando en la Olimpiada de Londres 1903, el norteamericano C. M. Daniels barrió con el medallero; demostró de esa forma la superioridad del nuevo estilo, inventado por los americanos.

Y a partir de aquí la historia de este deporte cambiaría para siempre, ya que los estadounidenses inventarían, investigarían, desarrollarían, y adaptarían todos los estilos de nado para hacerlos más rápidos, modernos y eficaces. De hecho la historia moderna de la natación no se entendería sin la gran aportación de los norteamericanos.

Uno de los grandes entrenadores y pedagogos norteamericanos fue el profesor Frank Sullivan, que realizó varias mezclas de estilos, para crear uno nuevo llamado *trudgeon-crol*. El *Outing*, publicación deportiva de esa época, proclamó a Sullivan como uno de los mejores instructores de natación en Chicago, por haber concebido la idea de combinar algunos aspectos del *trudgeon* con otros de *crol*, y así crear un estilo útil para las distancias mayores a 200 yardas.

Al pie del retrato de este gran entrenador puede leerse: "Frank Sullivan, inventor del *trudgeon-crol*", con esta modalidad, Sullivan presentó a tres grandes figuras de la natación norteamericana: Gillibray, Hebner y Fselle.

Es fácil advertir la confusión que reinaba en ese entonces ya que existían más de 10 estilos de *crol* diferentes, y los mismos entrenadores divergían en opinión sobre cuál era mejor. En 1918 se publicó en las guías de natación intercolegial, un simposio del nado de *crol*, con las opiniones de los mejores profesores norteamericanos. Solo se pusieron de acuerdo en una cosa, y fue que el estilo de *crol* australiano "ya había pasado a la historia".

En los años siguientes se demostró la supremacía del nado de *crol* americano, Gertude Ederle la primera mujer nadadora que cruzó el Canal de la Mancha, lo utilizó en todo su recorrido. Durante el reinado del gran nadador Johny Weismuller, quien empezó a romper marcas desde 1922 y continuó ganando hasta llegar a poseer más de 50 records mundiales; en todas las distancias comprendidas entre 50 y 80 yardas; los estilos se fueron perfeccionando, sobresalieron especialmente para las pruebas de competencia, los estilos de dorso y mariposa, este último una versión modificada del nado de pecho.

En los juegos olímpicos de 1932 se marcó el levantamiento de Japón con el poder de la natación y el eclipse de los Estados Unidos, los japoneses dominaron hasta después de la Segunda Guerra Mundial, cuando los norteamericanos se pusieron al frente de nueva cuenta, a partir de los juegos de Londres en 1948.

Pero este fue un regreso dramático, ya que los estadounidenses "barrieron" en la piscina y obtuvieron todos los títulos. Posteriormente en 1952 los australianos tomaron el poder y también barrieron en la piscina; incluyendo la nueva prueba de 200 metros brazada de mariposa.

Sin embargo, después de las altas y bajas que han tenido los Estados Unidos, este país ha sido de los más consistentes en producir campeones no solo de nado o clavados, sino de todas las disciplinas deportivas.

Ellos han invertido en la invención de nuevos aparatos y sistemas de ejercicio, las dietas, la cuenta de glóbulos rojos (tests biomédicos), han mejorado la pedagogía del deporte, además de investigar todas las ciencias aplicadas al deporte, lo cual se tradujo en importantes aportaciones para el enriquecimiento de la disciplina.

Prueba de ello, es que en toda la historia de la humanidad no se había adelantado tanto como en los últimos 50 ó 60 años, a pesar de que a partir de entonces sólo se ha inventado un nuevo estilo, el nado de mariposa, que apareció en una competencia en 1956.

Como podemos apreciar en la historia de la natación, esta disciplina deportiva es de las más antiguas de la humanidad y por lo mismo la más importante. La importancia de la historia radica en que nos ayuda a comprender quienes somos, porque si el hombre no conoce su pasado jamás podrá mejorar su presente y su futuro. Nos permite visualizar como ha ido evolucionando la sociedad y la cultura a lo largo de los siglos.

Las grandes civilizaciones disfrutaron de los múltiples beneficios de la práctica de la natación, y ahora en nuestros tiempos modernos, se ha popularizado bastante. Motivo por el cual debemos de buscar la forma de incluir a la mayoría de la población en un programa de ejercicio regular, para que de esta forma todos logremos ser partícipes de dichos beneficios.

## 1.2. ANTECEDENTES DE LA NATACIÓN EN MÉXICO Y EL DESARROLLO DE LOS CENTROS DEPORTIVOS DEL DISTRITO FEDERAL.

Las diferentes tribus nómadas de América eran de grandes nadadores, puesto que para comunicarse, ya fuera en forma pacifista o de guerra, tenían que salvar ríos, lagunas o lagos y aunque usaban para estas travesías canoas, piraguas o cayucos, ocupaban siempre hombres que supieran nadar.

De la historia de la natación en México, se encuentran pruebas en la estela tres de la Venta en Tabasco, al mirar la parte baja aparece un personaje de nariz aguileña y largas barbas, arriba del cual se hallan otras figuras en posición de nadar.

En Monte Albán y perteneciente al periodo mas antiguo de esta ciudad, relacionado con la cultura Olmeca, aparecen dos caracterizaciones de nadadores en el Templo de los Danzantes, lo mismo que figuras humanas en posiciones que tienen una *actitud de nadar*, representadas en vasijas de barro.

Posterior a los Olmecas, llegaron los Zapotecas, quienes destruyeron los templos y edificaron otros aprovechando en las nuevas construcciones las piedras grabadas. En el observatorio, en el ala de sacrificios y en la zona del juego de pelota, se encuentran grabados con personajes en actitud de nadar, con los estilos conocidos como crol, dorso y pecho, (para mas información de los estilos de nado, ver anexo 1).

En Teotihuacan, al oriente de la pirámide del sol, se encuentran pinturas muy importantes sobre los muros de los vestíbulos. En una de ellas se presenta, según la interpretación del arqueólogo mexicano Alfonso Caso, el Tlalocan o paraíso de Tláloc (dios acuático por excelencia), este es un lugar de juegos y deleites en el que abundan el agua y las plantas, y con el que son premiados de acuerdo a lo escrito por el padre Fray Bernardino de Sahagún, aquellos que morían ahogados, a causa de un rayo o por ciertas enfermedades relacionadas con el agua.

Allí de un gran depósito precedido por la figura de Tláloc, brotan corrientes de agua en las cuales diversas figuras humanas disfrutaban de la práctica de la natación y de otros juegos. Así mismo en las ruinas de Izapa (en Chiapas), se encuentra una estela con una figura humana, en el momento de entrar al agua y asumiendo la actitud típica de un clavadista.

En el templo de los guerreros de Chichén-Itza, centro de la cultura maya, aparece una ceremonia acuática cuyo significado exacto se desconoce, debido a que los nadadores cuentan con indumentarias de cangrejos, ranas, langostas y cocodrilos. Además en lugares cercanos a los mares, como Veracruz, Chiapas, Tabasco y Yucatán, en donde se entablaban batallas contra los españoles, los indios atacaban las naves llegando a ellas a nado o en embarcaciones.

Cuando México fue fundado sobre el lago de Tenochtitlan, estaba formado por tres islas, sobre las cuales se encontraban la ciudad de México-Tenochtitlan, su gemela México-Tlatelolco y la ciudad de Nonoalco. Estas tres islas estaban constituidas por barrios. En el barrio central de Tlatelolco se encontraba el gran templo del dios del agua.

Como estaban rodeados de agua se construyeron algunas veces casas flotantes (palafitos), se dedicaban a la agricultura sobre los llamados "jardines flotantes", a la pesca en el lago y a la caza de aves acuáticas, tales como grullas, apipiscas, chichicuilotos, gallaretas...

En la cultura indígena los deportes tenían gran importancia ya que eran considerados como ceremonias rituales para honrar a los dioses. Debido a las condiciones geográficas de Tenochtitlan y a que el indígena por naturaleza era muy limpio, es posible que la práctica de la natación, llegara a ser parte importante para ellos; como se menciona en la *Historia Verdadera de la Conquista de la Nueva España*, escrita por Bernal Díaz del Castillo, en la que además de señalar que los indios se movían en el agua, se afirma que las casas de Cuauhtémoc en Iztapalapa, y el Palacio de Moctezuma, en Coyoacán, tenían piletas<sup>8</sup> (albercas).

Bernal Díaz indica también que fueron localizados buenos buceadores para encontrar el tesoro de Cuauhtémoc, el cual se suponía estaba hundido en el lago, y explica la forma en que se construyó el dique de retén para evitar inundaciones en la Gran Tenochtitlan.

En el Códice Borgía, (actualmente se encuentra en la ciudad del Vaticano), el Códice Tellerismo-Remansia y el Códice Borbónico, junto a la representación de la Chalchiuhtlicue, diosa del agua viva, aparece una corriente de agua símbolo de esta divinidad, en la cual se encuentran nadando varios personajes.

Más tarde durante el Virreinato de la Nueva España, la Santa Inquisición considero pecado bañarse y nadar, de manera que se castigaba a las personas que lo hacían. La época de la Colonia es oscura para el deporte que nos ocupa, pero a fines del siglo XIX, empezó a resurgir de nuevo la natación con diferentes finalidades: como medida de trabajo, recreativa, etc.

Además comenzó la construcción de baños y albercas públicas, como las albercas de "Los Pescaditos", los "Baños Vasco y Osorio" y "Las Delicias", en el Distrito Federal. "La Paz" en Puebla. "La Poza" en Querétaro; "El Kiosco" y el "Merendero", en Monterrey.

En los baños termales se organizaban fiestas; en los manantiales ritos y en todas partes volvió a aparecer el regocijo y el buen humor porque el pueblo mexicano se identificaba de nuevo con este líquido vital. En Guanajuato, por ejemplo, toda la gente se reunía en la presa de la olla. El agua se cubría con frutas y flores, todo el mundo se olvidaba de sus problemas lanzándose con alegría a disfrutar de la frescura del agua. Los jóvenes más atrevidos y deseosos de un premio especial, subían a la "atalaya" (una torre de 14 metros de altura) y desde allí, se arrojaban con saltos de clavado, en ocasiones incluso con los ojos vendados y esta costumbre perdura hasta la fecha.

Así surgieron las albercas de la ex-escuela de Artes y Oficios, así como en la Escuela Normal de Maestros (1908-1909), la alberca de la YMCA (asociación cristiana de jóvenes en 1911), la alberca del Colegio Americano en 1923, la alberca Ester, la del Colegio Militar, el Club Acuático Reforma y el Colegio Alemán, en el periodo de 1924 a 1928.

---

<sup>8</sup> Padrón Perea. Op. cit., p. 5.

A partir de 1936 se construyeron albercas de medidas olímpicas en los parques de la Dirección General de la Asociación Deportiva, tales como el Deportivo Plan Sexenal, el Deportivo 18 de Marzo, las albercas de la Ciudad Deportiva, el Centro Deportivo Xochimilco, Unidad Vecinal VII, y la alberca Olímpica Francisco Márquez.

Todas las anteriormente mencionadas forman parte de la infraestructura deportiva actual, del Gobierno del Distrito Federal y aquí es donde se circunscribe la Ciudad Deportiva de Iztapalapa o Ciudad Deportiva "Francisco I. Madero". Que es la que nos ocupa a continuación, por ser mi área de trabajo, en la cual llevé a cabo la realización de esta Memoria de Desempeño Profesional.

Durante las décadas comprendidas entre los años 1960 a 1980, en los terrenos ubicados sobre la calzada Ignacio Zaragoza, al oriente de la capital, se gestó la creación de un nuevo centro deportivo. Al inicio eran solo unos enormes campos, con algunas canchas de fútbol, básquetbol y voleibol. Dicho lugar en su mayor parte se encontraba abandonado y era refugio de personas en situación de calle, además allí se ejercía la drogadicción y se prestaba para el narcomenudeo.

Pero a comienzos de los años ochenta se empezó a remodelar y a rescatar esta importante área deportiva. Y en el año de 1985 se inaugura de manera oficial, convirtiéndose rápidamente, en uno de los puntos de reunión favoritos de los habitantes del oriente de la capital.

Dicha ciudad deportiva se encuentra ubicada en calle tres s/n, esquina Telecomunicaciones, Colonia Ejercito Constitucionalista en la Delegación Iztapalapa. Entre las estaciones Tepalcates y Guelatao de la línea A del metro.

Son muchos los servicios de educación y esparcimiento que presta a la población en general, cabe mencionar que dicho centro deportivo se encuentra en constante modernización y ampliación de sus espacios.

En la actualidad cuenta:

- Con 1 estadio de fútbol con gradas.
- 1 pista de atletismo de arcilla.
- 48 campos de fútbol de tierra.
- 8 campos de fútbol infantiles.
- 1 estadio de fútbol rápido.
- 20 canchas de básquetbol al aire libre.
- 30 canchas de voleibol.
- 4 canchas de frontón.
- 4 canchas de fútbol de salón.
- 2 gimnasios al aire libre.

Además de un edificio de dos niveles en el que se encuentra:

- 1 gimnasio de físico constructivismo.
- 1 salón de Aeróbics.
- 1 biblioteca.
- 3 oficinas administrativas.
- 3 baños.
- 1 zona de convivencia familiar.
- 1 alberca de curso cortó.
- 1 un chapoteadero.
- 1 fosa de clavados.

La demanda por espacios públicos de este tipo es muy alta; por lo cual la principal finalidad de esta institución es el brindar servicios deportivos y de esparcimiento.

A continuación describiré la filosofía de la institución:

### **MISIÓN.**

Generar y ofrecer servicios deportivos y recreativos, promoviendo una actitud de aprendizaje permanente, con una cultura basada en el esfuerzo y un espíritu de superación, aprovechando eficientemente los recursos humanos y materiales para dar acceso a grupos mas amplios de la sociedad iztapalapense.

### **JUSTIFICACIÓN:**

El plan de desarrollo de las actividades acuáticas encierra un compromiso, en el cual la Ciudad Deportiva de Iztapalapa ofrece atención a los diferentes grupos poblacionales, coadyuvando al bienestar social y de salud de la comunidad. A través de la practica sistemática de la actividad acuática. Se consideran tres áreas para el proceso de la enseñanza-aprendizaje, las cuales son:

- Biológica.
- Psicológica.
- Social.

Con la finalidad de brindar la atención necesaria a la población demandante, el plan de trabajo cubre las siguientes etapas.

- Matronatación (clases para bebés de 0 a 36 meses).
- Clases de natación para niños (de 4 a 12 años aprox.).
- Clases de natación para adolescentes (de 13 a 18 años aprox.).
- Clases de natación para adultos jóvenes (de 18 a 35 años aprox.).
- Clases de natación para adultos maduros (de 35 a 60 años aprox.).
- Clases de natación para adultos mayores (de 60 años en adelante).

## **METAS:**

- Brindar atención a los alumnos con programas adecuados a sus características y necesidades coadyuvando a un desarrollo integral del ser humano.
- Llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje con personal capacitado fomentando la cultura física en la población.
- Homogeneizar los grupos por nivel y edades en todas las albercas.
- Respetar las fases sensibles y de aprendizaje motor, así como las etapas de entrenamiento.
- Realizar cada tres meses evaluaciones pedagógicas en cada uno de los programas acuáticos.
- Detectar prospectos y talentos deportivos.
- Clasificar e identificar por niveles de atención las actividades acuáticas a través de gorras de colores distintos.
- Elaborar planes y programas de entrenamiento mensuales, semestrales y anuales.
- Proponer la creación de círculos de calidad e investigación para el mejoramiento de los planes y programas de trabajo.

## **NIVELES DE ATENCIÓN DE LAS DISCIPLINAS ACUÁTICAS.**

- Natación clásica
- Polo acuático.
- Clavados.
- Nado sincronizado.

## **MODALIDADES:**

- Natación con aletas.
- Buceo.
- Triatlón.
- Salvamento acuático.
- Recreación Acuática.
- Nado en aguas abiertas.
- Aquaerobics.
- Nado con monoaleta.
- Natación para personas con capacidades diferentes.
- Matronatación (clases para bebés con sus padres).

Como podemos apreciar el trabajo en esta institución es complejo y esta en constante modernización. Es necesario destacar que la práctica educativa debe ser multidisciplinaria, y necesita contar con profesionales en pedagogía, sociología, psicología, médicos del deporte y nutriólogos, además de los especialistas en las diversas áreas deportivas. Para poder ofrecer un trabajo de calidad, formando para la vida.

Y aquí es precisamente donde se inserta el profesional en pedagogía, (los centros deportivos del país prácticamente carecen de uno), para rescatar la educación y la formación integral del ser humano independientemente de su edad, sexo, condición económica o si es alguna persona con discapacidad.

Además mi trabajo enfrenta día a día muchas limitantes, la cuales son de tipo económico y sobre todo administrativas. Pero a pesar de esto, la principal necesidad que he cubierto es educativa; realizo a diario un gran esfuerzo para brindar una formación permanente, a los alumnos contribuyendo al bienestar de la población.

Cabe destacar que en la actualidad tengo más de diez años de experiencia profesional, dentro de esta área docente. Durante estos años he laborado para diferentes instituciones públicas y privadas, no sólo como profesor de natación, sino también como coordinador del área acuática, en algunos periodos de tiempo.

Mi mayor periodo de trabajo en una institución fue en la Ciudad Deportiva de Iztapalapa, por seis años. Y fue aquí en donde tuve una mayor intervención pedagógica, ya que por ser una alberca de nueva creación, fue necesario coadyuvar en la creación de reglamentos, programas de trabajo, etc. Es en esta institución en donde llevé a cabo la realización de esta Memoria de Desempeño Profesional.

Mi área de desempeño profesional es la docencia dentro de la alberca de la institución, donde imparto clases a los diferentes grupos de nadadores. Proporciono un aprendizaje útil y necesario para los niños, adolescentes, adultos y personas de la tercera edad. Dicho servicio ha estado dirigido a toda la población independientemente de su nivel económico, educativo o cultural.

Y son muchas las experiencias profesionales, las cuales voy a rescatar para el desarrollo de esta Memoria de Desempeño Profesional, tratando de abarcar todos los aspectos desarrollados con los alumnos y con la institución misma.

## CAPÍTULO II MI DESEMPEÑO PROFESIONAL.

### 2.1. LA IMPORTANCIA DE LA PRÁCTICA DE LA NATACIÓN, EN LA FORMACIÓN DE LAS PERSONAS.

La importancia de la natación, como un elemento más de la formación de las personas, es creciente; no sólo en México, sino en otros países del mundo. Por razones de orden social y económico, así como los cambios culturales. Todo esto hace necesario el fortalecimiento de las instituciones sociales, para procurar el cuidado y la educación de la población en general. Ante la pregunta ¿Por qué? y ¿Para qué nadar?, puedo decir que la respuesta es demasiado compleja y extensa de responder, pero sin embargo a lo largo de este capítulo lo iré respondiendo.

