

"LA APLICACIÓN DEPORTIVA ESPECÍFICA EN SALVAMENTO ACUÁTICO EN EL INEF DE GALICIA" (2ª parte)

Abraldes Valeiras, J. Arturo • Licenciado en Educación Física, Profesor de Salvamento Acuático •
Mosquera Escudero, Laura • Alumna de 5º Curso de INEF, Profesora de Salvamento Acuático •
Suárez Doval, Juan • Alumno de 5º Curso de INEF, Profesor de Salvamento Acuático •



Laura Mosquera



Juan Suárez



Arturo Avraides

Este artículo es la continuación del trabajo expuesto en el anterior número, donde se trataron sobre todo, los contenidos de la aplicación específica en Salvamento en Piscinas. Ahora se profundizará más en el bloque específico de Salvamento en Mar, concluyendo así los principales puntos que se imparten en esta asignatura perteneciente al plan de estudios del Licenciado en Educación Física.

INTRODUCCIÓN

Podríamos decir que la Aplicación Deportiva Específica (A.D.E) en Salvamento, se queda coja si en ella no se tratan los contenidos de mar, ya que el salvamento no sólo se da en piscinas, sino que puede realizarse, y de hecho se realiza, en miles de situaciones diferentes, y que no tienen nada que ver unas con otras.

El mar es un elemento natural del que el ser humano puede disfrutar, podríamos decir que es algo magnífico e impresionante dentro del entorno que nos rodea, sin embargo todo lo bonito que puede ser se convierte en peligroso si no se sabe controlar. Así es, un buen socorrista debe conocer

todos los detalles que este medio nos puede ofrecer, para saber disfrutar y para enfrentarse a las situaciones que se puedan plantear dentro del mismo.

CONTENIDO Y METODOLOGÍA

La metodología empleada en las clases de la Aplicación Deportiva Específica en Salvamento durante los contenidos de mar, fueron similares a las de los contenidos de piscina.

La clase se dividió en los dos apartados tradicionales, la teoría y la práctica. Impartiéndose la teoría en el aula y dejando el mar para la parte práctica. Dividiéndose ésta en las cinco partes ya mencionadas de una sesión: Información, Calentamiento, logro de Objetivos, Vuelta a la calma y Conclusiones.

Hay que decir que las medidas de seguridad se extremaron mucho más que en los contenidos desarrollados en la piscina, ya que las prácticas en mar lo requieren así. Además, nadie está fuera de peligro, aunque conozca el medio y sepa defenderse dentro de él. Así, los alumnos siempre realizaron las prácticas por parejas, para que uno estuviese controlando siempre a su compañero y viceversa. Estas medidas de seguridad se aumentaron en las sesiones de buceo, donde el riesgo aumenta considerablemente.

El profesor daba al principio las consignas generales y los aspectos a tener en cuenta para que la clase se desarrollase en las condiciones ideales, dependiendo del estado del mar.

Otro de los aspectos que se trabajaba mucho en este tipo de prácticas era la condición física, que se potenciaba principalmente en la fase de calentamiento. Las exigencias en mar son muy diferentes a las exigencias en una piscina, por lo tanto el socorrista las ha de tener en cuenta y permanecer bien preparado, pues no sabe en que momento le tocará actuar.

EL SALVAMENTO ACUÁTICO EN PLAYAS

Seguindo el esquema que se ha llevado a cabo en la primera parte del artículo, publicado en el número 4 de esta misma revista, serán expuestos los contenidos de Salvamento Acuático en playas, desarrollados durante el curso académico 96/97 como materia de la Aplicación Deportiva Específica de Salvamento.

CONTENIDOS TEÓRICOS:

La totalidad de estos contenidos han sido llevados a cabo en las instalaciones del Itef de Galicia, a través de sesiones de dos horas de duración impartidas por el profesor titular de la A.D.E. de Salvamento Acuático, así como por diversos colaboradores de organismos locales, federativos... etc. para el desarrollo de temas cuya especificidad requiera de estas determinadas ayudas; utilizando para todo ello una gran diversidad de material de apoyo tales como videos, dispositivas... etc.

Estos contenidos pueden ser sintetizados en los siguientes puntos:

- Playas de bandera azul.
- Condiciones mínimas en el servicio de Socorrismo y Salvamento en playas.
- Propuesta de condiciones ideales en playas.
- Organización y gestión en el Salvamento Acuático en playas.
- Avances en Psicología comportamental aplicada al Salvamento profesional.
- Utilización de embarcaciones a motor en Salvamento Acuático: conceptos básicos.
- Legislación en Salvamento Acuático: importancia de la licencia federativa.

CONTENIDOS TEÓRICO – PRÁCTICOS:

Dichos contenidos han sido realizados de una forma eminentemente práctica, aprovechando las inmejorables condiciones naturales que presenta el entorno del Itef de Galicia, al poder disponer, entre otras cosas, de la playa de Basitaguero, utilizada habitualmente para el desarrollo de prácticas concernientes a nuestra licenciatura. Aun así, todos estos contenidos han sido precedidos de una introducción teórica de mayor o menor extensión en función de la importancia y duración de los mismos.

Los contenidos teórico - prácticos han sido los siguientes:

- La organización del Salvamento Acuático en playas.

- La actuación en el Salvamento Acuático y su secuencia en playas.

Toda secuencia de actuación ha de constar de las siguientes fases:

1. Percepción del problema.

2. Análisis de la situación.

Examinar y contrastar lo que está sucediendo, con el fin de tomar una decisión apropiada a cada circunstancia.

3. Toma de decisión.

Es de trascendencia vital en el Salvamento Acuático, ya que de ella dependerá el éxito del rescate.

4. Ejecución de las acciones elegidas.

No sólo es necesaria una buena elección, sino también una buena preparación y continuo entrenamiento para lograr la mayor eficacia en las mismas.

5. Evaluación final del Salvamento.

Evaluar el proceso que se ha llevado a cabo con el fin de reaccionar sobre la actuación realizada, para corregir en el futuro las posibles deficiencias que se hayan detectado.



La preparación física es un aspecto fundamental en el salvamento en playas.

- Técnicas de entrada al agua en el Salvamento Acuático en playa.

Las entradas al agua en mar vendrán determinadas por el estado del mar en ese momento, y principalmente por la presencia o no olas y las características de las mismas.

En la entrada al agua, ante las olas, el Socorrista acuático valorará su tamaño, de modo que si éstas son de pequeño tamaño, deberán ser pasadas por encima a modo de delphin, mientras que si son de tamaño considerable, han de ser pasadas por debajo antes de que rompan.

Otros aspectos a considerar, y no por ello menos importantes, son: la presencia o no de rocas en la zona, las posibles corrientes, la utilización de material, etc.

- El buceo en el Salvamento Acuático (Técnicas, consideraciones físicas y fisiológicas y búsqueda de un cuerpo sumergido).
- Técnicas de remolque y tipos de material;
- Técnicas de manejo de tabla (wind y surf).
- Técnicas de rescate de accidentados conscientes e inconscientes con tabla.
- Técnicas de rescate en situaciones anómalas (rocas, puertas).