Son muchos los beneficios de la práctica deportiva, pero también hay factores que escapan de nuestras manos y que impactan a la sociedad de manera negativa. Ejemplo de ello es que, durante las últimas décadas, han ocurrido en México un conjunto de cambios sociales y culturales de alto impacto en la vida de la población en general, algunos de ellos son:

- El proceso de urbanización, que implica la migración de millones de personas del campo a las grandes ciudades, el crecimiento de la densidad de la población; el número creciente de la construcción de unidades habitacionales, además del aumento de la inseguridad y la violencia. Este fenómeno repercutió en la reducción de los espacios de juego y la convivencia libre con otros niños o con adultos, familias o vecinos, así como en menores posibilidades de exploración del medio natural y social.
- Los cambios en la estructura familiar (debilitamiento de las familias extensas, que incluía a los abuelos, reducción en el número de hijos en la familia nuclear y el aumento de las familias uniparentales) además de la incorporación de la mujeres en el mercado laboral, muchas de las cuales son jefas de familia. Esto se expresa en la reducción del tiempo de atención y convivencia de los adultos con los niños; ello implica tanto menores estímulos para el desarrollo de sus capacidades de comunicación, como menores oportunidades para establecer relaciones sociales y aprender acerca del mundo.
- La pobreza y la desigualdad creciente mantienen a una proporción de personas en graves situaciones de carencia de los satisfactores de sus necesidades básicas, muchos se encuentran en verdadera situación de riesgo, de no alcanzar un pleno desarrollo físico y mental.
- Los medios de comunicación masiva, especialmente la televisión, son prácticamente omnipresentes en zonas urbanas y rurales, ejerciendo una influencia importante en la población lo cual obliga a la escuela y a las instituciones públicas y privadas, a ejercer un papel principal. Rescatando la formación integral del ser humano, para contrarrestar influencias negativas, inculcando valores, actitudes y conocimientos útiles para la vida cotidiana.

Después de lo anterior debí, de buscar la forma de intervenir para contrarrestar las problemáticas actuales que aquejan a la población independientemente de su edad, sexo, religión o estatus social, y un medio excelente para ello, es el acercarles la práctica de la natación.

En la actualidad la práctica de un deporte es ampliamente recomendada por diferentes profesionales como médicos, psicólogos, profesores, etc. ya que resulta ser muy beneficiosa para tratar las diferentes problemáticas físicas, psicológicas y sociales de nuestra comunidad.

Un ejemplo de ello es su utilización para alejar a la juventud de las garras del alcoholismo y la drogadicción, así como para atacar la epidemia de obesidad que existe actualmente en el país. También es necesaria para el desarrollo integral del niño, mejorar la salud en general de la población y extender el mismo beneficio para las personas con capacidades diferentes.

La práctica de la natación se ha convertido en una necesidad para la mayoría de la población, pero pese a todos los esfuerzos realizados por el gobierno, su acceso es difícil, debido a la gran carencia de instalaciones deportivas en todo el país. Solo el Distrito Federal y el Estado de México cuentan con una infraestructura de primer nivel, para poder atender parte de dicha demanda. El reto es brindar a toda la población demandante este servicio con la calidad y los espacios suficientes.

En pedagogía sabemos la importancia de la formación integral del ser humano, la cual debe de cubrir las esferas biológicas, psicológicas y sociales. Los planes de educación básica se preocupan por integrar dichas esferas en la vida del educando, y la educación física es utilizada como una herramienta para lograr un estado de equilibrio y armonía en su cuerpo.

El problema es cuando el niño, el adolescente y el adulto joven, terminan de estudiar o abandonan la escuela porque se desinteresan de la práctica deportiva, al encontrarse inmersos en las diferentes actividades de la vida cotidiana; lo cual trae consecuencias que afectan la salud, tales como la obesidad, hipertensión, diabetes, entre otras.

Recordemos que los primeros años de vida ejercen una influencia importante en el desenvolvimiento personal y social de las niñas y los niños, en ese periodo desarrollan su identidad personal, adquieren capacidades fundamentales y aprenden las pautas básicas para integrarse en la vida social.

Al acercarles los beneficios de un deporte, estamos generando en ellos actitudes y aptitudes, que los van a conducir a lograr una mayor calidad de vida, a sentirse más seguros y va a impactar de manera positiva su autoestima.

En el caso de los adultos al llegar a los cuarenta o cincuenta años aproximadamente, es cuando los problemas de salud se acentúan aun más y es cuando se hace necesaria la práctica deportiva como un medio de obtenerla y en algunos casos, les ayuda a sentirse más integrados a la familia y sociedad.

Otro ejemplo es la educación de los adultos mayores la cual a veces, es relegada, ya que se considera que para los mismos ya no es necesaria; sin embargo en los últimos años la demanda de

este sector ha aumentado. Ellos solicitan el servicio por presentar en la mayoría de los casos, problemas de salud; aunados a problemáticas propias de la edad. Tales como el abandono o la falta de sus hijos, parejas o familiares cercanos.

Los beneficios de la práctica regular y sistemática de la natación, a grandes rasgos son los siguientes:

### 1.- Aspecto biológico.

La práctica sistemática de las actividades acuáticas incide directamente en nuestra educación psicomotriz, la cual es el uso adecuado de los movimientos del cuerpo, de manera que exista un equilibrio de los aspectos motores, psicológicos y afectivos del ser humano. Gracias a la densidad del agua, que es mucho mayor a la del aire, el ser humano puede moverse dentro de este líquido suspendido o cargado por el mismo, como si estuviese en gravedad cero.

Este medio le permite realizar movimientos que en tierra resultarían peligrosos y muy difíciles, además de poder ejecutarlos lentamente y de esta forma enseñar a un niño movimientos simples y complejos, facilitándole al máximo su ejecución. Quien practica la natación desarrolla gran vigor debido a la mayor densidad del agua, la cual requiere vencer en forma inversamente proporcional a la velocidad con que se realicen los movimientos, siempre acorde a la edad de cada practicante<sup>9</sup>.

La natación como un medio de acondicionamiento físico general, tiene la posibilidad de desarrollar cada uno de sus aspectos (resistencia, coordinación, fuerza y velocidad), si se adecua la práctica a la cualidad del aspecto físico que se desea desarrollar y se toman en consideración las posibilidades físicas del practicante.

Son diversos los beneficios en el aspecto biológico y a continuación se enlistan los más importantes.

- Mejora la coordinación neuro-muscular<sup>10</sup>.
- Aumenta la fuerza de los músculos (Tonicidad muscular).
- Se incrementa la resistencia física, que es la adaptación progresiva al ejercicio cotidiano (capacidad aeróbica).
- La flexibilidad articular y muscular son potenciadas.
- La velocidad se incrementa (capacidad anaeróbica)
- Mejora la circulación sanguínea, gracias a la acción térmica del agua.
- Disminución de la frecuencia cardíaca.
- Mayor Elasticidad de los vasos sanguíneos.
- Incrementa la capacidad pulmonar.
- Compensa malformaciones, por ser un medio en el cuál, no nos encontramos tan sujetos a la fuerza de gravedad. Por ejemplo las personas con espina bífida, han encontrado en las albercas un medio excelente para rehabilitarse.

---

<sup>9</sup> Morehouse, L. Fisiología del ejercicio. Buenos Aires Argentina, 1974. ED. El Ateneo.

<sup>10</sup> Jardí Pinyol. Op. cit., p. 6.

- Ayuda en la corrección de defectos físicos. Un ejemplo lo es el tener un pie mas largo que el otro (cojear), la utilización de calzado ortopédico ayuda, pero dentro del agua dicha condición es prácticamente inexistente.
- Favorece el crecimiento físico e intelectual.
- Eliminación de grasas (ayuda a bajar de peso).
- La simetría corporal, se ve beneficiada, como una corrección para igualar ambos lados del cuerpo.
- Ayuda en la rehabilitación de lesiones.
- Mejora la calidad de vida.
- Se incrementa el equilibrio. Recordemos que el sentido del equilibrio les permite a humanos y animales caminar sin caerse.
- Y en general ayuda a la estimulación del organismo; lo cual supone una mejora para el buen funcionamiento de todos los sistemas que gobiernan la fisiología corporal: las funciones cardio-circulatorias, la ventilación pulmonar, las funciones endocrinas (segregaciones hormonales), la composición corporal equilibrada, e incluso el óptimo equilibrio psicológico.

## 2.- Natación y rehabilitación de lesiones.

En lesiones (traumatismos, esguinces, luxaciones, sub-luxaciones, fracturas, tirones, desgarres, distensiones, etc.), que se sufran ya sea en el ámbito deportivo o en algún otro lado, parte del tratamiento médico consiste en la inmovilización y reposo de la parte donde se localiza la lesión y en algunas ocasiones, hasta los segmentos corporales adjuntos.

Para recuperar las condiciones funcionales óptimas (fuerza, resistencia, flexibilidad, habilidad), se requiere de movimientos delicados y progresivamente más enérgicos. Esto resulta muy difícil porque el propio peso de la parte lesionada complica su movimiento, el sostenerla o apoyarla.

La cualidad que tiene la natación en la rehabilitación de lesiones, es que permite al cuerpo permanecer envuelto y sostenido por el agua, gracias a la densidad de esta. Así se evitan los movimientos enérgicos que pudieran generar una nueva lesión. La fricción del agua sobre la superficie corporal produce un masaje natural que activa la circulación y funciona como desinflamatorio, a la vez que provoca la oxigenación y movilidad progresiva.

El movimiento voluntario del cuerpo contra la resistencia del agua favorece la producción de fuerza muscular en forma segura. Esta puede incrementarse a voluntad con el uso de aletas, otro factor controlable es la temperatura del agua: a mayor temperatura se produce la vasodilatación, favoreciendo la relajación y el aumento de la circulación. Y a menor temperatura del agua se producen los efectos contrarios<sup>11</sup>.

---

<sup>11</sup> Mcardle, W.D. Katch, F.L. Fisiología del ejercicio. Energía, nutrición y rendimiento humano. Madrid, España 1990. ED. Alianza.

Las principales rehabilitaciones son:

- Rehabilitación de la rodilla.
- Rehabilitación del tobillo.
- Rehabilitación de la cadera.
- Rehabilitación de la columna vertebral, zona dorsal, lumbar y cervical.
- Rehabilitación del hombro y brazos.

### 3.- Aspecto psicológico.

Un gran ejemplo de los beneficios de la práctica deportiva en el aspecto psicológico, lo representa su utilidad en los programas dirigidos a los adultos mayores. Al llegar a cierta etapa de la vida donde se disminuyen las facultades intelectuales y las capacidades físicas, la natación permite al individuo ejercitarse retardando tal disminución<sup>12</sup>.

Además la natación representa una actividad segura, sin violencia, sin riesgo de caer y lastimarse, lo cual les proporciona una mayor seguridad personal y motivación para continuar con la actividad. Desarrollando nuevas actitudes y aptitudes, que los van a conducir a lograr una mayor calidad de vida, a sentirse mas seguros y va a impactar de manera positiva en su autoestima; la cual denominamos como el amor propio o auto apreciación, es la percepción emocional profunda que las personas tienen de si mismas.

Estos son algunos de los beneficios en el aspecto psicológico de la práctica de la natación:

- Contribuye a la madurez emocional, lo cual nos permite actuar de una manera más inteligente ante situaciones difíciles, y por lo mismo aprendemos a tomar mejores decisiones.
- Se produce una mayor agudeza mental (capacidad cognitiva).
- Mejora nuestra motivación intrínseca y extrínseca (interior y exterior).
- Produce una mayor confianza y seguridad en sí mismo.
- Nos ayuda a ser más independientes.
- Nos produce una mayor estabilidad emocional, es decir un equilibrio de nuestros sentimientos.
- Produce relajación mental y física, por lo cual elimina tensiones.
- Reafirma la personalidad, la voluntad de superación y el valor para enfrentar los nuevos retos.
- Desarrolla afectividad (emociones, sentimientos y pasiones).
- Se produce una mayor capacidad volitiva (capacidad de querer), lo cual significa que el sujeto es apto para determinarse de forma autónoma, resistiéndose a los impulsos, siendo capaz de dirigir la voluntad.

---

<sup>12</sup> Jardí Pinyol. Op. cit., p. 6.

- Mejora las facultades intelectuales, las cuales son:

\***Percepción:** Es un proceso nervioso superior que permite al organismo, a través de los sentidos, recibir, elaborar e interpretar la información proveniente de su entorno. Es tu punto de vista.

\***Razón:** La habilidad de tomar pensamientos individuales, originales, y unirlos para formar ideas. Eso es lo que una idea es... Un pensamiento o colección de pensamientos dirigidos hacia un propósito

\***Voluntad:** La voluntad es la capacidad de los seres humanos que nos mueve a hacer cosas de manera intencionada, por encima de las dificultades, los contratiempos y el estado de ánimo. Las personas que se concentran en lo que están haciendo son generalmente los que hacen el mejor trabajo.

\***Memoria:** En psicología la memoria es la capacidad para almacenar, retener y recordar información.

\***Imaginación:** Es el proceso por el cual se crean formaciones de imágenes mentales de personas, objetos y situaciones, que no se encuentran presentes.

\***Intuición:** Es un concepto que describe aquel conocimiento que es directo e inmediato, sin intervención de la deducción o del razonamiento, siendo habitualmente autoevidente.

#### 4.- Aspecto social.

El encargo social de la educación, dispone que la escuela deba revelar ante sus alumnos el valor de los conocimientos adquiridos, para resolver las problemáticas que nuestra sociedad enfrenta cada día. Aprendizaje que debe contribuir al desarrollo del pensamiento, así como para elevar la conciencia y formación de las nuevas generaciones.

La natación tiene otra fase en la que gracias a su dominio, permite realizar actividades laborales, que en forma directa o indirecta tienen relación con el agua y que permiten la aplicación de los conocimientos adquiridos. Tal es el caso de las actividades que los buzos realizan en el agua; ya sea como biólogos marinos, investigadores, soldados, constructores, etc.

Por otro lado están los pescadores, salvavidas, operadores de objetos recreativos para el turismo (lanchas y veleros por ejemplo), profesores y entrenadores de deportes acuáticos. Todas estas actividades representan para el hombre un medio por el cual obtienen recursos económicos, siempre y cuando tengan el dominio de la natación, como seguridad personal y de la gente a su alrededor.

Los principales beneficios que la natación aporta en el aspecto social son:

- Una mayor Integración del individuo, con su entorno, con sus compañeros, profesores, etc. Es decir una mayor adaptación social.

- Fomento de la cooperación.
- Una mayor responsabilidad social.
- Contribuye al placer y diversión.
- Manifestación de la solidaridad.
- Mejora y fomenta el trabajo en equipo.
- Mejora en las relaciones humanas.
- Desarrolla afectividad.
- Fomenta el respeto a las reglas sociales, de grupo y de trabajo.
- Los alumnos son educados para que logren una mayor perseverancia, puntualidad y conciencia de grupo.

## 5.- Aspecto pedagógico.

Uno de los principales aspectos educativos de la natación, es su valor utilitario. Es decir la primera finalidad será el enseñar al alumno a salvar la vida en el medio acuático. No debemos dejar de tomar en cuenta que tres cuartas partes de la superficie de nuestro planeta están cubiertas por agua, ya sea en forma de mares, ríos, lagunas, cenotes, etc.

Y que además existen fenómenos meteorológicos que provocan que las aguas mencionadas anteriormente, se vuelvan peligrosas para el ser humano. Aun si están relativamente retiradas del hombre y sin que este se acerque voluntariamente; hay ocasiones en que existen inundaciones provocadas por diferentes motivos, en estos casos la natación se convierte en un instrumento indispensable para la defensa y seguridad de la vida del hombre<sup>13</sup>.

Lo cual justifica la necesidad de aprender a nadar, como un elemento más de la cultura general de las personas, que debiera incluirse obligatoriamente en los programas educativos por ser de primordial importancia.

Mi obligación como profesional de la pedagogía y de la natación, es incluir a los bebés, niños, adolescentes, adultos jóvenes, adultos mayores y personas con discapacidad, en los programas acuáticos, para fomentar en ellos una cultura deportiva, la cual les traerá múltiples beneficios y de esta forma contribuir con su formación integral.

Los principales beneficios en el aspecto pedagógico, son los siguientes:

- Educa el funcionamiento corporal.
- Desarrolla procesos que facilitan el aprendizaje.
- Contribuye a la Formación de hábitos positivos.

---

<sup>13</sup> Padrón Perea. Op. cit., p. 5.

- Potencia el desarrollo intelectual.
- Contribuye a la modificación de conductas que pueden ser nocivas para el ser humano, tales como el fumar, beber alcohol en exceso o drogarse.
- Aplicación de métodos de enseñanza, en forma sistemática.
- Mejora las capacidades intelectuales.
- Aumenta el cúmulo de conocimientos prácticos.
- Promueve la cultura deportiva.
- Educa al ser humano para que se alimente de una manera adecuada y de esta forma contribuye para atacar la epidemia de obesidad, que actualmente aqueja a nuestro país.
- Contribuye a la formación de mejores ciudadanos.
- La finalidad principal es la educación de hombres y mujeres libres, concientes y responsables de si mismos, capaces de su propia determinación, es decir tener el valor o firmeza a la hora de actuar.

## 6.- Aspecto moral.

El objetivo principal de la formación moral, es que esta tenga un papel relevante en el conjunto de actividades educativas en nuestras escuelas. Aunque la educación moral no es una preocupación reciente, si lo es la voluntad actual de convertirla en uno de los pilares de la educación. También son en buena parte, novedosos los instrumentos, pedagógicos que se proponen para hacer posible el tratamiento de las cuestiones de valor.

La educación social y la educación moral, constituyen el fundamento elemental del desenvolvimiento educativo que ha de permitir responsabilidades en la sociedad actual y del futuro; una sociedad pluralista, en la que las propias creencias valoraciones y opciones, han de convivir en el respeto a las creencias y valores de los demás.

La educación moral en una escuela democrática, debe convertirse en un ámbito de reflexión individual y colectiva. Así mismo pretende aproximar a los jóvenes a conductas y ámbitos más coherentes con los principios y las normas que haya interiorizado. La educación moral quiere formar criterios de convivencia que refuercen valores como la justicia, la solidaridad, la cooperación o el cuidado de los demás.

Entender de este modo la educación moral nos da razones suficientes para justificar la conveniencia de que hoy la escuela se ocupe de ella, en primer lugar, es evidente que en muchas escuelas esta a sido y sigue siendo su principal función educativa, aunque no use el rotulo de educación moral.

La educación moral pretende colaborar con los jóvenes para facilitarles el desarrollo y la formación de todas aquellas capacidades que intervienen en el juicio y la acción moral, a fin de que sean capaces de orientarse de forma racional y autónoma en aquellas situaciones que les plantea un conflicto de valores. Podría decirse que la educación moral y la socialización son dos aspectos de la educación en búsqueda de equilibrio.

Los principales valores que debemos de promover son:

- Respeto a sus semejantes.
- Respeto a si mismo.
- Normas de conducta.
- Justicia.
- Veracidad.
- Lealtad.
- Honradez.
- La voluntad como valor.
- La Tolerancia.
- Responsabilidad por si mismo y por sus semejantes.
- La igualdad.
- La Solidaridad.

## 7.- Deportes en el agua y recreación.

El agua es una fuente inagotable de juegos que da un carácter recreativo y motivante a la práctica de la natación, y demás actividades que se puedan desarrollar en su entorno. Ello estimula la práctica duradera, el hábito deportivo y sus buenas consecuencias.

En su gran mayoría, el ser humano demuestra su gran atracción por la práctica de las actividades acuáticas de manera informal. Por lo regular en época de vacaciones o días de descanso, se organizan grupos de familiares o amigos, y se dirigen con preferencia, a las playas, ríos o lagunas, donde además de simplemente nadar, realizan actividades como clavados, esquí acuático, surfing, buceo, pesca, natación de fondo, nado sincronizado, juegos recreativos acuáticos, la navegación a vela –regatas-, y triatlón (natación, ciclismo y trote).