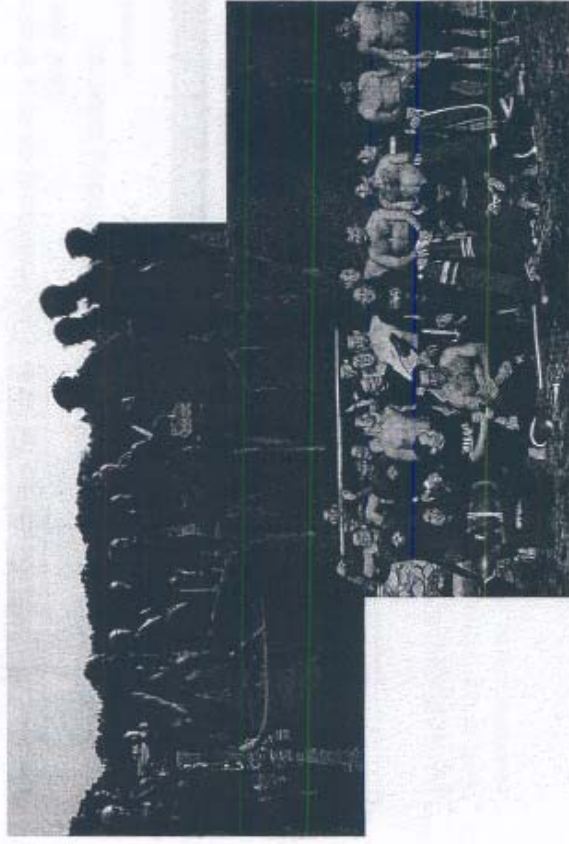
Este punto es el resultado de la adaptación de los aprendizajes previos en piscina o otro medio en el que la incertidumbre juega un papel decisivo.

- Rescate de accidentados con lesión en columna vertebral.
- Técnicas de extracción y traslado de accidentados en playa:
 - Extracción de accidentados con carga a la espalda.
 - Extracción de accidentados con carga al hombro.
 - Extracción de accidentados por las axilas.
- Extracción de accidentados por dos socorristas acuáticos.
- El Salvamento Acuático en playas marítimas:
- Características y aspectos generales: corrientes y mareas.
- Normativas e intervención del socorrista acuático.
- La embarcación en el Salvamento Acuático en playas;
 - Técnicas de manejo de embarcación (motor y remo).
- El Salvamento deportivo en aguas abiertas.

En este apartado hemos podido conocer que pruebas conforman el programa de Salvamento deportivo en aguas abiertas, así como la experimentación de alguna de las técnicas empleadas para la realización de las mismas.

- Entrenamiento y planificación del entrenamiento para socorristas acuáticos en playa.

Se han impartido temas referentes a la periodización del entrenamiento, la dinámica de las cargas, las etapas del entrenamiento en función de las edades,.... etc.



Las embarcaciones desempeñan un papel muy importante en el salvamento marítimo y alumnos de la A.D.E. en Salvamento. Curso 1996 / 1997.

ESTADÍSTICA DE LA APLICACIÓN DEPORTIVA ESPECÍFICA

En este apartado podemos conocer como es A.D.E. de Salvamento de una forma más gráfica, además de los contenidos que se pueden impartir en ella.

Esta especialidad es una de las de mayor número de matriculados dentro del plan de estudios del INEF de Galicia, teniendo un total de 32 alumnos durante el curso académico de 1996/1997. Impartiéndose durante ese año académico un total de 52 sesiones de dos horas de duración, tanto teóricas como prácticas, en las cuales se dio una falta de asistencia media de 5,28 faltas por alumno, correspondiendo a un 10,35% del total de las clases impartidas a lo largo de todo el curso.

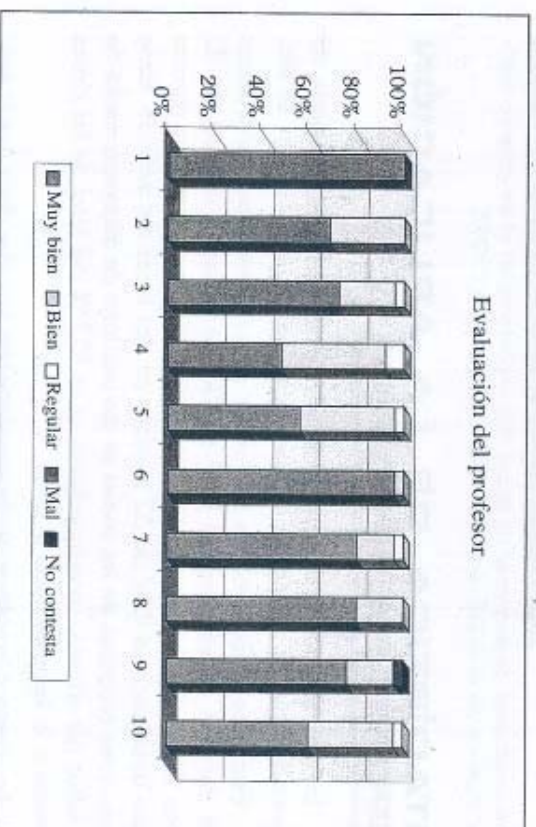
En cuanto a la valoración de conocimientos hay que decir que la evaluación constaba de cuatro apartados, los cuales había que superar individualmente y que eran los siguientes: Un examen, las prácticas didácticas, la memoria del curso y las actividades complementarias relacionadas con la asignatura. Un suspenso en una de las partes significaba un suspenso en la nota final, teniendo que recuperar sólo la parte suspensa en la siguiente con-

vocatoria y un no presentado en una de las partes equivalía a lo mismo en la nota final.

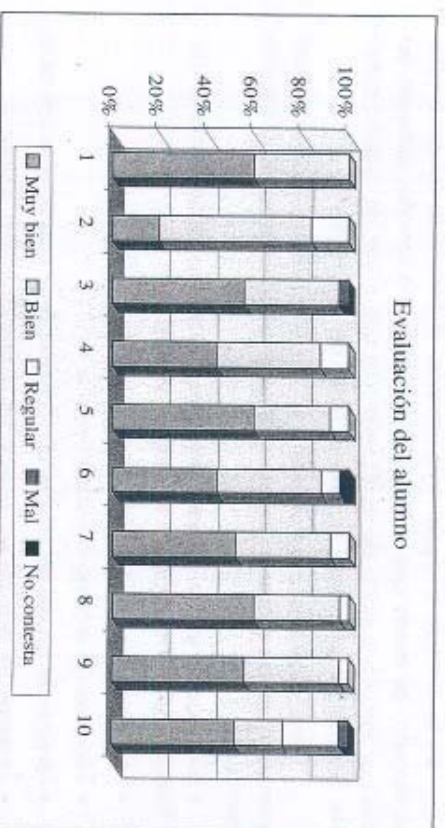
Las notas globales de este curso en la A.D.E. de Salvamento fueron las siguientes:

A.D.E. en Salvamento. Curso 1.996 / 1.997.			
NOTAS	JUNIO	SEPTIEMBRE	
APROBADOS	16	14	
SUSPENSOS	3	0	
NO PRESENTADOS	13	2	
TOTAL	32	16	

Con relación a la evaluación total de la asignatura mostramos las gráficas resultantes de una encuesta que se pasó al final del curso, con la finalidad de evaluar al profesor y, también, para que el alumno se autoevaluase.



1. Nivel de su asistencia a clase durante el curso. 2. Nivel de su participación en clases teóricas. 3. Nivel de su participación en clases prácticas. 4. Nivel de su trabajo personal durante el curso. 5. Nivel de su relación y cooperación con los alumnos. 6. Nivel de su interés hacia el desarrollo de la asignatura. 7. Nivel de sus conocimientos teóricos sobre la asignatura. 8. Nivel de sus conocimientos prácticos sobre la asignatura. 9. Nivel de su capacidad de motivación hacia la asignatura. 10. Nivel general como profesor de la asignatura.



1. Nivel de asistencia a clase durante el curso. 2. Nivel de participación en clases teóricas. 3. Nivel de participación en clases prácticas. 4. Nivel de trabajo personal durante el curso. 5. Nivel de relación y cooperación con el grupo propio de trabajo. 6. Nivel de relación y cooperación con todo el grupo. 7. Nivel de conocimientos teóricos adquiridos durante el curso. 8. Nivel de conocimientos prácticos adquiridos durante el curso. 9. Nivel alcanzado para utilizar el Salvamento Acuático. 10. Nivel de satisfacción personal alcanzado durante el curso.

VALORACIÓN PERSONAL

La realización de prácticas en el mar como complemento al aprendizaje de destrezas adquiridas en piscina, es a todas luces un elemento enriquecedor de la práctica, actuando como factor de cohesión del grupo, donde las clases se mantienen con una dinámica aún más positiva que las realizadas en la piscina, posiblemente derivado del efecto motivador que el mar ejerce ante todos nosotros.