Estas actividades que además de realizarlas como recreación, pueden formar parte de un acondicionamiento, y son deportes formales que requieren el dominio de la natación; todo ello con el propósito de lograr el desarrollo integral del individuo.

Pero también son diversos los fines y posibilidades que persigue la natación recreativa, las cuales presentamos a continuación:

- **Actividades acuáticas con materiales didácticos diversos:** Estos pueden ir desde materiales de rehusó, hasta materiales perfectamente elaborados dependiendo del instrumento de ejecución.
- **Actividades acuáticas sin implementos:** Este tipo de juegos presentan un alto grado de creatividad en su ejecución.

- **Actividades acuáticas de acuerdo a lo que queremos desarrollar:** este tipo de juegos tienen un objetivo bien definido, es decir, un juego para desarrollar la fuerza, resistencia, velocidad, convivencia, etc.
- **Actividades acuáticas de acuerdo a la población que esta dirigida:** Es el juego que esta dirigido especialmente a una cierta población como son los niños, adolescentes, adulto mayor, minusválidos, etc.

De acuerdo a la participación del grupo, existe una segunda clasificación de las actividades acuáticas recreativas que a continuación se presenta.

- **Actividades de recreación acuática activas:** son aquellas en las que los participantes desarrollan de manera simultánea el éxito de la actividad, dependiendo de ello, la gran participación del grupo.
- **Actividades de recreación acuática semiactivas:** Son aquellas en donde la participación del individuo es momentánea y el éxito de la actividad depende de saber esperar su turno.
- **Actividades de recreación acuática pasivas:** son aquellas en donde la actividad motriz es mínima y sobresalen la reflexión y el análisis.

Como hemos podido observar a lo largo de este capítulo, las respuestas a las preguntas ¿Por qué y para que nadar? Son múltiples y muy importantes, por que el conocimiento y dominio de la natación es una parte fundamental de la formación de las personas. Debe de formar parte del capital cultural de todos, y como he mencionado no podemos seguir dejando de lado, esta y otras prácticas formativas que contribuyen al desarrollo integral del ser humano.

Lo anterior implica un compromiso y responsabilidad con la formación profesional, así como una capacitación y actualización constante; por parte de todos los entes involucrados, así como también por parte de las instituciones.

Como profesional de la pedagogía, me corresponde la formación a través de la práctica de la natación, interviniendo para impactar directamente el campo laboral. Aportando nuestro esfuerzo y conocimiento para mejorar la calidad de la educación. Lo cual se debe de traducir en la mejora constante de nuestros espacios deportivos, así como el contar cada día con profesionales de la natación más actualizados y dispuestos a afrontar con éxito los retos de esta práctica educativa.

Además en los Centros Deportivos del Distrito Federal, la población en general asiste con un gran beneplácito y convencidos de que tendrán un buen desarrollo integral. Los padres de familia nos confían la formación de sus hijos sabiendo que son actividades que modelan el carácter y propician actitudes sanas. Motivo por el cual es necesario conocerlos y a partir de ello, generar soluciones y propuestas de trabajo. Nosotros como profesionales de la pedagogía descubrimos un campo muy rico para la intervención, teniendo la oportunidad de aportar nuestros conocimientos para mejorar a nuestra comunidad.

## 2.2. MI DESEMPEÑO PROFESIONAL.

Para fundamentar teóricamente mi trabajo, doy una gran importancia al objeto de estudio de la pedagogía: la "Formación"<sup>14</sup>. Lo cuál es básico, ya que es el punto de partida, para darle un sentido a mi práctica pedagógica. Pero ¿Qué es la formación? Para Bernard Honore la respuesta queda abierta, ya que cada uno tiene su idea o sus ideas "en curso de formación", sin embargo la formación esta en acto, queda pensarla.

Los seres humanos somos sociales por naturaleza y es en el seno de esa sociedad, en donde se gestan todos los procesos de formación. Recordemos que la educación ha cambiado a lo largo de la historia, así el día de hoy debemos de entenderla como un proceso muy complejo, ya que en cada región, en cada país, es distinta y responde a exigencias particulares. Por lo cuál en un mundo moderno, pragmático y globalizador, se hace necesaria una reflexión acerca del papel de la educación<sup>15</sup>, en los procesos de formación del ser humano.

De este modo, entiendo a la formación, como un proceso que se genera y se dinamiza a través de acciones orientadas hacia la transformación de los sujetos, por eso pienso que las actividades de formación, son parte de los procesos mas generales de transformación de los individuos.

Es decir la formación puede ser concebida como una actividad por la cual se busca, con el otro, las condiciones para que un saber recibido del exterior, luego interiorizado, pueda ser superado y exteriorizado de nuevo, bajo una nueva forma, enriquecido, con significado en una nueva actividad. En otros términos, el proceso de formación se da en una dinámica exterioridad – interioridad – exterioridad, que trasforma no sólo a los individuos, sino a la colectividad de la que forman parte y a la cultura que construyen.

Justamente desde una visión de la formación en la que el hombre recibe "saberes" del exterior que interioriza y resignifica, para luego exteriorizarlos nuevamente, se entiende que el concepto de formación está íntimamente vinculado al de cultura; así se expresa en el planteamiento, de que "la formación es una actividad eminentemente humana, por medio de la cual el hombre es capaz de recrear la cultura".

---

<sup>14</sup> Formación: en un segundo sentido, es un termino derivado del alemán **Bildung** (que traducimos como formación) y que significa también la cultura que posee un individuo como resultado de su formación (interacción) en los contenidos de la tradición de su entorno. Bildung es pues tanto el proceso en el cual se adquiere cultura, como esta cultura misma en cuanto al patrimonio personal del hombre culto.

Gadamer Hans Georg. Op. Cit., pag. 1.

<sup>15</sup> Educación: la educación de hombre se da a través de dos actos: el **educare** y **educere**. EDUCAR: es una acción que se verifica en los seres humanos, en todos los ámbitos de su existencia, no sólo en la escuela sino también en todos los momentos de su vida en interacción con los demás hombres, el ser humano se esta educando. Educar es fomentar en un proceso social, la actuación del hombre, para lograr todas sus potencialidades. Así la educación va mas allá de la simple transmisión de conocimientos, también implica el desarrollo de habilidades para hacer y pensar, así como de los valores para decir y vivir. Por lo que la educación se realiza en ámbito de la libertad. Se verifica en el diálogo con el otro y los otros. El hombre es un ser que se va haciendo, que se va construyendo a sí mismo. Involucra al hombre en su totalidad, lo mismo que a todos los hombres.

Diccionario de la Ciencias de la Educación. Santillana. P. 408.

En este sentido Bernard Honore, nos habla de una "formación profesional" y una "formación personal" las cuales no deben de encontrarse disociadas, ya que existe la más fundamental de las relaciones entre formación, trabajo y persona.

Dicha formación se encuentra integrada a los actos de la vida cotidiana, para tratar de alcanzar la armonía individual, social y con el medio ambiente, porque el hombre es un ser en reconstrucción permanente y en él, la experiencia de formación es un proceso de "diferenciación"<sup>16</sup> y de activación energética, que se ejerce a todos los niveles de la vida y del pensamiento. En la medida que reconstruye el objeto, se reconstruye a si mismo, partiendo del proceso de diferenciación. Para Honoré la formación es un aspecto humano del fenómeno evolutivo, entendida como un proceso inacabado que debe partir desde un marco científico e histórico y sociocultural.

Es aquí donde convergen la "Educación y la practica de la natación", respondiendo a la *formación integral del ser humano*, rescatando para ello, discursos desde lo histórico, sociológico, psicológico y filosófico, para conformar un "corpus teórico" propio, que permita fundamentar dicha práctica.

Los cursos que imparto contribuyen a la educación de los alumnos y alumnas, considerando que es un proceso con intención hacia el otro; pero a la vez a su formación, ya que los sujetos (niños, adolescentes y adultos) que participan, tienen la convicción que favorecerá sus condiciones de vida y eso es lo verdaderamente importante; ya que si la educación nos deja huellas imborrables y experiencias placenteras, es cuando se vuelve significativa y comienza a "formar" parte de nuestra vida.

Considerando que el Gobierno del Distrito Federal ofrece estos cursos de natación para todas las edades, sería importante informar más a la población en general, para que también sea participe en dichas actividades. Propiciando de esta forma una nueva actitud hacia las actividades deportivas y seamos partícipes de los múltiples beneficios de que ella se derivan.

Los alumnos asisten con un gran interés y entusiasmo, y se convierten en entes activos al realizar una actividad recreativa que complementa su educación y es capaz de desencadenar otros actos creadores. La formación que impartimos esta dirigida a la colectividad, es decir la población demandante es demasiada, por lo cual he tenido que modificar y utilizar la didáctica, para poder enseñar a una gran cantidad de grupos. Los cuales en su mayoría son numerosos, son de 15, 20, 25 ó hasta de 40 alumnos por clase.

La natación les permite a los niños, adolescentes y adultos, tener un "cierto saber", contribuye a su bienestar físico, emocional e intelectual, los motiva para realizar otras actividades, además favorece su formación, ya que el asistir a los cursos también construyen relaciones que les permiten conocer a otros, reconocerse a sí mismos y estar conscientes de que el ser humano desde que nace hasta que muere, siempre tiene la oportunidad de formarse.

---

<sup>16</sup> La diferenciación se define como el proceso por el cual dos cosas parecidas llegan a ser diferentes, es decir que se establece entre ellas una relación de alteridad mientras que tienen elementos idénticos. Es un concepto ampliamente utilizado por todos los que se han preocupado del fenómeno evolutivo".

Honore Bernard. Para una Teoría de la Formación. Dinámica de la Formatividad. Madrid, España 1980. ED. Narcea. p.108.

Se confirma lo que Freire menciona en cuanto a que la posición normal del hombre es no sólo estar en el mundo, sino con el mundo, y al participar los adolescentes y adultos, en los cursos de natación tejen relaciones permanentes con este mundo, que surgen de la creación o del enriquecimiento que él hace del mundo natural representado con una realidad cultural.

“Relación hecha por el hombre, independientemente, si está o no alfabetizado. Basta ser hombre para ser capaz de saber, aún cuando sea un saber meramente vulgar. De ahí que no haya ignorancia absoluta ni sabiduría absoluta<sup>17</sup>”.

Me parece muy conveniente en este punto, describir cuáles son las áreas prioritarias para el buen funcionamiento del centro deportivo y en las cuales, la participación del pedagogo es obligada. Por ser un campo de intervención pedagógica muy amplio, como profesionales podemos impactar este campo laboral en la creación, desarrollo y evaluación de los diferentes programas de trabajo. Así como la docencia en diferentes grupos y niveles educativos, las evaluaciones curriculares, la investigación educativa, la capacitación laboral, además del trabajo propio de las áreas de recursos humanos. La elaboración de materiales didácticos, la orientación educativa, además de la coordinación y dirección de centros deportivos; impactando de este modo un campo que en ocasiones, no reconoce el amplio espectro de trabajo que los pedagogos podemos realizar.

Lo que resulta ser un tanto difícil de entender, es que es un campo laboral, en donde son pocos los profesionales de la pedagogía trabajando. Solo existen psicólogos, trabajadores sociales, y los entrenadores de las diferentes disciplinas deportivas. Quizás se deba a que todavía falta más información sobre lo que los pedagogos podemos realizar, el reto sería primero forjar, formar, una imagen del pedagogo y de su importante misión educativa. Esto fue lo que me motivó en un primer momento, para prestar mis servicios de manera voluntaria y gratuita, en el desarrollo de actividades extraclase, en las cuales tuve la oportunidad de poner en práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de mi formación; actividades que abordaré más adelante porque son parte importante de esta memoria de Desempeño Profesional.

El primer gran reto al que me enfrenté, fue el formar una buena imagen del pedagogo y desatacar cuales son nuestras funciones dentro de la instituciones educativas, para posteriormente convencer a las autoridades de la necesidad de realizar juntas técnicas, en las cuales se pudiese discutir sobre las principales problemáticas que enfrentábamos día a día como docentes. Resaltando de inmediato la necesidad de contar con un nuevo programa de trabajo, que respondiera a las necesidades reales de la institución y nos sirviera como guía para el desarrollo de nuestras actividades diarias.

El problema no es que no lo hubiera, sino que el programa vigente ya no respondía a las necesidades reales del área acuática. En la actualidad aun, se encuentra vigente el Programa de Natación para Escuelas Técnico Deportivas que realizó el Instituto del Deporte del Distrito Federal<sup>18</sup>, en el año de 1999. Este programa se encuentra en aplicación en la mayoría de las albercas de la delegación Iztapalapa y a nivel Distrito Federal.

---

<sup>17</sup> Freire Paulo, Pedagogía del Oprimido. Uruguay, 2000. ED. Siglo XXI. p. 111.

<sup>18</sup> Programa de Natación para Escuelas Técnico-Deportivas del Instituto del Deporte del Distrito Federal. México, 1999.

Dicho programa, engloba a todos los demás programas. Pero el problema central es que fué creado como un documento único y totalitario, por lo cuál fue necesario intervenir para crear un nuevo programa, ya que es un documento rebasado y no toma en cuenta las necesidades particulares de cada persona y las necesidades propias de la institución. Sin embargo, aún sigue vigente y es el único intento serio de justificar y desarrollar dichas actividades.

La carencia de un programa más completo y variado, que diera la pauta para trabajar con los diversos niveles de atención de los grupos de nadadores, era el principal problema; ya que como he mencionado, el mismo trabajo se estandarizó tanto para bebés, como para adultos mayores o adolescentes. Aquí el riesgo era caer en un trabajo no profesional, ya que no existía una guía, una dirección clara sobre los contenidos a desarrollar y evaluar.

Así que dentro de mi papel como profesional de la pedagogía, colaboré en la creación del nuevo programa de trabajo para el área acuática. Para el desarrollo del programa en primer lugar, propuse la realización del FODA<sup>19</sup> (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas), con la finalidad de analizar las problemáticas del área acuática, así como hacer una detección de necesidades. En segundo lugar se realizó la elaboración del mismo, y posteriormente su discusión y evaluación.

La principal necesidad fue intervenir, para desarrollar los contenidos adecuados a los diferentes programas de trabajo. Rescatando la formación, las necesidades de la institución y de los alumnos. Un punto relevante fue la participación de los demás profesores, ya que con su experiencia y valiosa opinión, enriquecieron aún más el programa de trabajo.

Con base a los objetivos planteados por la institución y a mi experiencia profesional, propuse el rescate de la "formación" como el objetivo principal, en la práctica deportiva. ¿Porque, la formación? En primer lugar la práctica de la natación, era tomada por profesores y alumnos, como una actividad netamente competitiva, y no formativa; es decir lo más importante era el formar nadadores de alto rendimiento, sin importar el como se lograra.

Alumnos y profesores trabajaban sólo con el objetivo de ganar competencias y medallas, relegando el trabajo de la mayoría de la población de nadadores. Es decir la mayor demanda del servicio se encontraba en la población de niños, adolescentes, adultos y adultos mayores. Otro porcentaje lo ocupaban los alumnos con discapacidad y los bebés. El grupo de nadadores de equipos representativos y competitivos, eran una minoría.

Fue en base a estas observaciones en cuanto a la distribución de la demanda por sectores de la población de nadadores, que decidimos centrarnos en los sectores más relegados e importantes. Por ejemplo la mayoría de los usuarios eran adultos y niños, entonces en base a sus necesidades educativas, se desarrollo el programa. Incluyendo todos los niveles de atención educativa.

---

<sup>19</sup> La Matriz DAFO, o FODA es un recurso creado en la década de los setenta y produjo una revolución en el campo de la estrategia empresarial. El objetivo del análisis DAFO es determinar las ventajas competitivas de una empresa, una institución o incluso una nación. Es una metodología de estudio de la situación competitiva de una empresa en un mercado (situación externa) y de las características internas de la misma (situación interna), a efectos de determinar sus Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades.

Harold Koontz, Heinz Weihrch. Elementos de Administración. Enfoque Internacional. 6ta. Edición. ED. Mc Graw – Hill. México, 2001. pp. 104 – 107.

De esta forma surgieron las problemáticas principales, una de ellas lo era la actitud de los profesores en cuanto al trabajo realizado, por ejemplo se relegaba a los adultos mayores, por no considerárseles importantes. O el trabajo con los bebés, porque era demasiado pesado, estar 3 ó 4 horas, impartiendo clases dentro del agua. Aquí la intervención que se desarrolló con los compañeros fue el resaltar lo importante y gratificante del trabajo con estos sectores de la población.

Son diferentes los objetivos que persigue cada programa, pero en esencia los contenidos de trabajo son similares. Es decir parten de un tronco común, en primer lugar se persigue que el alumno aprenda a conservar la vida, después la enseñanza de los estilos, el perfeccionamiento técnico y después se llega a la especialización. En este punto ellos deciden si continúan como nadadores de los preequipos, o cambian de disciplina deportiva.

A continuación ilustro los diferentes tipos de programas, así como los objetivos de los mismos.



Como se muestra en la imagen, lo primero fue la organización de los grupos de trabajo por niveles y edades. Para poder brindar una atención más personalizada y especializada, ya que en algunos casos los grupos se encontraban conformados por alumnos de distintas edades y niveles de nado. Los niveles de atención educativa ofrecida se diversificaron, y los programas ofrecidos a la población en general dentro de la alberca<sup>20</sup> ahora son los siguientes, en primer lugar tenemos la escuela técnico-deportiva de:

<sup>20</sup> Manual para el entrenador. Área técnico- practica. SICCED nivel 3. SEP, CONADE. México, 1998. pp. 4-9.

- Matronatación (clases para bebés de 0 a 36 meses. Programa para bebés).
- Clases de natación para niños (de 4 a 12 años aprox. Programa utilitario y competitivo).
- Clases de natación para adolescentes (de 13 a 18 años aprox. Programa competitivo y utilitario).
- Clases de natación para adultos jóvenes (de 18 a 35 años aprox. Programa higiénico y utilitario).
- Clases de natación adultos maduros (de 35 a 60 años aprox. programa higiénico y utilitario).
- Clases de natación para adultos mayores (de 60 años en adelante. Programa para la tercera edad.).

Como un primer objetivo en la progresión de la enseñanza, al iniciar a un alumno en la práctica de la natación, se le debe de enseñar los principios básicos (familiarización, respiración, flotación, propulsión y saltos), ya que el conocimiento básico del medio acuático es imprescindible para todos y debe de ir destinado para cualquier persona, sea cuál sea la edad y condición física de los interesados<sup>21</sup>. Para ello es necesario impulsar la renovación constante de los programas de trabajo, para que partan de las necesidades de los alumnos y posteriormente de las necesidades de la institución.

Por ejemplo, se necesitó desarrollar un apartado dentro del nuevo programa, dirigido a las personas adultas y de la tercera edad, ya que este sector de la población necesita espacios donde tener esparcimiento y capacitación. Los objetivos generales están relacionados principalmente con los aspectos físicos a través de los cuales se contribuirá a mejorar la autonomía física, el descubrimiento del gusto y placer hacia el movimiento. Además de ser un sector educativo con características y necesidades particulares.

Cabe recordar que para la educación en general y singularmente la educación de adultos, el reto es formidable, las perspectivas que se presentan a corto y mediano plazo, son de una demanda creciente. Refiriéndonos a la educación formal y la no formal, la capacitación, la actualización y el adiestramiento.

Por otra parte los objetivos del programa de natación también consideran ahora, los aspectos psicológicos, tales como:

1. El desarrollo de un ambiente positivo.
2. El desarrollo del control emocional.
3. El desarrollo del control de la atención.
4. El desarrollo de estrategias de precompetencia y competencia.
5. El desarrollo de habilidades mentales.

La preparación psicológica se tiene que integrar a las actividades de entrenamiento del atleta. Por eso la planificación es muy importante para saber cuando tenemos que intervenir. Un ejemplo sería el trabajo desarrollado, encaminado a incidir en la auto-aceptación (en el caso de las personas mayores que tienen problemas de autoestima o de imagen corporal), para lograr la adquisición de una

---

<sup>21</sup> Manual para el entrenador, “Enseñanza General de las Actividades Acuáticas” SEP. México, 1997. PP. 4-11.

mayor seguridad personal y la revalorización de si mismo, contrarrestando sentimientos de inseguridad e inactividad.

Lo anterior cobra una mayor relevancia sobre todo, en el trabajo con los equipos y preequipos competitivos. Ya que ellos deben de estar preparados físicamente al 100%, y psicológicamente al 200%. La actitud mental positiva y la confianza en el buen trabajo desarrollado, pueden ser la diferencia entre el ganar o perder en una competencia<sup>22</sup>.

El programa representa una alternativa teórica que guía el trabajo, y su principal pretensión es la de garantizar una educación integral de calidad a los alumnos, así como fortalecer la unión con sus familiares y preparar la capacitación del personal.

La orientación general del programa esta conformada por dos elementos básicos, planeación e integración:

1.- Planeación. Abordar el proceso enseñanza aprendizaje, como un todo, en el cuál es posible encontrar las contradicciones que puede haber en el desempeño profesional y proponer alternativas de solución a los problemas que se vayan presentando. Su realización responde a la pregunta ¿Qué se va a hacer? Implica actividades futuras y concierne a las del futuro, resultado de las decisiones del presente<sup>23</sup>.

Además es básico que los profesores planeen de antemano sus actividades para que al momento de presentarse ante el grupo, la clase se realice de una forma fluida y amena.

2.- Integración. Es obtener y articular los elementos materiales y humanos que la institución y la planificación nos señalan para el adecuado funcionamiento de la alberca<sup>24</sup>. Porque de acuerdo con la lógica del programa, se pretende básicamente la armonía de los siguientes aspectos:

- El proceso de desarrollo, pensado a través de experiencias totales, que incluyan la construcción del conocimiento a partir de tres contenidos: interacción con el medio físico, interacción con el medio social y afirmación de la identidad personal.
- La participación entre padres de familia y personal del deportivo establecido con base a los planteamientos educativos.
- Las actividades educativas de los distintos programas realizadas con base a un mismo método. Para evitar que los contenidos sean enseñados de una forma dispersa y lograr uniformidad en el proceso.

La estructura del programa se plantea a partir de:

1.- Subprograma pedagógico: es el soporte principal, ofreciendo planteamientos educativos apoyados en las propuestas de desarrollo, para sustentar cada una de las acciones a realizar.

---

<sup>22</sup>Manual para el entrenador. SICCED nivel V. Área teórica. SEP, CONADE. México 1998.

<sup>23</sup> Raúl Rojas Nava. "Fundamentos teóricos de la organización educativa 1". Apuntes de la ENEP Aragón. num. 13. México, 1989. pp. 11-13.

<sup>24</sup> Ib.

2.- Subprograma de capacitación, actualización y asesoría, contiene elementos teóricos para mejorar el desempeño profesional del personal, y que este a su vez pueda contribuir a un mejor aprovechamiento del alumno, rescatando al mismo tiempo la importancia del trabajador.

De esta manera el objetivo central es lograr el desarrollo integral del alumno, desde una visión total, donde la formación se entiende en forma general, como una serie de acciones o hechos comprobados socialmente que están ligados en el fondo, al medio en que las actividades se desarrollan, tiene un carácter histórico y revela por lo tanto la idea del hombre que se tiene en un determinado periodo social y cultural.

En este caso al educador se le considera facilitador, guía y organizador del proceso enseñanza aprendizaje, es la persona con quien directamente se interrelaciona el alumno, ellos serán quienes propicien un ambiente de cariño y respeto mutuo que ofrezca seguridad y confianza, a todos los participantes.

Los aprendizajes que pretendemos que construya el alumno son-

- Conozcamos y utilicemos los servicios de nuestro centro deportivo.
- Conozcamos los beneficios de la educación física.
- Aprovechemos los beneficios que nos aportan los alimentos de nuestra región.
- Festejemos nuestras tradiciones y costumbres.
- Valoremos y utilicemos los adelantos científicos y tecnológicos.
- Disfrutemos de las manifestaciones artísticas y culturales.
- Lograremos una mayor interacción con el medio social, en el caso de los niños invitarlos a participar en cantos y juegos, donde los niños puedan vivenciar la organización de las mismas. Además de proporcionar materiales para que los niños manipulen comparen y organicen en forma libre.
- Lograremos un perfeccionamiento técnico de los diferentes estilos de nado, para poder participar en los diferentes equipos representativos.

Los principios educativos que se plantean, responden básicamente a las características con las cuales debe de proyectarse la educación mediante la práctica de la natación.

- El juego.
- La afectividad
- La sociabilidad.
- La libertad
- El respeto.
- Una educación vanguardista.
- Una educación renovadora.

Una pregunta fundamental para el desarrollo de los contenidos de trabajo fue ¿Que necesitan aprender nuestros alumnos? Y para dar respuesta a esta pregunta se tuvo que centrar nuestro

quehacer educativo en el favorecimiento y fortalecimiento de las competencias que cada alumno posee.

Las cuales son:

### **A) Desarrollo social y personal.**

Aquí nos referimos al desarrollo de la identidad personal, autonomía y relaciones interpersonales; también se hace referencia a las actitudes y capacidades relacionadas con el proceso de construcción de la identidad personal y de las competencias emocionales y sociales. Se debe de buscar el aprendizaje en relación a la cultura, la familia y la sociedad.

Además de la comprensión de la diversidad cultural, lingüística y social, costumbres, tradiciones, formas de hablar y de relacionarse, así como factores que hacen posible la vida en sociedad; formas de convivencia, derechos y responsabilidades. Cabe destacar que estos objetivos se van a lograr a través de actividades extraclase, como pueden ser conferencias, la colocación de periódicos murales, la colocación de ofrendas para el día de muertos en donde participen los alumnos, etc.

### **B) Desarrollo físico y salud.**

El desarrollo físico es un proceso en el que intervienen factores como la información genética, la actividad motriz, el estado de salud y las capacidades físicas.

La intervención educativa debe de propiciar que los alumnos, amplíen sus capacidades de control y conciencia corporal, así como el conocimiento de las acciones que deben tomar para mantenerse saludables, además de que también conozcan las diferentes situaciones en las cuales puede estar en riesgo su integridad personal.

Para lograr esto, los esfuerzos deberán de ser conjuntos por parte de los dos actores principales en la educación de la práctica deportiva “el gobierno y la sociedad civil<sup>25</sup>”. Representada esta última por organismos no gubernamentales y particulares. Además la participación de la comunidad también ha contribuido al éxito de nuestra labor formativa. Es importante mencionar que el compromiso también es asumido por la Ciudad Deportiva de Iztapalapa, la cual pone su granito de arena para llevar educación a todos los sectores de la sociedad.

Considero que después de todo lo anteriormente planteado, se debe de rescatar en todo momento la intencionalidad de las actividades, con el fin de propiciar en forma consistente la construcción de conocimientos, se debe de favorecer aprendizajes que sean útiles a los alumnos. Debemos dejar atrás las prácticas de simple entretenimiento y suplirlas por acciones concretas, por ejemplo: la enseñanza correcta de las técnicas de natación, la mejora de la salud mediante una alimentación adecuada, favorecer valores como la responsabilidad, el respeto, la tolerancia, la solidaridad, entre otros.

---

<sup>25</sup> Schmelkes Silvia Y Judith Kalman, “Educación de adultos: estado del arte”, Hacia una estrategia alfabetizadora para México. México, 1996. INEA.

Debemos de reconocer nuestras fortalezas, pero también nuestras debilidades, enfocándonos en el fortalecimiento de estas y así logremos convertirlas en capacidades, habilidades y destrezas, que apoyen en este caso el quehacer educativo que realizamos con nuestros alumnos.

Propongo el rescatar en todo momento, la intencionalidad en nuestros actos, obligándonos a pensar de manera consciente, cual es la participación que nos corresponde en el momento de nuestro desempeño laboral; servirnos de las experiencias acumuladas a lo largo de nuestra trayectoria profesional y de nuestra vida personal, tomando los elementos que sirvan a los propósitos actuales en materia de educación, nos permitan promover y favorecer en los alumnos desafíos que los involucren en procedimientos y procesos que tengan como resultado final la construcción de conocimientos significativos, que les permitan desenvolverse en su vida cotidiana.

Bien, continuando con la descripción de mi desempeño, cabe mencionar que dentro de mis funciones principales he atendido a los diferentes grupos a mi cargo (todos los descritos anteriormente) enseñándoles a nadar, para lo cual he tenido que echar mano de todos los recursos didácticos disponibles y de los métodos de enseñanza aprendizaje más adecuados a cada situación y actividad.

Son diversas las tareas a las cuales me enfrento día a día, son muchas las experiencias que he tenido a lo largo de estos diez años de trabajo. Como mencione anteriormente he laborado principalmente como profesor de natación y en un tiempo como coordinador del área acuática. Lo cual es un reto, porque todos esperan que dentro de mi papel como profesor, yo sea un *todo*lo. Es decir debía de tener una respuesta acertada para cualquier situación, debía resolver todas la problemáticas, tener una conducta y ética intachable, además de ser orientador educativo, coordinador, entrenador, administrador del tiempo libre y psicólogo. Pero todo esto me ha ayudado a mejorar como persona y profesionista.

En la actualidad el uso de la tecnología no puede estar fuera de ninguna institución, motivo por el cual y realizando un esfuerzo extra, he tratado de incorporar el uso de nuevas tecnologías, como el Internet. He utilizado diferentes recursos didácticos y audiovisuales para apoyar la instrucción, tales como la videocámara, la televisión, el DVD, pizarrón, rota folio y proyectores. Con la finalidad de ilustrar mejor la enseñanza de la técnica correcta de los diferentes tipos de nado.

En cuanto a los materiales propios del área y que me ayudan dentro de la alberca para la instrucción, se utilizan tablas, aros, pullboys, paletas, aletas, googles, popotes, flotadores, trajes de baño ultrarrápidos, etc..



Googles.

Flotadores.

Aletas.

Paletas.



Tablas.

Pullboy

Tabla de nado.

Aros.

Trajes ultrarrápidos.

Otras de mis funciones como docente son el planear mis clases, aplicar y desarrollar evaluaciones, asistir a juntas técnicas, competencias, reuniones de academia, atención a padres de familia y alumnos. Así como la impresión y entrega de los diferentes diplomas otorgados de acuerdo al nivel aprobado.

En la mayoría de las ocasiones ha sido necesario modificar e improvisar sobre la marcha. Al utilizar los métodos y estrategias de enseñanza aprendizaje en el deporte, se han tenido que adecuar a las necesidades y características de los grupos. Debo echar mano de todas las herramientas necesarias para apoyar el proceso enseñanza aprendizaje, para lograr que los alumnos aprendan.

El trabajo que he desarrollado frente a grupo, para mi ha sido muy gratificante, sobre todo con los grupos de bebés y adultos mayores. Por que son muy especiales en su trato, y el trabajar con ellos es un verdadero reto. Los adultos mayores suelen ser personas muy agradecidas con sus profesores. Al final de los cursos la mayoría de los alumnos siempre alcanzan los objetivos planteados, lo cual suele ser muy motivante para ellos, pero sobre todo los ayuda a mantener un estilo de vida saludable.

Una parte importante lo es la orientación educativa, sobre todo cuando los alumnos nos confían sus problemas y nos piden consejos. Nos hacen sentir especiales al decir que para ellos, somos figuras de autoridad e incluso una imagen a seguir.

Dentro de mis funciones secundarias de apoyo extraclase, al realizar cada año las nuevas contrataciones del personal, di mi apoyo al área de recursos humanos, realizando entrevistas iniciales, así como las pruebas de aptitudes físicas (en este caso el aspirante deberá nadar los 4 estilos establecidos para competencias oficiales) así como la evaluación de su desempeño frente a grupo.

El trabajo desarrollado es intenso y muy demandante, pero es un trabajo que me encanta desarrollar y aunque siempre hay limitantes, eso no ha sido obstáculo para desarrollarme profesionalmente dentro

de esta institución. Los retos que se plantean día a día son una oportunidad para continuar formándome como persona y también contribuir con el mejoramiento de la pedagogía de la natación.

Para terminar me gustaría mencionar que el currículum<sup>26</sup> de la instalación –currículum formal- se pudo realizar después de casi un año de trabajo y con un escaso apoyo de la autoridades (administradores y jefes delegacionales). Considero que el mismo fue perfectamente coherente, estructurado y a la vez flexible.

Pero en su aplicación el currículum “real” o vivido, nos sigue presentando dificultades, debido a factores como el capital cultural de los docentes, situaciones imprevistas, la falta de apoyos para la capacitación, factores socioculturales, económicos y políticos; presentes en el contexto social de la institución educativa, las características del grupo y de los alumnos o simplemente el desinterés hacia el trabajo realizado por parte de todos los entes involucrados.

Otro factor que no debemos de olvidar es la presencia del currículum oculto, el cual es un conjunto de normas, costumbres, creencias, lenguaje y símbolos que se manifiestan en la estructura y el funcionamiento de la institución educativa.

Por lo tanto a continuación abordaré las diferentes situaciones derivadas del currículum real y del oculto, así como su impacto en mi desempeño profesional y las alternativas para seguir ofreciendo una formación de calidad a los alumnos.

---

<sup>26</sup> Currículo es un término polisemántico, que se usa indistintamente para referirse a planes de estudio, programas e incluso implementación didáctica. Relacionamos el currículo con la escuela, que es la institución por excelencia del sistema educativo formal. Sobre todo lo utilizamos para designar las experiencias educativas que tienen lugar en la escuela.

Margarita Pansza. Pedagogía y Currículo. ED. Ediciones Gernika. México 1989, pp. 12-16.

### 2.3. CAMBIANDO LAS PRÁCTICAS TRADICIONALES PARA CONSTRUIR UNA NUEVA ESCUELA.

A que me refiero con una "practica tradicional" dentro del ámbito deportivo, bien es una praxis pobre en contenidos y resultados, un nivel bajo de cátedra, así como una apatía y aburrimiento en cuanto al desempeño profesional. Lo cual nos conduce a un estancamiento de la disciplina deportiva en cuestión. A una repetición de contenidos, los cuales en natación llegan a ser en ocasiones, demasiado tediosos.

Son diversos los factores que inciden en que se mantengan dichas prácticas y debemos de considerarlos de acuerdo con nuestro contexto laboral. Todos formamos parte de un equipo de trabajo y somos importantes dentro de nuestra organización; desde el personal de intendencia, mantenimiento, profesores, coordinadores, administradores y por supuesto nuestros alumnos y padres de familia.

El problema es cuando falla alguno de estos elementos, ya que la organización comenzará a tambalearse, con el consecuente riesgo de caer y no levantarse.

Cabe destacar que nosotros como profesores, laboramos para el Gobierno del Distrito Federal, representado en este caso por la Delegación Iztapalapa, la mayoría somos contratados por el régimen de honorarios, el demás personal es de base y se encuentran representados por el Sindicato Único de Trabajadores del Distrito Federal. Por lo cual nos encontramos inmersos en situaciones que nos afectan directamente en nuestras áreas de trabajo y que no esta en nuestras manos resolver.

Las principales "condicionantes" son de tipo político, es decir una de las mayores problemáticas del deporte nacional, estatal y delegacional, lo constituyen las personas que se encuentran al frente de las instituciones deportivas, (jefes delegacionales, directores del deporte, administradores, coordinadores, etc.).

Así las políticas educativas de esta institución, son manejadas desde el escritorio y en la mayoría de las ocasiones son desvirtuadas y no responden a las exigencias reales de los demandantes. Las principales problemáticas que presenta esta institución son de tipo administrativo.

Esto se debe a la indiferencia del Instituto del Deporte del Distrito Federal, y de los responsables del deporte a nivel Delegacional; ¿Por qué? La mayoría de ellos no son profesionales que conozcan del deporte y de la gestión del mismo, y en algunos casos los puestos directivos, solo son vistos como un trampolín político o como un premio de consolación para los políticos en turno.

El primer problema es que los administradores son cambiados constantemente, al igual que los coordinadores de las diversas áreas deportivas, entre ellos los de la alberca, lo cual nos afecta ya que el trabajo realizado se pierde y hay que comenzar de nuevo, porque en la mayoría de las ocasiones, los nuevos administradores siempre traen a su equipo de trabajo y despiden a los demás.

Esto se traduce en una pérdida de continuidad, -ya que imponen sus puntos de vista-, que frecuentemente no son los correctos; además el perfil educativo de nuestros jefes y coordinadores es bajo. Y por lo mismo no conocen sobre nuestra área la cual es especializada, por este motivo las decisiones estratégicas no se toman en tiempo y forma, opacando nuestra labor.

Cabe destacar que mi trabajo es especializado y requiere de juntas técnicas, capacitación constante y un trabajo de academia, que en ocasiones no se puede realizar debido a que nuestros jefes no lo permiten. Las excusas mas frecuentes son:

- No podemos parar el servicio, para realizar juntas técnicas.
- No tenemos recursos para la capacitación, por que es muy cara.
- La delegación no permite trabajos de academia, en horarios de trabajo.
- El deportivo no es responsable de la capacitación y actualización de todo el personal. Si ustedes lo necesitan entonces tendrán que asumir los costos económicos.

El personal que se encuentra laborando actualmente es de base y los demás somos contratados por el régimen de honorarios. Esto nos presenta dos retos, el primero es que el personal de base no tiene iniciativa, tiene todo el tiempo apatía, no les gusta trabajar y no les interesa nada. Y por el otro lado nos encontramos, el personal de honorarios y los de nuevo ingreso. Quienes proponemos una nueva forma de trabajo, y tenemos que afrontar todos los días, estas prácticas tradicionales y carentes de sentido.

Por ejemplo, una de las problemáticas principales que afrontamos día a día es la falta de apoyo para la capacitación y actualización del personal docente. Y cuando llega ha haber cursos, el poco personal que es seleccionado, no quiere asistir a los mismos y se excusa con toda clase de pretextos. Es triste ver el poco compromiso que manifiestan algunos compañeros ante la capacitación, cuando esta representa una oportunidad de crecimiento y en nuestro caso son muy pocos los cursos de actualización.

Las argumentaciones, para la negación casi siempre son las mismas:

- La capacitación tiene que ser dentro de mi jornada laboral, si no es así prefiero no tomarlas.
- Por que tenemos que estudiar y entregar tareas, deberían de darnos mejor un curso de cantos y juegos.
- Para el tiempo que me queda después del trabajo, mejor no asisto al curso.
- Manden a los maestros nuevos para que ellos sean los responsables.