Cuando hablamos del efecto enriquecedor de la práctica, nos referimos a que todos los aprendizajes que se puedan llevar a cabo en piscinas, se encuentran a años luz de los realizados en un medio en el que se presenta tanta incertidumbre, obligándonos a realizar constantes modificaciones en las técnicas y adaptaciones al medio.

Por otra parte, cabe destacar la buena estructuración llevada a cabo, tanto en el orden de las sesiones como en la progresión de las mismas, ya que al estar intercaladas con las prácticas en piscina, rompe con el previsible riesgo a la monotonía, en el que podían caer las clases en el vaso.

Si duda, la disposición de una playa como la de Bastigueiro, es una herramienta pedagógica que debería experimentar todo docente en

Salvamento o Socorrista acuático para poder comprobar de forma eficaz la transferencia real al mundo del Salvamento acuático, que exige una gran condición física y mental en el desempeño de sus obligaciones.

Cabe destacar que sin la colaboración de entidades locales con gran aporte de material a la A.D.E. y la gran cantidad de material existente en el Inef de Galicia, no se podrían desarrollar la gran parte de las experiencias enriquecedoras que como deporte y principalmente como vertiente humanitaria nos proporciona el Salvamento acuático.

El Salvamento Acuático, no es importante, es imprescindible para que las personas puedan disfrutar del medio acuático con cierta seguridad.

CONCLUSIONES

- La A.D.E. de Salvamento desarrollada tal como se viene realizando en el Inef de Galicia, no puede darse en muchos otros centros similares, debido a que la mayoría de estos, no cuentan por desgracia con las inmejorables condiciones que la ubicación le proporciona a este Inef.
- La combinación de sesiones en diferentes aulas, en piscina y en playa, requiere de una buena y costosa programación, así como un trabajo continuo y con un alto grado de exigencia por parte del profesor.
- Todo profesor al cargo de una A.D.E. con estas características, requiere una preparación continua, actualización de los conocimientos, de una gran vocación, así como una buena y continua preparación física.
- La realización de prácticas en el mar se dislumbra como indispensable para todo socorrista acuático y por supuesto docentes en Salvamento, para conocer la problemática que ello representa y para llevar a cabo de una forma correcta su papel como educadores.
- Además de disponer de unas inmejorables condiciones materiales y medioambientales, hemos tenido suerte al poder contar con la presencia de un profesor capaz de transmitirnos el espíritu del Salvamento acuático, así como su vocación y motivación.

**Detrás del Salvamento acuático se descubre un mundo fascinante de entrega y ayuda a los demás.
¡ Descúbrelo y colabora con nosotros !**

BIBLIOGRAFÍA

- Alumnos/as 4º curso del INEF Galicia 96/97. Temario de Prácticas Didácticas de Salvamento Acuático.
- Escuela Española de salvamento y socorrista: Salvamento Acuático y Primeros Auxilios. 1996.
- Palacios, J. (1996): Cuaderno didáctico nº 2 - Salvamento Acuático: formas, recursos y medios para la prevención.



**OFERTA
ESPECIAL
FEDERADOS
FESSGA
1490 pts.**

La magia del juego puede hacer posible una vida más equilibrada y feliz. Únicamente es preciso saber utilizarlo correctamente. El juego es como la chistera de un mago: de igual forma que éste, con sus conocimientos, habilidades adquiridas y experiencia, puede hacer aparecer objetos y animales de su chistera, creando un mundo de ilusión y fantasía; el educador, con sus conocimientos, habilidades adquiridas y experiencia, puede hacer aparecer del juego aprendizajes, diversiones, actitudes y valores que sean capaces de crear un mundo real, pero más humano y asequible, en el que el desarrollo personal y social estén al alcance de todos.

Con este libro autor y editor deseamos contribuir a la divulgación y ampliación, si cabe, de la gran chistera del juego.