Con estos ideales debo de trabajar a diario, así que mi intervención con respecto a la orientación, la centro en cuanto al rescate de la importancia de la formación de los alumnos, así como el que se genere un genuino interés por aprender, que se favorezca el reconocimiento de sus cualidades y capacidades, que toda actividad que se lleve a cabo tenga una intención educativa.

Generalmente las personas que mantenemos una actitud de servicio enfrentamos dos desafíos:

1.- Son designados como supervisores o coordinadores de grupo, por sus características propositivas en cuanto a su desenvolvimiento, y esto genera para el resto del personal, evasión de responsabilidades, tomando la posición de solo repetir un esquema aburrido y repetitivo.

2.- La responsabilidad, el compromiso mostrado hacia el trabajo, y el atrevimiento de probar nuevas experiencias con los alumnos, atenta contra los conceptos equivocados de compañerismo y solidaridad, es decir "para que te esfuerzas tanto si de todas maneras nos pagan lo mismo", o "si continuas trabajando de esa manera, van a querer que todos hagamos lo mismo".

Nuevamente la intervención que realizo con estas personas esta dirigido a rescatar y promover la concientización, que han logrado alcanzar en cuanto al trabajo desempeñado, asi como también el destacar la importancia de su labor.

Una queja constante que hemos planteado a los jefes delegacionales en varias ocasiones sin obtener respuesta es el tema salarial, ya que los salarios son bajos y los recursos en la instituciones no fluyen en tiempo y forma, lo cual se traduce en ocasiones en baja productividad, que el personal se encuentre desmotivado y falte a trabajar. La institución a causa de este problema ha perdido a varios docentes que realmente tenían una gran calidad en el trabajo.

Otra repercusión en nuestra práctica laboral es en los meses de diciembre y enero, ya que en este periodo, existe una baja importante en la población de nadadores por el frío, además son meses perdidos por las largas vacaciones y en enero que son las contrataciones, están tardan en concretarse, en ocasiones, hasta tres meses.

Pretender alcanzar una conciencia social y de compromiso con el personal, implica a su vez tomar en cuenta primordialmente la formación del alumnado. A fin de lograr que adquieran un conocimiento útil que les permita desenvolverse como individuos capaces, forjadores de un estilo de vida digno, en donde los retos sean una oportunidad de crecimiento, dispuestos a apostar por el mejoramiento individual y social.

Además involucrar en este proceso al entorno externo, es decir a los padres de familia, familiares y amigos, etc. para reconocer sus responsabilidades y participar en forma activa en la educación de los niños y adolescentes; pues de nosotros depende la integración social de ellos.

Y aquí es donde enfrentamos una disyuntiva: El ser o no ser. Ya que por un lado se nos exige un trabajo de calidad y por el otro, el sistema se niega a abandonar "las prácticas tradicionales", en donde sólo se repite un patrón empobrecido, monótono y aburrido.

En cuanto a los contenidos del plan de trabajo y que deben de ser desarrollados en la alberca, también existen problemas respecto al nivel de cátedra mostrado, por que los contenidos son tomados de una manera demasiado secuencial y temporal. Es decir se pasa al siguiente nivel si se logra el anterior, o se cumple la temporalidad (de tres a cuatro meses por nivel aprox.), o lo que ocurra

primero, sin tomar en cuenta si el alumno asimilo, realizó y practicó, correctamente los contenidos, mecanizando de esta forma el proceso formativo.

Se parece a una receta, paso número uno cumplido, entonces pasamos al número dos, y así sucesivamente. Es más fácil trabajar con contenidos de desarrollo a pretender propiciar y promover potencialidades y capacidades en los alumnos, el problema central es que en muchas ocasiones al pretender brindar una educación de calidad para todos, está sólo se queda en aspectos teóricos.

Es fundamental resaltar la importancia de la gran responsabilidad que tenemos todos los profesores de esta ciudad deportiva, somos formadores, educadores y nos corresponde el inculcar el amor y el gusto por las disciplinas deportivas.

Debemos de comenzar a cambiar nuestras prácticas formativas y también nuestra mentalidad acerca de nuestro trabajo. Es necesario replantearnos nuestro papel como docentes, estoy de acuerdo que en ocasiones los problemas de la vida cotidiana, la falta de oportunidades, de dinero o los problemas familiares, nos rebasan; pero siempre hay alternativas de solución y esto no debe ser pretexto para evadir nuestras responsabilidades.

Es el momento de realizar una renovación en nuestro quehacer educativo, cambiando nuestras practicas tradicionales, demostrando que somos capaces de cambiar nuestra realidad y la de nuestro entorno.

Por otro lado nuestras autoridades parecieran olvidar que la educación es un derecho, pero nosotros tenemos la obligación de exigirles un mejor y mayor desempeño, por que si no lo hacemos también estaríamos faltando a nuestras convicciones.

Es importante mencionar que la educación es un derecho, y si hablamos del derecho a recibir una educación de calidad, tendremos que remitirnos a los fundamentos legales; en el artículo 3° constitucional, se establece que la educación que imparta el estado tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y a fomentar en él, a la vez, el amor a la patria y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y la justicia.

Para cumplir esta finalidad, el artículo establece los principios a los que se sujetara la educación. Los cuáles son:

- La educación será gratuita.
- Será laica.
- Con un carácter democrático y nacional.
- Con aprecio por la dignidad de la persona.
- Además deberá existir igualdad, ante la ley.
- Se combatirá la discriminación y los privilegios.
- Se favorecerá la supremacía del interés general de la sociedad.
- Se fomentará la solidaridad internacional basada en la independencia y la justicia.

Además es obligación de la federación, los estados y los municipios, promover la igualdad de oportunidades de los indígenas y eliminar cualquier practica discriminatoria. Favorecer la educación bilingüe e intercultural, además de impulsar el reconocimiento, respeto y conocimiento de las diversas culturas existentes en la nación.

Los criterios y fines establecidos en la Constitución Política, se ratifican y precisan en la Ley General de Educación, la cual establece las finalidades que tendrá la educación que imparte el Estado, sus organismos descentralizados y los particulares, con autorización y reconocimiento de validez oficial. Estas finalidades deberán a su vez expresarse en los planes y programas de estudio. Tomando como disposiciones generales, el precepto de que todo individuo tiene derecho a recibir educación; y considerando a la educación como el medio a través del cual podemos adquirir, transmitir y acrecentar la cultura.

Además de ser un proceso permanente que contribuye al desarrollo del individuo y a la transformación de la sociedad, también esta considerada como un factor determinante para adquirir conocimientos y la formación de un espíritu solidario.

La educación parte de criterios que se basan en los resultados del progreso científico, luchando contra la ignorancia, las servidumbres, los fanatismos, los prejuicios, los estereotipos y la discriminación; especialmente la dirigida a las mujeres. Los criterios serán democráticos; entendiendo a la democracia como un sistema de vida fundado en el constante mejoramiento económico, social y cultural del pueblo.

Será nacional: en el entendido de atender a la comprensión de nuestros problemas, al aprovechamiento de nuestros recursos, a la defensa de nuestra independencia política, al aseguramiento de nuestra independencia económica y a la continuidad y acrecentamiento de nuestra cultura.

Asi la educación contribuirá a mejorar la convivencia humana; al sustentar los ideales de fraternidad e igualdad de derechos de todos los hombres, evitando los privilegios de raza, de grupos, sexo, o de individuos.

Y de esta manera contribuiremos a proporcionar una educación de calidad, derecho fundamental de todos los mexicanos, lo cual se encuentra garantizado por la Constitución Política de nuestro país, manifestado en su Artículo Tercero, proponiendo que la educación sea el medio para el progreso, es entonces necesario tener en claro los fines de la educación, es decir que esta:

- Contribuya al desarrollo integral.
- Favorezca el desarrollo de facultades.
- Fortalezca la conciencia de la nacionalidad y soberanía, el aprecio por la historia y los símbolos patrios.
- Promueva el conocimiento de la pluralidad lingüística, los habitantes de lenguas indígenas tendrán acceso a la educación en su propia lengua y en español.
- Infundir el conocimiento y práctica de la democracia.
- Promover el valor de la justicia, la legalidad, la igualdad y el respeto a los derechos humanos.
- Fomentar actitudes de investigación y la innovación científica y tecnológica.

- Propiciar la creación artística y la difusión de bienes y valores que constituyen el patrimonio cultural.
- Estimular la educación física y el deporte.
- Desarrollar actitudes solidarias, de cuidado de la salud, de la paternidad responsable y el rechazo a los vicios.
- Incluir los conceptos y principios de la ciencia ambiental, el desarrollo sustentable, la protección y conservación del medio ambiente.
- Promover actitudes solidarias y positivas hacia el trabajo, el ahorro y el bienestar general.

En nuestro caso, en los centro deportivos de Distrito Federal, nos corresponde el estimular la educaron física y el deporte, así como el desarrollar actitudes solidarias, de cuidado de la salud, el rechazo a los vicios y el bienestar general. ¡Y como va a ser posible aspirar a lo anterior!, sino es adquiriendo conciencia de nuestra responsabilidad como trabajadores.

Es muy importante mencionar que la principal necesidad que he cubierto, es el brindar educación de calidad a la población demandante, formando para la vida, al proporcionar un aprendizaje útil y necesario. Dicho servicio ha estado dirigido a toda la población independientemente de su nivel económico, educativo o cultural.

Indudablemente la confrontación entre prácticas tradicionales contra prácticas de la nueva escuela, requiere de una intervención constante; necesitamos reflexionar al inicio del día, en el desenvolvimiento de las actividades y al culminar la jornada, en que hemos hecho, como lo realizamos y para que lo hacemos.

## CAPÍTULO III LA INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA.

### 3.1. MI INTERVENCIÓN PEDAGÓGICA.

La importancia de la natación, como un elemento más de la formación de las personas, es creciente; no sólo en México, sino en otros países del mundo. Por razones de orden social, económicas y culturales. Todo esto hace necesario el fortalecimiento de las instituciones sociales, para procurar el cuidado y la educación de la población en general, teniendo como objetivo principal la formación de las personas.

Y ante este panorama debo hacer una reflexión desde la pedagogía, acerca del papel tan importante que juegan las instituciones deportivas en su misión de acercar la educación a la población demandante, con programas que incluyan la práctica deportiva de los niños, adolescentes, adultos y personas de la tercera edad, para favorecer su calidad de vida; a través de una formación para la vida.

En mi caso y en el de la Ciudad Deportiva de Iztapalapa, fue y seguirá siendo necesario “intervenir” para ayudar a resolver las problemáticas propias, derivadas de mi desempeño profesional, así como el de las distintas áreas de trabajo, son muchos los retos a los cuales me debo de enfrentar cada día. Recuerdo que mi primer jefe directo, me solicitó la primera intervención pedagógica, para la creación de un nuevo programa de trabajo, para el área acuática.

Pero ¿Por qué debo de intervenir? Y ¿Para qué? Una respuesta rápida y sencilla sería decir, que cuando se realiza una intervención pedagógica, se busca un cambio, conocer y modificar la realidad; y yo como profesional de la pedagogía, no podía hacerme a un lado sin proponer una nueva forma de trabajo, para comenzar a atacar varios de los vicios y vacíos que se encontraban en mi área laboral.

Considero importante que para realizar una intervención pedagógica, lo primero es saber ¿qué es la intervención? y desde donde voy a intervenir, además debí de realizar una evaluación de las diversas situaciones con algún instrumento que fuese de utilidad, para tal efecto.

Para este caso utilicé el análisis FODA, el cual es una herramienta que nos ayuda a conformar un cuadro de la situación actual de una empresa u organización, obteniendo de esta manera un diagnóstico preciso, que permite en función de ello tomar decisiones estratégicas, en base a los objetivos y políticas de la institución. También realicé el diagnóstico para entender la realidad y a partir de ahí, fundamentar mi Memoria de Desempeño Profesional.

Pero ¿qué es la intervención? La palabra intervenir (del latín *interventio*), significa “*venir entre, o interponerse*”. Por esta razón en el lenguaje corriente esta palabra es sinónimo de mediación, de intersección, de buenos oficios, de ayuda, de apoyo, de cooperación; pero en otros contextos también es sinónimo de intromisión de injerencia, de intrusión, en las que la intervención es violenta o cuando

menos correctiva. Se puede convertir en mecanismo regulador, puede asociar la coerción y la represión para el mantenimiento del orden establecido<sup>27</sup>.

Por ejemplo, la intervención de las fuerzas armadas militares o políticas, evoca más que la asistencia y el auxilio que pueden proporcionar, la coerción y la angustia, que acarrearán estas operaciones brutales. En forma parecida una "intervención quirúrgica", es siempre vivida como traumatizante, aún en el caso de que su necesidad vital no ofrezca duda alguna.

Pero cuando las ciencias humanas recogen esta noción para su uso le confieren un sentido más técnico y más preciso. En este caso la psicología, y la pedagogía aportan un fundamento teórico y una garantía a la práctica de la intervención. La investigación y la práctica, disociadas tradicionalmente, pueden encontrarse ventajosamente reunidas, asociando las "prácticas de la formación". En este sentido, el profesor *interviene* constantemente en su práctica educativa y de enseñanza; modificando día a día la realidad circundante, para bien o para mal.

El objetivo principal, es el cambio personal, interpersonal y grupal; para ello nos valemos de cursos, diplomados, talleres, etc. Pero también tenemos otros recursos para intervenir y cambiar la realidad, tales como los instrumentos de diagnóstico y evaluación, aunque esto nos proporcione una "intervención breve" y/o única, que en ocasiones tal vez no tenga efectos durables. Recordemos que en la mayor parte de las prácticas pedagógicas, la temporalidad es una parte importante de la intervención.

El término FODA es una sigla conformada por las primeras letras de las palabras Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas. De estas cuatro variables, tanto fortalezas como debilidades son internas de la organización, por lo que es posible actuar directamente sobre ellas; en cambio las Oportunidades y las amenazas son externas, por lo que resulta muy difícil poder modificarlas. Fortalezas son las capacidades especiales con que cuenta la empresa o institución y por las cuales cuenta con una posición privilegiada frente a la competencia; son los recursos que se controlan, las capacidades y habilidades que se poseen, así como las actividades que se desarrollan positivamente, etc.

Oportunidades son aquellos factores que resultan positivos, favorables, explotables, que se deben descubrir en el entorno en el que actúa la empresa, y que permiten obtener ventajas competitivas. Debilidades son aquellos factores que provocan una posición desfavorable frente a la competencia, recursos de los que se carece (recursos materiales o recursos humanos que son los más valiosos de una organización), habilidades que no se poseen, actividades que no se desarrollan positivamente, etc.

Amenazas son aquellas situaciones que provienen del entorno y que pueden llegar a atentar incluso contra la permanencia de la organización.

---

<sup>27</sup> Félix Guattari, René Lourau, Georges Lapassade, Gérard Mendel, Jacques Ardoino, J. Dubost y A. Levy. La intervención institucional. Capítulo 1. « La intervención: ¿Imaginario del cambio o cambio de lo imaginario? » ED. Folio Ediciones. pp. 13 – 31.

El análisis FODA es un concepto que se caracteriza por ser simple y claro, pero detrás de su simpleza residen conceptos fundamentales de la Administración, los pasos fundamentales para llevar a cabo su ejecución se pueden resumir de la siguiente manera. En primer lugar tenemos un objetivo, convertir los datos del universo – según los percibamos-, en información procesada y lista para la toma de decisiones. En segundo lugar, este conjunto inicial de datos (universo a analizar), lo vamos a procesar –análisis FODA-, y finalmente vamos a obtener un producto que es la información para la toma de decisiones, el cual resultado del análisis anterior.

Cualquier persona puede realizar un análisis FODA<sup>28</sup>, pero debe de tener la capacidad de distinguir en un sistema:

1. Lo relevante de lo irrelevante.
2. Lo externo de lo interno.
3. Lo bueno de lo malo.

Además se tiene que responder a tres preguntas antes de proceder al análisis:

- 1.- ¿Lo que estoy analizando es relevante?
- 2.- ¿Esta fuera o dentro de la institución?
- 3.- ¿Es bueno para mi institución?

Una vez recabada la información y contestadas las preguntas se procede a realizar el diagnóstico. El análisis FODA me sirvió para darme cuenta de la realidad y de cómo iba a intervenir para modificarla, realizando propuestas reales y de esta forma mejorar la institución, así como las condiciones generales de trabajo.

Mi objetivo principal fue el diagnóstico de la Escuela Técnico-Deportiva de Natación, para lo cuál realicé una serie de visitas e inspecciones, con la finalidad de observar la instalación en su totalidad, así como el mobiliario y equipamiento con el que se cuenta. Cabe mencionar que analicé diversas áreas de la institución y los resultados serán detallados mas adelante. Pareciera que los resultados de dicho análisis están dispersos, pero los he colocado de esta forma por convenir más a la estructura lógica de este trabajo.

En primer lugar analicé el contexto social y económico de la población circundante, los cuales son los usuarios de esta instalación deportiva, y como para ellos va dirigido el servicio, es fundamental conocerlos, saber sus necesidades e intereses particulares, como un primer punto de partida.

En segundo lugar analicé la formación y práctica de los docentes, los cuales somos la pieza clave de esta institución. Siendo este un punto donde centre mi mayor análisis, por la importancia y relevancia del trabajo educativo.

Y en tercer lugar analicé el trabajo desarrollado por la coordinación técnico-deportiva, para cerrar este ciclo y contar con los elementos suficientes para emitir un juicio de valor, que me sirviera de base en el desarrollo de esta Memoria de Desempeño Profesional. De dicho análisis se desprenden las

---

<sup>28</sup> Harold Koontz. Op. Cit., p. 33.

aportaciones que he realizado a la pedagogía y a la disciplina deportiva. Pero también me sirvió para emitir recomendaciones prácticas que resultaron ser de gran utilidad para los encargados de tomar decisiones dentro de la instalación.

Obtuve los siguientes resultados en las diversas áreas analizadas:

### 1.- FORTALEZAS.

- La institución por la dimensión de sus instalaciones, puede llegar a ser líder en la zona y generar los mayores recursos, tanto humanos como económicos.
- Se cuenta con una relativa autonomía por parte de la delegación, en cuanto a la gestión interna para organizarse administrativa y académicamente.
- El nivel académico de la plantilla de docentes es alto, de nivel universitario, lo cual se debe de aprovechar para lograr un buen trabajo interdisciplinario.
- Tienen una visión de apertura para tratar diversas temáticas, así como la intención de mejorar día a día. Lo cual es muy benéfico, ya que en otras organizaciones los jefes suelen ser demasiado rígidos.

### 2.- OPORTUNIDADES.

- La población circundante presenta un estatus económico de nivel bajo, medio y medio alto, lo cual nos beneficia, ya que los padres de familia no dudan en apoyar la educación de sus hijos, los cuales son nuestra materia prima para trabajar.
- La alberca se encuentra bien ubicada, sobre avenidas principales y de fácil acceso, lo cual es una oportunidad para albergar competencias en diferentes niveles, tanto locales, nacionales o incluso internacionales. Se tiene que trabajar en la atracción de nuevos talentos deportivos, así como para atraer usuarios de diferentes barrios o colonias, (ampliar su radio de influencia y acción).
- Se debe de aprovechar todos los recursos materiales y humanos al máximo para poder lograr un trabajo interdisciplinario de mayor calidad, llegando a la excelencia, al favorecer el proceso de formación de los alumnos.
- Sería muy importante impactar a las clases sociales circundantes, al ofrecer una educación basada en valores, actitudes y aptitudes. Recordemos que el deporte forma el carácter, la disciplina y los buenos hábitos de salud, favoreciendo una superación personal y cultural del individuo.
- Hay que planear actividades para los padres de familia, con la finalidad de mantenerlos activos y que no pierdan su tiempo libre; sino que por el contrario que lo ocupen, mientras sus

hijos nadan ellos pueden participar en alguna actividad. Por ejemplo se podría poner un taller de pintura cerámica para las madres de familia, o también clases de ajedrez.

- Se tiene que trabajar en las bases de lo que en un futuro serán los semilleros de los equipos, siendo selectivos con nuestro trabajo y atrayendo el talento que vamos a necesitar en los próximos años. Para lo cual debemos de reunirnos con los coordinadores, logrando establecer una agenda de trabajo para el largo plazo. Cabe destacar que si queremos llegar a tener grandes equipos de trabajo (profesores y nadadores), necesitamos sembrar ahora, para en un futuro poder aspirar al alto rendimiento en nuestra instalación.
- Es necesario crear un nuevo organigrama, sólo para entrenadores, estableciendo como deben de trabajar los mismos, es decir crear una pirámide por categorías de futuros entrenadores y de talentos deportivos.
- De acuerdo a nuestro camino recorrido y pensando en nuestra realidad, debemos de replantear nuestros objetivos, para no errar en el camino y no apartarnos de nuestro objetivo principal: el alto rendimiento y una formación para la vida.

### 3.- DEBILIDADES.

- Tenemos la oportunidad de mejorar las instalaciones, ya que se deben de ampliar y modernizar, para brindar un servicio de calidad a todos nuestros usuarios. Por ejemplo clavados al no contar con trampolines de un metro, catres elásticos, trampolines de tierra y un área específica de trabajo en gimnasio, equipada con lo mínimo necesario; el entrenamiento se esta atrasando muchísimo.
- En un compromiso con el medio ambiente se deberían de cambiar las regaderas actuales, por otras que ahorren mas agua, ya que se desperdicia demasiada e Iztapalapa, es una de las delegaciones que sufre más por la falta de la misma.
- Existe a veces impuntualidad y faltas en algunos profesores, y aunque no es una situación recurrente, si afecta las actividades programadas; ya que se podría caer en indisciplinas y provocar un accidente grave como un ahogamiento.
- Se debe de crear un nuevo plan de trabajo para el área acuática, porque el actual ya se encuentra rebasado, y no responde a las necesidades propias del área. Lo cual se refleja en el trabajo de cada profesor, al enseñar cada quien como quiere o como puede, perdiéndose así el criterio de uniformidad y cayendo en el libre albedrío. Esta situación simplemente sería caótica si alguna institución ajena a la delegación nos quisiera evaluar; por que no tendríamos *currículum* que mostrar, ni como justificar nuestro trabajo ante los demás. Recordemos que la correcta planificación de nuestras actividades, es muy importante en nuestra profesión.

**NOTA:** al momento de realizar este diagnóstico, no se había realizado el nuevo programa, por lo cual este punto ya fue superado.

- Al parecer en este momento ningún profesor se encuentra capacitándose en alguna área afín a su deporte. Aquí cabe mencionar que por parte de la delegación, se nos prometió capacitación y actualización constante, para mejorar aun más nuestra institución. Y no se nos ha cumplido nada, los pocos cursos se han impartido sólo para el personal de base.
- Recordemos que en natación la actualización profesional es muy importante, para no rezagarse y además atacar el problema de la falta de iniciativa personal, de la incorporación de las nuevas teorías y tecnologías, al campo educativo. Una de las principales problemáticas que afectan a la educación nacional, es precisamente la falta de capacitación y actualización.
- Se debe de poner énfasis en los cursos de primeros auxilios en el campo deportivo, así como en la certificación de guardavidas para nuestros profesores, teniendo siempre presente que los accidentes se deben de prevenir y en caso que ocurran, se debe de tener los conocimientos necesarios para afrontarlos.
- No se les está exigiendo a los profesores que realicen una hora diaria de ejercicio físico, así mismo tampoco se les están dando los incentivos y las facilidades para ello. La prueba es que no están nadando, lo cual es básico y obligatorio, porque en caso de un salvamento quien sabe si van a poder realizar los arrastres (emplear las técnicas de salvamento), de una manera adecuada y eficaz.
- Actualmente no se están realizando trabajos de academia para dar solución a las problemáticas comunes, tales como la deserción escolar, la creación de proyectos educativos, la calendarización de competencias internas y externas...
- Los recursos didácticos –materiales de trabajo- ya resultan insuficientes, se debe de comprar nuevos materiales como aros, pullboys, aletas, paletas, pelotas, balones medicinales, tapetes... para que se pueda tener una mayor gama de trabajo y el mismo no resulte aburrido y repetitivo.
- No existe ningún plan de motivación o de desarrollo profesional para el personal, todos al trabajar para una institución buscamos dar lo mejor de nosotros mismos; pero también la empresa debe de procurar una calidad de vida para sus empleados. Con buenos salarios, prestaciones y seguridad social.
- Un punto fundamental lo representa el rol de los administradores y coordinadores de este centro deportivo, por motivos políticos los jefes delegacionales realizan una rotación de personal varias veces por año. En ocasiones nuestros jefes son cambiados de área o despedidos. Lo cual nos afecta ya que tanta rotación de personal se traduce en una falta de continuidad y resultados.
- El personal de limpieza se queja constantemente de la falta de materiales para realizar sus labores, necesitan, escobas, mechudos, jergas, trapeadores, jabón, etc. Esto ha repercutido en la imagen de la instalación ya que los pisos alrededor de la alberca siempre están sucios.

#### 4.- AMENAZAS (INTERNO Y EXTERNO).

- La seguridad de los usuarios debe de estar como la primera prioridad, la alberca en si representa un peligro, pero lo más peligroso resulta el tener un personal débilmente capacitado en salvamento acuático y en primeros auxilios.
- No se cuenta con personal experto en salvamento acuático (guardavidas o salvavidas) lo cual representa una omisión grave dentro de la contratación del personal operativo. Además se ha observado la falta de material para realizar un salvamento acuático, como serian las boyas, salchichas, camillas rígidas, y maletín de primeros auxilios.
- Los vestidores se encuentran demasiado oscuros, lo cual es peligroso ya que los usuarios podrían caerse y lastimarse severamente. Además esto se presta para generar robos entre los mismos usuarios.
- En cuanto al personal de enlace, encargado de los vestidores, ya resulta insuficiente porque los han cambiado de funciones y ahora realizan algunas labores administrativas. Lo cual ha implicado un descuido de los niños y las niñas a la hora de cambiarse, recordemos que es nuestra obligación el cuidarlos en todas las áreas
- Es necesario trabajar con protección civil, para la realización de simulacros de sismo, incendio... asi como para establecer las rutas de escape en caso de siniestro, asi mismo también se debe de identificar los peligros potenciales dentro de la instalación.
- En cuanto a los médicos que laboran en este deportivo, se les deben dar horarios de trabajo que cubran las necesidades de la instalación, es decir que cubran desde la hora de inicio de actividades, hasta la terminación de las mismas, sin horarios muertos, o llegadas tarde.
- Además los médicos se quejan de la falta de medicamentos y materiales propios del consultorio, ya que en caso de accidentes graves, no cuentan con lo mínimo necesario para realizar su labor.
- Un punto fundamental resulta el número creciente de usuarios, es bueno que se inscriba a muchos alumnos, pero el problema es que los profesores ya no se dan abasto. Los grupos han crecido demasiado, han pasado del máximo de 12 alumnos por grupo, a grupos de 20, 25, ó más de 40 alumnos por hora clase. Lo cual resulta peligroso para los usuarios y profesores; traduciéndose en una mala calidad de la clases.
- Retomando el punto anterior se debe de contratar a mas profesores para poder trabajar de una manera adecuada y que los alumnos reciban la educación de calidad que se merecen. Además también se reducen de esta manera, las posibilidades de algún accidente.
- Otro punto que afecta las actividades, es la falta y/o retraso de los pagos a los empleados y maestros, ya que en algunas ocasiones se han retrasado meses y por supuesto muchos

buenos profesores han tenido que renunciar, lo cual repercute mucho porque se pierde el trabajo logrado y siempre que llega un profesor nuevo tiene que empezar de cero.

Como podemos darnos cuenta el trabajo es demasiado demandante y requiere de profesionales comprometidos con nuestra profesión, lo mencionado anteriormente es el diagnóstico arrojado por la Matriz Dafo (FODA), y es la base que sustenta y refuerza mi intervención pedagógica. Son varias las áreas de las cuales necesitaba un diagnóstico, para dar cuenta de la realidad y desde la pedagogía plantear alternativas y soluciones a las problemáticas planteadas.

Pero también con la intervención pedagógica se buscó el cambio o modificación de las actitudes de algunos profesores, en cuanto al trabajo realizado. Algunos muestran demasiada apatía y falta de compromiso con la institución, por eso es importante trabajar con las autoridades delegacionales buscando su apoyo y de esta forma contribuir a la resolución de estos conflictos.

En materia deportiva en México, tenemos todo por hacer, el reto es formidable. Nosotros al depender directamente del gobierno de la Ciudad de México, estamos sujetos a las políticas educativas que se dicten desde el escritorio y aunque estas en la mayoría de los casos no sean las adecuadas, estamos trabajando en pos de un mejor futuro para nosotros, los alumnos y la institución misma.

### 3.2. AFRONTANDO LOS NUEVOS RETOS, PARA BRINDAR UN SERVICIO DE CALIDAD.

Cuando hacemos referencia a un servicio de calidad me parece que estamos obligados a fundamentar nuestros comentarios, y para ello necesitamos conocer la realidad, interactuar con los entes involucrados y proponer soluciones a las problemáticas encontradas. En esta ocasión y derivado de una profunda reflexión personal y del análisis de la realidad a través del FODA, puedo realizar las siguientes sugerencias para la institución y también mencionar mis principales aportaciones a la pedagogía y a la disciplina deportiva de la natación.

Una parte importante es reconocer los rasgos positivos de la formación a través de la práctica de la natación, pero también debemos de asumir como desafío la superación de aquellos que contribuyen escasamente al desarrollo de las potencialidades de los alumnos, propósito esencial de nuestra práctica pedagógica.

Dentro de los datos más relevantes que obtuve, se encuentran los desafíos y problemáticas de mi praxis educativa, así como también del desempeño de mis compañeros, frente a grupo. Es fundamental analizar la forma de cómo estamos laborando día a día, para poder mejorar nuestra práctica docente, desde una visión renovadora.

Lo primero que aporté fue el establecer propósitos educativos y estos corresponden a la orientación general de la práctica de la natación. La acción del profesor es un factor clave para que los alumnos alcancen estos propósitos fundamentales, es él quien establece el ambiente, plantea las situaciones didácticas y busca motivos diversos para despertar el interés de sus alumnos e involucrarlos en actividades que les permitan avanzar en el desarrollo de sus competencias.

Mediante el establecimiento de propósitos educativos, se respondió a las preguntas ¿Qué queremos que los alumnos conozcan, aprendan y realicen, cuando concluyan los cursos de natación? Pero también ¿Cómo contribuye cada profesor para lograr esos propósitos?<sup>29</sup> Por ejemplo, uno de los propósitos fundamentales dentro de las albercas es lograr que los niños desarrollen sus capacidades físicas tales como: fuerza, flexibilidad, potencia y velocidad.

Para lograr lo anterior, el programa que realicé, incluye un conjunto de propósitos que dan sustento al trabajo educativo y son un referente para reflexionar sobre la propia práctica, como se menciona en los referentes metodológicos, lo cual es prioritario ya que en la práctica diaria no se estaban tomando en cuenta y este constituye una primera recomendación, no solo para la institución, sino para nosotros como profesores. Dichos principios se agrupan en tres aspectos, indicando lo que se debe de buscar o propiciar,

---

<sup>29</sup> ¿Cómo conocer mejor nuestra escuela? Elementos para el diagnóstico. Cuadernos para transformar nuestra escuela. SEP. México, 1999.

Me parece conveniente describir cada propósito:

1.- Los alumnos en general llegan a la escuela con conocimientos, capacidades y habilidades que son la base para seguir aprendiendo.

Los seres humanos a cualquier edad construyen su conocimiento, es decir hacen suyos saberes nuevos, cuando los pueden relacionar con lo que ya sabían. El principio de que construyen el conocimiento, representa un desafío para el docente, pues lo obliga a mantener una actitud de constante observación e indagación frente a la que experimenta en la alberca con cada uno de sus alumnos.

2.- La función de cada profesor de natación, es fomentar y mantener el deseo de conocer, además del interés y la motivación por aprender.

El interés genera motivación y ello sustenta el aprendizaje. La curiosidad y la búsqueda de explicaciones son rasgos humanos, por ejemplo: en los pequeños el interés es situacional, se guían con las características de ciertos estímulos. La intervención del profesor se debe orientar a precisar, analizar y negociar, los intereses hacia lo que formativamente es más importante; para lograrlo es necesario reflexionar e identificar lo que vale la pena tomar en cuenta de lo que manifiestan los alumnos, como base para impulsarlos a aprender, avanzar y profundizar en sus aprendizajes y experiencias, teniendo como referentes las competencias y los propósitos fundamentales de la educación.

3.- Fomentar que los alumnos aprendan en interacción con sus pares.

En psicología se destaca el papel relevante de las relaciones entre iguales; al respecto se señalan dos nociones:

- Procesos mentales como producto del intercambio y de las relaciones con otros.
- Desarrollo como un proceso interpretativo y colectivo, en el cuál los niños participan activamente en un mundo social lleno de significados.

4.- El juego potencia el desarrollo y el aprendizaje en los educandos.

El juego es un impulso natural que tiene manifestaciones y funciones múltiples. Es una forma de actividad que les permite la expresión de su energía, de su necesidad de movimiento, puede adquirir formas complejas que propician el desarrollo de competencias sociales y auto reguladoras.

A través del juego exploran y ejercitan sus competencias físicas, idean construyendo situaciones de la vida social y familiar; ejercen su capacidad imaginativa, por ejemplo el juego simbólico.

Durante el desarrollo de juegos complejos, las habilidades mentales se encuentran en un nivel comparable al de otras actividades de aprendizaje, el uso del lenguaje, atención, imaginación, concentración, control de los impulsos, curiosidad, estrategias para la solución de problemas, cooperación, empatía y participación grupal.

Los profesores debemos de propiciar que sin perder el juego su sentido placentero, adquiera además propósitos educativos, de acuerdo con las competencias que los alumnos deben desarrollar.

5.- La alberca debe ofrecer oportunidades formativas de calidad equivalente, independientemente de sus diferencias socioeconómicas y culturales.

Todos los alumnos poseen características individuales, es necesario crear la conciencia de que las formas de existir de las personas son plurales y socialmente construidas. Y a partir de ello proponer un trabajo incluyente.

6.- La alberca como espacio de socialización y aprendizaje debe de propiciar la igualdad de derechos entre hombres y mujeres.

La equidad de género significa que todas las personas tenemos los mismos derechos, a desarrollar capacidades y potencialidades, para acceder por igual a las oportunidades de participación en los distintos ámbitos de la vida social, sin importar las diferencias biológicas.

7.- El ambiente en la institución debe fomentar las actitudes que promuevan la confianza en la capacidad de aprender.

El desarrollo equilibrado de las competencias, requieren que exista un ambiente estable, es necesario que los profesores mantengan consistencias en las formas de trato, en las intervenciones educativas y en los criterios con los cuales procurara orientar y modular las relaciones entre los alumnos.

8.- Los buenos resultados de la intervención pedagógica requieren de una planeación flexible, que tome como punto de partida las competencias y los propósitos fundamentales.

La planificación en la intervención pedagógica, es un recurso indispensable para un trabajo docente que permita al profesor establecer propósitos educativos, las formas organizativas adecuadas, prever los recursos didácticos y tener referentes claros para la evaluación del proceso educativo.

Las competencias entendidas sintéticamente, como la capacidad de utilizar el saber adquirido para aprender actuar y relacionarse con los demás, son el referente para la organización del trabajo docente<sup>30</sup>. También es necesario mencionar que no hay un solo método para hacer las cosas, hay muchos recursos y formas de trabajo que se eligen por su pertinencia y por su utilidad, para lograr que los alumnos aprendan lo que se espera.

Por ejemplo, el docente deberá decidir, cual es la función que realizará durante el desarrollo de las actividades, en ocasiones será necesario una mayor presencia y dirección; y en otras será mas adecuado dejar fluir la actividad y mantenerse en la periferia.

---

<sup>30</sup> Argudín. Op. Cit., p. 2.

9.- La colaboración y el conocimiento mutuo entre la institución deportiva y la familia, favorece el desarrollo de los educandos.

Un primer objetivo es involucrar a la familia y que esta conozca los propósitos formativos que persigue la educación y el sentido que tienen las actividades cotidianas realizadas. La comprensión de los propósitos, es la base de la colaboración familiar, empezando por asegurar la asistencia regular de los alumnos, para extenderse a cuestiones de fondo; como la disposición para mantenerse saludables a través de la alimentación, no caer en hábitos que perjudiquen su salud y apoyarlos en el manejo de dificultades de relación interpersonal y de conducta. Y lo mas importante, crear en los niños, adolescentes y adultos, la seguridad de que para la familia es importante su participación plena en las actividades.

Nuevamente la intervención que tengo con el personal educativo, se encamina a resaltar la validez que tienen los Centros Deportivos del Distrito Federal, como centros educativos, en donde los objetivos y propósitos a alcanzar con los alumnos, están establecidos de forma precisa y descriptiva; dependerá de la intervención de los profesores el éxito o fracaso de proporcionar una educación de calidad y por ende un servicio de calidad.

Afrontar los nuevos retos para brindar un servicio de calidad, me parece que nos remite a la evolución histórica de la educación, los cambios sociales y culturales, los avances en el conocimiento acerca del desarrollo infantil, del adolescente y del adulto, así como la necesidad de propiciar la construcción de conocimientos. Además el trabajo realizado a partir de competencias, entre otros aspectos, nos permite reconocer la importancia de la atención que los alumnos requieren a lo largo de su vida, recordemos que las personas nos formamos en interacción con los otros y nunca dejamos de aprender.

Algo que tengo presente siempre, es que la educación debe ser Inclusiva, que reconozca la diversidad como valor y el derecho de todos a educarse juntos, al margen de circunstancias sociales, culturales, físicas o cognitivas. Para que exista equidad en la educación, y esta sea con calidad y eficacia, debe partir del reconocimiento de que diferentes tipos de alumnos acceden a la educación desde diferentes puntos de partida, es decir la equidad implica también dar mas apoyo a los que mas lo necesitan<sup>31</sup>.

La educación inclusiva encierra "el principio de una sociedad basada en la justicia, la equidad, la igualdad y la interdependencia que asegure una mejor calidad de vida para todos, sin discriminaciones de ningún tipo. Una sociedad que reconozca y acepte la diversidad como fundamento para la convivencia social y garantice la dignidad del individuo, sus derechos, su autodeterminación, su contribución a la vida comunitaria y su pleno acceso a los bienes sociales".

Ahora bien en la alberca la integración de todos los principios educativos, se establece en los compromisos de la Delegación Iztapalapa, al identificar en su política de calidad, la misión, la visión y los objetivos.

---

<sup>31</sup> Sylvia Schmelkes. Calidad de la educación y gestión escolar. En gestión, programas y materiales, para el apoyo del estudio. SEP. México. D.F. 2001. pp. 29-31.

Así la política de calidad alude al compromiso que se establece al propiciar el trabajo en equipo; por eso se hace necesario identificar en la organización el funcionamiento de la alberca. Es decir cada uno de nosotros realizamos determinada actividad y la suma de estas, es el resultado del servicio brindado, si alguna de las personas deja de hacer su trabajo o lo hace de forma inadecuada, afecta la atención que se da a los usuarios y por ende al logro de la satisfacción del servicio, siendo este el proporcionar atención educativa de calidad y con calidez.

Existen factores que obstaculizan la eficacia de la política de calidad, los mismos deben de ser corregidos para que la alberca tenga un mejor funcionamiento, a continuación presentamos los principales:

- Las inasistencias del personal educativo propician constantes modificaciones dentro de la organización y distribución de las áreas de trabajo de la alberca, lo cual modifica a su vez la presentación de las actividades planeadas para los alumnos.
- Nombrar a un solo coordinador, conlleva delegar responsabilidades a un solo integrante del equipo de trabajo y evadir compromisos por parte del resto del personal. En el caso de nuestra institución, considero que es necesario contar con dos o tres coordinadores para el área acuática, los cuales prestaran sus servicios en los diferentes días y horarios de trabajo.
- La participación del equipo interdisciplinario (psicólogo, nutriólogo, médicos del deporte, pedagogos y entrenadores), se encuentra afectada, ya que la delegación no termina de liberar recursos para la contratación de todo el personal; nos faltan el psicólogo, el nutriólogo y los pedagogos.
- Algunos integrantes del personal educativo, interdisciplinario, administrativo o directores, no tienen del todo claro cuál es su compromiso y papel, hacia la formación de los alumnos. Motivo por el cual habrá que involucrarlos y concientizarlos más, sobre el desarrollo de las actividades deportivas.
- También se deben de establecer lineamientos claros, para poder otorgar un servicio que asegure la integridad física, emocional y psicológica de los alumnos, recordemos que nosotros como profesores de natación, laboramos en un área de alto riesgo.
- Es necesario que el personal educativo e interdisciplinario, conozcan perfectamente a la población demandante de este tipo de servicios y comprendan el programa de trabajo. Para poder adecuar las posibilidades de intervención educativa, a las características de los alumnos y a sus necesidades de aprendizaje.

La comprensión y el dominio del programa lo manifiesta el personal educativo, cuando anticipa sus implicaciones para el trabajo, los cambios o ajustes necesarios en su praxis y en la relación con sus alumnos, las situaciones didácticas y los tipos de actividades que conviene poner en marcha para favorecer las competencias, el uso de la distribución de tiempo de la clase, así como las formas o

acciones en que se puede aprovechar las competencias, los espacios escolares y los recursos educativos.

Ahora bien si hablamos de la visión del centro deportivo, el mismo esta encaminado a ser un centro educativo en el que se brinde la prestación de un servicio de atención para el bienestar y desarrollo del alumno, con calidad y transparencia. Me parece que es necesario tomar en cuenta el ambiente en el cual los alumnos se sienten respetados, seguros y con el apoyo para manifestar con confianza y libertad sus preocupaciones, dudas, sentimientos e ideas, del mismo modo deberán de asumir y comprender nuevas reglas para la convivencia y el trabajo, varias de ellas distintas a las que practican en el ambiente familiar.

Lo importante es que los educandos perciban con claridad que el sentido de ir a la alberca, esta en la oportunidad de saber, de adquirir nuevos conocimientos. Y esta idea que es totalmente obvia para los adultos, no lo es tanto para los niños. Por lo cuál su propia experiencia les debe de demostrar que la alberca no solo es un lugar grato y divertido, sino que por el hecho de participar en las actividades, saben lo que antes no sabían y pueden hacer lo que antes no podían.

Para el establecimiento de este ambiente, en el área acuática, sugiero que se consideren los siguientes elementos, los cuales al igual que los anteriores se desprenden del diagnóstico realizado:

1.- La confianza en los profesores. Un clima afectivo requiere que los alumnos perciban que su profesor sea paciente, tolerante, que los escuche, los apoye, los anime y los estimule, que pueden contar con él, para estar seguros y resolver los conflictos que enfrentan. Especial cuidado debe prestarse a los que se mantienen un poco aislados del grupo y a quienes se integran por primera vez a la actividad.

2.- Las reglas de relación entre compañeros y compañeras. La convivencia continua con otras personas, asi sean de la misma edad, que tienen diferentes temperamentos, gustos y modos de ser, es un reto; sobre todo para los mas pequeños. Por eso es importante establecer reglas mínimas que propicien el respeto entre compañeros (evitar expresiones agresivas y la violencia física por ejemplo), la buena organización de trabajo y la asunción de responsabilidades compartidas –tales como mantener el orden en el trabajo y en los calentamientos previos a la clase-. Actuar en apego a estas reglas favorece la autorregulación y el ejercicio de los valores para vivir en sociedad.

3.- La organización de los espacios, ubicación y disposición de los materiales. Estos elementos son indicadores importantes en el modo en que se organiza la vida en la alberca. El hecho de que estén al alcancé de los alumnos, y de que ellos los utilicen en distintos momentos, aprendan a cuidarlos, asuman que se trata de recursos colectivos y que hay algunas reglas para su uso (cuidado de los mismos, establecer turnos para poder ocuparlos, etc.), también contribuye a la creación de un ambiente favorable al aprendizaje.

4.- Se debe de poner un mayor énfasis en el desarrollo de las actividades destinadas a explorar competencias y modos de ser de los alumnos, porque es cuando se establecerán los cimientos del ambiente en el grupo, que se desea crear.

5.- Una falla importante lo significa la evaluación de los procesos de la prestación del servicio, ya que dicha evaluación no ha podido ser llevada a cabo, todavía. De este modo se estarían generando continuamente evidencias del desempeño profesional de los profesores y del personal administrativo; para comprobar la satisfacción y eficacia del sistema, pero que además sea el punto de partida para lograr la mejora continua.

En la formación a través de la práctica de la natación, la evaluación tiene tres finalidades estrechamente relacionadas.

1. Constatar los aprendizajes de los alumnos: sus logros y facultades que manifiestan para alcanzar las competencias señaladas en el conjunto de los campos formativos. Lo anterior sería uno de los criterios para diseñar actividades adecuadas a sus características, situación y necesidades de aprendizaje.
2. Identificar los factores que influyen o afectan el aprendizaje de los alumnos: incluyen la práctica docente y las condiciones en que ocurre el trabajo educativo, como base para valorar su pertinencia o modificación.
3. Mejorar: con base a los datos anteriores la acción educativa de la alberca, la cual incluye el trabajo docente y los demás aspectos del proceso escolar.

De este modo la evaluación del aprendizaje constituye la base para que el personal educativo sistemáticamente tome decisiones y realice los cambios necesarios en su intervención pedagógica o en las condiciones del proceso escolar, que estén a su alcance.

Pero las acciones de la evaluación sólo tienen sentido, si la información y las conclusiones obtenidas sirven de base para generar la reflexión de los profesores. Modificar aquellos aspectos del proceso escolar que obstaculizan el logro de los propósitos educativos, fortalecer aquellos que lo favorecen o diseñar y experimentar nuevas formas de trabajo.

Por ello es necesario identificar la organización y el funcionamiento de la alberca, como una institución formativa y no solo recreativa, así como tener presente la relación que se establezca con las familias de los alumnos; de esta manera el proceso formativo no sólo es responsabilidad del personal educativo, sino una responsabilidad compartida.

“La experiencia de formación de nuestros usuarios, no transcurre sólo en el alberca, sino en el conjunto de los espacios de la vida cotidiana, donde también aprenden formas de relación, actitudes y valores”.

Me parece que el proceso educativo está formado por una serie de situaciones y actividades secuenciadas que permiten trabajar con elementos de entrada y salida, esto es; los alumnos llegan a la alberca con características, necesidades, experiencias propias y contextos diversos (elementos de entrada), nuestra intervención educativa radica en la presentación de propuestas diversas que los involucren en experiencias de aprendizaje. Los conocimientos que construyan, a partir de esa intervención, se convertirán en elementos de salida, que posibiliten una nueva actitud frente a los retos que presenta la vida cotidiana.

Otro reto lo representa el brindar los espacios suficientes a la población demandante, porque solo el Distrito Federal y el Estado de México, cuentan con una infraestructura de primer nivel para poder atender parte de dicha demanda. Pero actualmente los centros deportivos que cuentan con albercas se están saturando demasiado.

Sin duda tenemos que reflexionar en que parte del proceso enseñanza aprendizaje, incidimos en el desarrollo de nuestro alumnos, y de que forma lo hacemos, tomando en cuenta que en algunos casos la alberca es la única experiencia que tienen para aprender el cuidado de sí mismos, aprender el cómo alimentarse correctamente, la importancia del cuidado del cuerpo y de la mente; es decir un verdadero complemento de la formación educativa.

Por todas las razones mencionadas a lo largo de esta memoria de desempeño, considero que las principales aportaciones que he realizado a la disciplina y a la pedagogía durante todos estos años de desempeño profesional son las siguientes:

1.- He realizado una labor importante para que se conozca y reconozca realmente a la pedagogía como una profesión fundamental dentro de los Centros Deportivos del Distrito Federal. Ya que la mayoría de la gente por desconocimiento la reduce o minimiza; además también he contribuido con mi trabajo, al reconocimiento del importante papel del pedagogo, en los ámbitos deportivos. Estoy abriendo el camino en un campo que se encontraba poco explorado, para los profesionales de la pedagogía y creando una imagen muy buena de los universitarios.

2.- Durante todos estos años he proporcionado un aprendizaje útil para la población, el cual les ha sido de gran importancia en su vida cotidiana; es muy satisfactorio saber por los mismos usuarios, que al acudir a un balneario, río, o de vacaciones a la playa, se sintieron muy seguros y felices de ya no quedarse sentados en la orilla de las albercas, o el mar. En ese momento se dieron cuenta de lo importante que les ha sido el tomar un curso de natación. Además son numerosos y lamentables los casos de personas que han fallecido ahogadas, en playas, ríos, lagunas o centros vacacionales. Yo estoy seguro que ellos tal vez no hubieran perecido, si se les hubiera enseñado a nadar.

3.- Aporté un nuevo programa de trabajo para el área acuática de esta Ciudad Deportiva, el cual se encuentra basado en la pedagogía. Cabe destacar que en dicho programa se cambio y se introdujo, el término "formación", en lugar de educación, que era el que se usaba hasta entonces.

4.- Realicé el diagnóstico de la institución en su conjunto, sin saber que era la primera vez que se realizaba, y se utilizaba el FODA en esta instalación. Además se conoció el mismo, como un instrumento para la intervención pedagógica, y en la actualidad algunos administradores lo han utilizado para tener un referente acerca del trabajo realizado.

5.- Establecí durante mi periodo como coordinador, una mayor, mejor y más eficaz comunicación entre directivos, coordinadores, profesores y demás personal, para dialogar y llegar a puntos de acuerdo, conocernos mejor y lograr una integración total. Con la finalidad de aumentar la productividad, y al final se lograron resultados satisfactorios.

6.- He propuesto el rescate y el desarrollo de una nueva andragogía<sup>32</sup> de la natación, ya que la educación de los adultos maduros y adultos mayores, se encontraba en franco abandono en esta institución. Rescatando la importancia de la formación de los adultos, en el campo deportivo.

7.- Me encuentro coadyuvando al desarrollo de las raíces de la historia de la natación (y del deporte en general) en el mundo, pero sobre todo en México. He comenzado con una investigación al respecto. Ya que la bibliografía sobre este tema, es casi inexistente. Además de esta forma se podrá enriquecer aun más la profesión.

8.- Debido a mi labor realizada, las autoridades ya están reconociendo la gran importancia del trabajo interdisciplinario. Es decir que el trabajo no recaiga sólo en los entrenadores, sino que el mismo se apoye en las ciencias aplicadas al deporte.

9.- Me encuentro buscando una renovación curricular constante, para fortalecer el papel del docente, ya que este es el protagonista principal del proceso educativo. Una aportación que se encuentra pendiente en este momento es el desarrollo de un programa de trabajo especialmente dirigido para los bebés, para las clases de Matronatación.

10.- Pero sobre todo estoy poniendo en alto la imagen de mi universidad .en cada lugar que estoy y asisto.

No podría terminar sin dar algunas sugerencias para la institución educativa, las cuales han sido dirigidas especialmente para los administradores y coordinadores, ya que ellos son los encargados de tomar las decisiones estratégicas de esta institución.

### **SUGERENCIAS PARA MEJORAR LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA.**

- Se deben de realizar reuniones de trabajo colegiado y juntas técnicas, por turno y entre turnos, para enriquecer el trabajo técnico y de grupo. Ya que observe que algunos profesores presentan deficiencias en el manejo de los mismos. Y estos nos puede llevar a reproducir esquemas conformistas y repetitivos. Es necesario calendarizarlas para que se puedan realizar semanalmente, quincenales o mensuales.
- Sugiero que la capacitación laboral ya se inicie y sea de forma permanente y obligatoria para todo el personal. Ya que solo así se lograra un mejor y mayor trabajo.
- Se debe de proponer reuniones para la creación de nuevos planes y programas de trabajo que respondan a la realidad existente; para dar así un sentido y dirección al esfuerzo de profesores y alumnos.

---

<sup>32</sup> En la actualidad en los Centros Deportivos del DF. Ha surgido la necesidad de elaborar una Andragogía, una ciencia de la educación de los adultos. La cual surge como una nueva disciplina, impuesta por la presión de las circunstancias históricas de la época actual, que nos obligan a preocuparnos de la educación del adulto de modo especial y planificado. Roque Luís Ludojoski. Andragogía o educación del adulto. ED. Guadalupe. Buenos Aires Argentina 1972. pp. 9 – 11.

- Al plantear nuestros objetivos y planes de trabajo se debe de favorecer la formación del alumno, vinculando la práctica con la teoría, sin olvidar la visión humanística y las necesidades de la personas.
- Se deberá de dotar de una mayor cantidad de materiales didácticos al deportivo para trabajar más y mejor.
- Los directivos tienen que reunirse de manera formal con todo el personal docente, al menos tres veces por año, para discutir y aclarar desacuerdos; así como para conocer los avances alcanzados por todos los actores involucrados.
- En cuanto al salario percibido se tiene la impresión general que debe ser aumentado, ya que los actuales son bajos, y existe mucha inconformidad al respecto. Y esto nos puede llevar a rupturas, generar rencores y en casos extremos habría demandas en los tribunales.
- Así mismo también se debe de regularizar con urgencia la mala situación de los pagos y estos deben de llegar en tiempo y forma; recordemos que para exigir hay que cumplir, además siempre se tiene la mala idea de “me medio pagas, pues te medio trabajo”.
- Al parecer el personal docente ya no es suficiente y se deberá de comenzar a contratar más profesores para atender bien a todos los grupos de nadadores. Además insisto que es urgente la contratación de guardavidas, para incrementar la seguridad de la instalación.
- Los profesores y la administración están obligados a buscar los tiempos y los espacios, para que el personal pueda libremente, ejercitarse físicamente. Recordemos que ellos son la imagen del deportivo y por estar en un área de alto riesgo deben de estar listos para cualquier eventualidad.

El desarrollo de esta Memoria de Desempeño Profesional, me ha servido para darme cuenta de lo mucho que me gusta esta profesión, y sobre todo para continuar con mi preparación académica y profesional; ya que los retos a largo plazo serán cada vez más complejos; por lo cual debo de estar preparado para ello. La educación es un tesoro invaluable y una herramienta que nos permitirá mejorar día a día, no sólo como seres humanos, sino también para contribuir con nuestro granito de arena, mejorando nuestra sociedad y nuestro país entero.

También me ha servido para adquirir una mayor conciencia sobre mi participación dentro del proceso enseñanza-aprendizaje, al ser responsable de la formación de bebés, niños, adolescentes, adultos y adultos mayores. Ya que de mi desempeño depende que mis alumnos continúen interesados en la práctica regular de un deporte y lo sigan haciendo por el resto de sus vidas.

Se que he logrado mi propósito fundamental el cual es: “la formación de las personas a través de la práctica de la natación”, porque como pedagogo mi razón de ser es el formar cada día mejores personas, mejores seres humanos.

## CONCLUSIONES.

Sin duda el ámbito educativo es una instancia abordada por innumerables personas, desde perspectivas diversas, enfoques y situaciones, por nombrar algunos aspectos. Pero me parece que se concuerda desde cualquier posición, en la siguiente premisa: "brindar una educación de calidad a los integrantes de la sociedad, desde edades tempranas, adolescencia, adultos y senectud, para contribuir así a la formación integral del ser humano".

Dicha formación se ve influenciada por la cultura, entendiéndola como la información y habilidades que posee el ser humano, es decir el conjunto de formas de vida y expresiones de una sociedad determinada, incluyendo costumbres, prácticas, códigos, normas y reglas de la manera de ser, vestirse, la religión que se profese, rituales, normas de comportamiento y sistemas de creencias.

Así las albercas se componen de alumnos y alumnas, que tienen características y condiciones variadas, en donde el campo educativo está vinculado con ámbitos tales como: género, edad, cultura, nivel de desarrollo, capacidades diferentes, idioma, nivel socioeconómico, etc. Pero en esta institución solo se habla un sólo lenguaje, el del respeto, tolerancia, inclusión y el desarrollo de todas las competencias y facultades del ser humano.

Con base en lo descrito anteriormente me parece prioritaria la comprensión de la responsabilidad adquirida como trabajadores que se encuentran al servicio de la atención de niños, adolescentes, adultos y adultos mayores, como es el caso de la alberca de la ciudad deportiva de Iztapalapa. Considero que la comprensión posibilita y favorece la toma de conciencia del personal que integra dicha institución.

Estoy convencido que la práctica de la natación debería de ser obligatoria en la educación básica, desde preescolar hasta secundaria, para impactar de este modo la formación de los alumnos. Contribuyendo a atacar la epidemia de obesidad que aqueja a nuestro país, pero potenciando todas las capacidades que los niños y adolescentes deben de desarrollar.

Es necesario acercar este servicio a toda la población demandante y de esta manera rescatar el sentido educativo y formativo de la práctica de la natación. Son muchas las razones por las cuales los profesionales de la pedagogía debemos de intervenir en este campo y una de las fundamentales será el colaborar en la investigación educativa del mismo.

En mi caso la intervención que conlleva mi desempeño profesional, la tengo en forma directa con los alumnos y padres de familia, y en forma paralela con los otros profesores y el equipo interdisciplinario, personal administrativo, de limpieza y vigilancia. Ellos siempre han estado dispuestos a apoyarme en lo necesario, para que dentro de nuestras posibilidades, ofrezcamos un mejor servicio.

El desarrollo de esta Memoria de Desempeño Profesional, me sirvió para darme cuenta de la gran importancia del trabajo que realizamos mis compañeros y un servidor, trabajo que no es fácil, pero que me ha llenado de muchas satisfacciones y me ha brindado un desarrollo profesional inigualable.

Ya que no sólo mis alumnos han aprendido de mí, sino que yo también he aprendido de ellos y esto se ha traducido en un mejor desempeño profesional de mi parte.

Al personal educativo, nos corresponde la interrelación directa con los alumnos y de ahí la necesidad de orientarnos permanente, clara y específicamente, en nuestra intervención educativa y contribuir de esta manera a la identificación de los propósitos en materia de educación y por ende al proceso enseñanza aprendizaje, que se vive en las albercas.

A partir de la reflexión realizada de la intervención educativa en las albercas, considero que se deben de atender las debilidades que a mi parecer obstaculizan en un momento determinado el desempeño profesional del personal educativo, es decir:

- 1.- Propiciar conciencia de que la profesionalización es una herramienta fundamental para el quehacer educativo, permite además crecer como persona y en forma profesional.
- 2.- Hacer de la planeación educativa la prevención y preparación de las prácticas que abordan el proceso de enseñanza aprendizaje, es como presentarse al trabajo con la herramientas necesarias que permitan enfrentar e incidir en al construcción de conocimiento de los alumnos.
- 3.- Favorecer la construcción de conocimientos a partir de aprendizajes significativos, propuestos en la presentación de experiencias variadas y que estén encaminadas ante todo por una intención educativa, destacar aprendizajes útiles que les permitan enfrentar a las alumnas y alumnos, problemáticas de la vida cotidiana y que a su vez proporcionen elementos para desenvolverse como individuos capaces.
- 4.- Atender los obstáculos que a mi consideración afectan la eficacia en el servicio proporcionado.
- 5.- Evitar el ausentismo del personal, ya que la ausencia propicia modificaciones en las prácticas educativas. Así como desequilibrio en el cumplimiento de la misión, la visión y los objetivos de calidad.; aspectos que sistematizan la atención brindada a los alumnos.
- 6.- Es necesario fortalecer la participación interdisciplinaria a fin de identificar y comprender los compromisos de cada profesional; las prácticas educativas las hacemos todos y éstas deben de estar fundamentadas en formas teóricas pero también activas, es decir, en la operatividad.
- 7.- Resaltar la importancia de la intervención educativa, como un factor que favorece el desarrollo de potencialidades y capacidades de los alumnos, propiciando en los padres de familia la validez educativa de los Centros Deportivos del Distrito Federal.

Como podemos observar, el personal de los centros deportivos, hemos decidido ser integrantes de un equipo de trabajo que brinda atención a la población independientemente de su edad o condición física o económica y de cómo nos desenvolvamos dependerá la formación de las nuevas y viejas generaciones.

También quiero mencionar que hace años, cuando decidí dedicarme al deporte como profesor de natación, lo realicé buscando una profesión que me gustara y me fuera muy gratificante, y la encontré. Para mí ser profesor significa demasiado, son muchas las satisfacciones que encuentro todos los días en el trato con las personas, en el reconocimiento social por ser parte de la comunidad universitaria, pero sobre todo el compromiso que he adquirido con la educación de este país.

La intervención pedagógica me sirvió para poner en práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de mi formación, para mí representaba un gran reto el incidir para que mis compañeros de trabajo modificaran sus actitudes con respecto a nuestra labor educativa. El reto se cumplió y hubo un cambio en nuestra práctica, para lograr un mejor desempeño y productividad.

He adquirido en los últimos diez años, una mayor conciencia sobre mi participación dentro del proceso enseñanza-aprendizaje, al ser responsable de la formación de bebés, niños, adolescentes, adultos y adultos mayores. Ya que de mi desempeño depende que mis alumnos continúen interesados en la práctica regular de un deporte y lo sigan haciendo por el resto de sus vidas.

En materia deportiva en México, tenemos todo por hacer, el reto es formidable. Nosotros al depender directamente del gobierno de la ciudad de México, estamos sujetos a las políticas educativas que se dicten desde el escritorio y aunque estas en la mayoría de los casos no sean las adecuadas, estamos trabajando en pos de un mejor futuro para nosotros, los alumnos y la institución misma.

Se que he logrado mi propósito fundamental el cual es: "La Formación de las Personas a Través de la Práctica de la Natación", porque como pedagogo mi razón de ser es el formar cada día mejores personas, mejores seres humanos.

## BIBLIOGRAFÍA.

- Argudín Yolanda. La educación basada en competencias. Nociones y antecedentes. ED. Trillas. México, 2005.
- ¿Cómo conocer mejor nuestra escuela? Elementos para el diagnóstico. Cuadernos para transformar nuestra escuela. SEP. México, 1999.
- Diccionario de la Ciencias de la Educación. Santillana.
- Estado Mayor de la Defensa Nacional. Manual de Educación Física y Deportes, tomo 2, México.
- Freire Paulo, Pedagogía del Oprimido. S. XXI, Uruguay, 2000.
- Gadamer Hans Georg. Verdad y Método. Fundamentos para una Hermenéutica Filosófica. Salamanca, España. Sígueme 1977.
- Guattari Félix, Lourau Rene, Georges Lapassade, Gérard Mendel, Jacques Ardoino, J. Dubost y A. Levy. La intervención institucional. « La intervención: ¿Imaginario del cambio o cambio de lo imaginario? » ED. Folio Ediciones.
- Harold Koontz, Heinz Wehrh. Elementos de Administración. Enfoque Internacional. 6ta. Edición. ED. Mc Graw – Hill. México, 2001.
- Honore Bernard. Para una Teoría de la Formación. Dinámica de la Formatividad. Madrid. ED. Narcea 1980.
- Jordi Pinyol Carles, Movernos en el agua. ED. Paidotribo 2da. Edición. Impreso en España.
- Ludjowski Roque Luís. Andragogía o educación del adulto. ED. Guadalupe. Buenos Aires Argentina 1972.
- Margarita Pansza. Pedagogía y Currículo. ED. Ediciones Gernika. México 1989.
- Manual para el entrenador. "Enseñanza General de la Actividades Acuáticas" SEP. México, 1997.
- Manual para el entrenador. Área técnico- practica. SICCED nivel 3. SEP, CONADE. México, 1998.
- Manual para el entrenador. Área teórica. SICCED nivel V. SEP, CONADE. México 1999.

- Mcardle, W.D. Katch, F.L. Fisiología del ejercicio. Energía, nutrición y rendimiento humano. ED. Alianza. Madrid, 1990.
- Morehouse, L. fisiología del ejercicio. ED. El Ateneo. Buenos Aires, 1974
- Nueva Enciclopedia Temática, Deportes y Natación. ED. Cumbre – Grolier S.A.
- Padrón Perea Mario Joaquín. "Natación". Teoría y Práctica. ED. Trillas. 1era. Impresión, Octubre del 2001. Impreso en México.
- Programa de Natación para Escuelas Técnico-Deportivas del Instituto del Deporte del Distrito Federal. México, 1999.
- Rojas Nava Raúl. "Fundamentos teóricos de la organización educativa 1". Apuntes de la ENEP Aragón. num. 13. México, 1989.
- Schmelkes Silvia Y Judith kalman, "Educación de adultos: estado del arte", Hacia una estrategia alfabetizadota para México. INEA, México, 1996.
- Schmelkes Sylvia. Calidad de la educación y gestión escolar. En gestión, programas y materiales, para el apoyo del estudio. SEP. México. D.F. 2001.

**ANEXO I**  
**LOS ESTILOS DE NADO.**

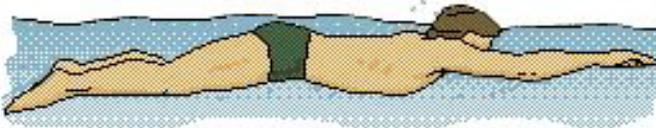
## ANEXO I. LOS ESTILOS DE NADO.

### PECHO.

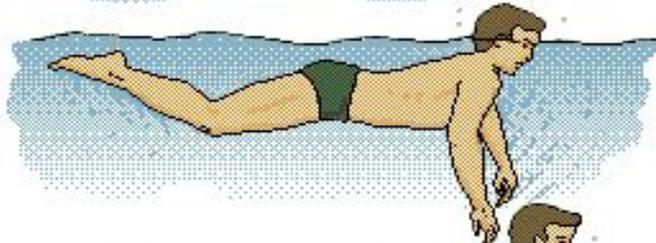


En este estilo, el nadador flota boca abajo, con los brazos apuntando al frente, las palmas vueltas, y ejecuta la siguiente

secuencia de movimientos horizontales: se abren los brazos hacia atrás hasta quedar en línea con los hombros, siempre encima o debajo de la superficie del agua. Se encogen las piernas para aproximarlas al cuerpo, con las rodillas y los dedos de los pies hacia afuera, y luego se estiran con un impulso al tiempo que los brazos vuelven al punto de partida, momento en el cual comienza de nuevo todo el ciclo. El nadador exhala debajo del agua. Las brazadas deben ser laterales, no verticales. Éste es un punto muy importante y debatido en la natación de competición.



Con los brazos extendidos enfrente de la cabeza y las piernas extendidas hacia atrás, el cuerpo adopta una postura aerodinámica.



Los brazos empujan hacia abajo y se alejan del cuerpo, al mismo tiempo, la cabeza se eleva. Las rodillas se doblan y los pies avanzan hacia el torso.



Los brazos completan su remada bajo el agua. Vuelven a enderezarse hacia delante cuando la cabeza y los hombros se elevan fuera del agua y los pies se mueven dando una patada hacia atrás.



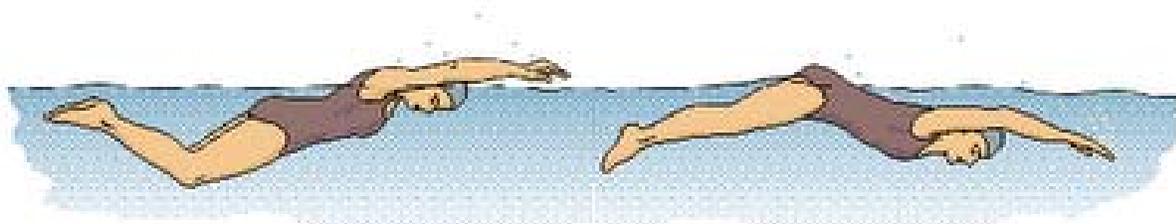
La potente patada empuja el cuerpo a través del agua. Y con los brazos extendidos el nadador se desliza a través del agua.

## MARIPOSA.



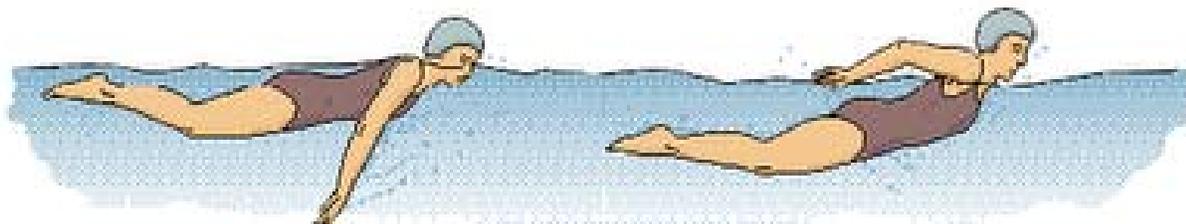
En la variante de braza conocida como mariposa, ambos brazos se llevan juntos al frente por encima del agua y luego hacia atrás al mismo tiempo. El movimiento de los

brazos es continuo y siempre va acompañado de un movimiento ondulante de las caderas. La patada, llamada de delfín, es un movimiento descendente y brusco de los pies juntos. La patada es probablemente la parte más compleja de este estilo, ya que las piernas deben estar pegadas y generando impulso gracias a una ondulación que comienza en la cadera y se extiende hasta los pies. Es por eso que es la técnica de nado que requiere el mayor gasto de energía, por lo que es importante conocer las limitaciones de nuestro cuerpo y no exigirlo de más. Este estilo requiere que el nadador actúe en forma simétrica bilateralmente, es decir, que ambos lados del cuerpo hagan exactamente lo mismo.



Con su cara en el agua el nadador extiende sus brazos hacia delante, con los hombros extendidos también. Cuando las manos entran en el agua, los pies están juntos y la patada es superficial.

En el estilo de mariposa el cuerpo sigue a las manos, de un modo muy parecido a como nadan los delfines. Para conseguir este movimiento la espalda se arquea y las caderas se elevan a la superficie.



Cuando los brazos empujan hacia abajo y hacia atrás, la cabeza comienza a elevarse, de modo que el nadador puede respirar. Las piernas comienzan la segunda patada del ciclo.

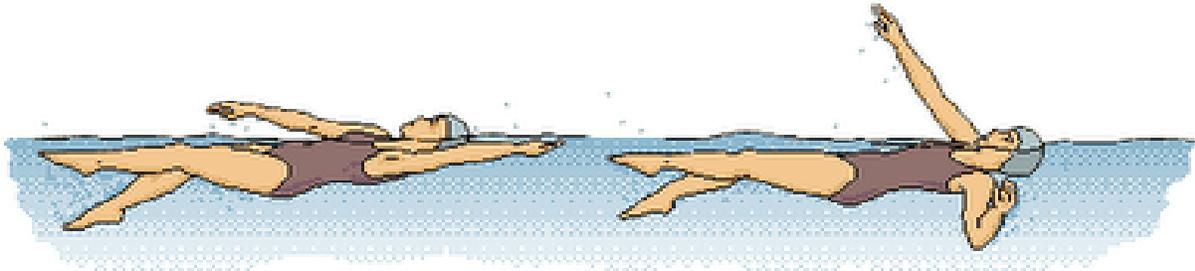
Los brazos finalizan su remada debajo del agua, y salen del agua cerca de la cadera. En este momento, una vigorosa patada empuja a los hombros hacia arriba y afuera del agua, de manera que los brazos pueden volver a extenderse hacia el frente, comenzando de nuevo el ciclo.

## DORSO.



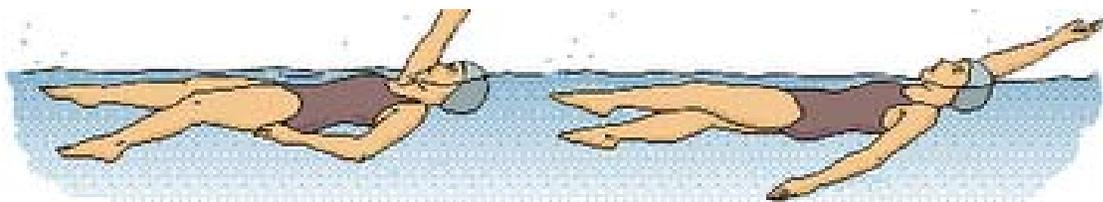
Este estilo es similar al crol, pero el nadador flota con la espalda en el agua. La secuencia de movimientos es alternativa: un brazo en el aire con la palma de la mano hacia afuera

saliendo de debajo de la pierna, mientras el otro impulsa el cuerpo en el agua. También se utiliza aquí la patada oscilante. El dorso es uno de los cuatro estilos natatorios regulados por la FINA, y es el único estilo regulado que se nada de espaldas. Esto último tiene la ventaja de una respiración fácil, pero también tiene la desventaja de no ver lo que el nadador tiene delante. Es también el único estilo natatorio en cuyas competiciones los nadadores salen de dentro del agua. Este estilo es parecido al crawl. Tanto la espalda como el crol frontal son *estilos de eje largo*, ya que todo el cuerpo gira, a izquierda y a derecha, alrededor de un eje imaginario que va de la cabeza a los pies.



Con la cara mirando hacia arriba, la nadadora saca su brazo derecho del agua, con el dedo pulgar apuntando hacia abajo. El brazo izquierdo comienza a empujar hacia abajo y se aleja del cuerpo. Las piernas realizan un fuerte aleteo cerca de la superficie.

El brazo derecho se eleva extendido al tiempo que la mano gira, de forma que el pulgar apunta hacia arriba. El brazo izquierdo comienza la vigorosa fase de remada bajo el agua, el batir de piernas permanece constante.



El brazo derecho se mantiene extendido, el brazo izquierdo finaliza el empuje bajo el agua, de manera que la mano emerge del agua cerca de la cadera izquierda.

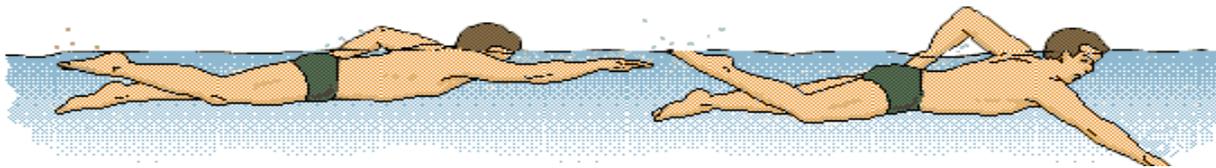
El ciclo continúa con el brazo izquierdo que comienza a emerger, con el pulgar apuntando hacia abajo. El brazo derecho entra al agua con el pulgar apuntando hacia arriba.

## CROL



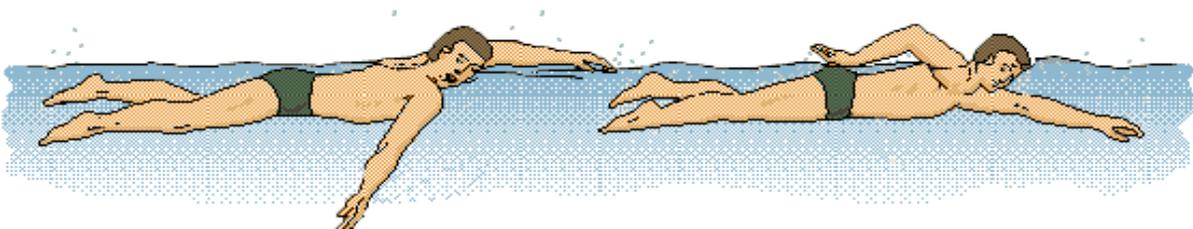
En este estilo, uno de los brazos del nadador se mueve en el aire con la palma hacia abajo dispuesta a entrar en el agua, y el codo relajado, mientras el otro brazo avanza bajo

el agua. Las piernas se mueven de acuerdo a lo que en los últimos años ha evolucionado como patada oscilante, un movimiento alternativo de las caderas arriba y abajo con las piernas relajadas, los pies hacia adentro y los dedos en punta. Por cada ciclo completo de brazos tienen lugar de dos a ocho patadas oscilantes. En este estilo es muy importante respirar de modo adecuado. Se puede tomar una respiración completa por cada ciclo de los brazos, inhalando por la boca al girar la cabeza a un lado cuando pasa el brazo y exhalando después bajo el agua cuando el brazo avanza de nuevo.



Cuando el brazo izquierdo sale del agua con el codo doblado, el brazo derecho comienza a empujar el agua. La cabeza apunta hacia abajo y las piernas se mueven con un movimiento de aleteo constante.

El brazo izquierdo se eleva fuera del agua con el codo apuntando hacia arriba. El brazo derecho profundiza en el agua y empuja hacia atrás.



Cuando el brazo izquierdo entra en el agua, el brazo derecho finaliza la fase vigorosa de remo. En este momento, con el hombro alejado de la cara y la cabeza girada, el nadador puede respirar.

Cuando el brazo derecho sale del agua, el brazo izquierdo comienza la segunda mitad del ciclo. El nadador mete la cabeza dentro del agua, hasta que necesite respirar de nuevo, normalmente una vez cada ciclo

