

Influencia de la motivación en el aprendizaje de la natación

Influence of motivation in learning to swim

Nataly Rosalía Caldas Calle, Santiago Alejandro Jarrín Navas

Resumen

El objetivo del estudio fue determinar la influencia de la motivación en el aprendizaje de la natación de los nadadores, mediante un enfoque de investigación cuantitativo, de tipo descriptivo, corte transversal, la muestra estuvo conformada por un total de 30 nadadores 10 mujeres y 20 hombres con edades comprendidas entre los 10 y 11 años. Para evaluar la motivación se aplicó la escala de motivación deportiva (EMD), mientras que el aprendizaje de natación se realizó el control de la competencia motriz acuática. Los resultados evidenciaron que los nadadores con bajos niveles de motivación presentan niveles bajos de aprendizaje. Para concluir, la falta de motivación en el proceso de aprendizaje de la natación ha impactado negativamente en el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades acuáticas, limitando el progreso y la confianza de los deportistas.

Palabras clave: Habilidades acuáticas; Aprendizaje; Extrínseca; Intrínseca; Natación.

Nataly Rosalía Caldas Calle

Universidad Católica de Cuenca | Cuenca | Ecuador | nataly.caldas@est.ucacue.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-3018-108X>

Santiago Alejandro Jarrín Navas

Universidad Católica de Cuenca | Cuenca | Ecuador | sjarrin@ucacue.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-8044-8985>

<http://doi.org/10.46652/resistances.v6i12.210>

ISSN 2737-6222

Vol. 6 No. 12 julio-diciembre 2025, e250210

Quito, Ecuador

Enviado: febrero, 19, 2025

Aceptado: abril, 21, 2025

Publicado: mayo, 29, 2025

Publicación Continua

Abstract

The objective of this study was to determine the influence of motivation on swimmers' learning to swim, using a quantitative, descriptive, cross-sectional research approach. The sample consisted of a total of 30 swimmers, 10 females and 20 males, aged between 10 and 11 years. Motivation was assessed using the Sports Motivation Scale (SMS), while swimming learning was assessed using aquatic motor skills. The results showed that swimmers with low levels of motivation exhibit low learning levels. In conclusion, a lack of motivation in the swimming learning process has negatively impacted the development and improvement of aquatic skills, limiting the athletes' progress and confidence.

Keywords: Motivation; Learning; Extrinsic; Intrinsic; Swimming.

Introducción

El aprendizaje de la natación es un proceso fundamental que va más allá de la simple adquisición de habilidades motrices en el agua. Se trata de una disciplina que requiere el desarrollo de coordinación, control respiratorio, adaptación al medio acuático y confianza en el propio cuerpo para desplazarse de manera segura y eficiente. Además, Murcia Moreno (2021), asegura que la natación no solo es un deporte, sino también una habilidad esencial para la seguridad personal y la prevención de accidentes en medios acuáticos.

Este aprendizaje varía de acuerdo con la edad, la experiencia previa y las características individuales de cada nadador. Para muchos principiantes, especialmente los niños, el agua puede representar un entorno desafiante que requiere superar miedos y generar confianza. En este sentido (Espinoza et al., 2019), la enseñanza debe estar estructurada en fases que permitan una adaptación paulatina, pasando por la familiarización con el agua, el dominio de la flotación, la respiración y el desarrollo de técnicas específicas de nado.

Sin embargo, el proceso de aprendizaje no depende únicamente de factores físicos o técnicos, sino también de aspectos psicológicos y emocionales, entre los cuales la motivación juega un papel clave, así lo menciona Szemes et al. (2017). La motivación determina el nivel de interés, compromiso y persistencia del estudiante en su formación acuática. Una persona motivada tendrá mayor disposición para enfrentar retos, superar miedos y esforzarse por mejorar sus habilidades. Por el contrario, la falta de motivación puede generar frustración, desinterés o incluso el abandono de la práctica.

Investigaciones previas han evidenciado que la motivación puede influir en el proceso de aprendizaje según Urrego y Orozco (2022), la falta de motivación puede generar desinterés, inseguridad y en algunos casos el abandono de la práctica, esto puede traducirse en un bajo compromiso con el entrenamiento, dificultades para superar el miedo al agua y una menor disposición para enfrentar los desafíos técnicos del aprendizaje.

La motivación es la fuerza que impulsa a las personas a hacer algo, como lo argumentan Wigfield et al. (2015), es el motivo por el cual los deportistas se esfuerzan para alcanzar una meta, ya sea por gusto, por una recompensa o por necesidad, lo que les permite mantenerse en movimiento y evita rendirse.

Mientras que para Naranjo Pereira (2009), la motivación significa “movimiento”, y eso es exactamente lo que lleva a las personas a alcanzar un objetivo. Es un factor clave en el comportamiento, ya que facilita la toma de decisiones y la persistencia en ellas, para comprender la motivación, es necesario analizar primero lo que piensa y siente. Por esta razón, las emociones impulsan a seguir adelante y contribuyendo a mantener el enfoque en las metas.

Si bien la motivación es importante en todos los ámbitos, en el contexto deportivo, constituye un factor muy relevante para el aprendizaje y el rendimiento, ya que influye en la perseverancia y la dedicación del deportista como lo mencionan (Ntoumanis et al., 2017). La motivación no solo determina la cantidad de esfuerzo invertido en una actividad, sino que también afecta la calidad del aprendizaje, la disposición para enfrentar desafíos y la capacidad de superar dificultades.

Con respecto a la motivación en el aprendizaje de natación Angulo y Mendoza (2022), señalan que esta representa el impulso que lleva a una persona a participar, esforzarse y perseverar en su proceso de aprendizaje en el agua. Una buena motivación hacia el deportista es clave para superar miedos en la práctica de natación, como también mejora habilidades ya sea técnicas o tácticas y por último se puede mantener el compromiso en cada sesión de entrenamiento.

Dentro de este marco esta la motivación intrínseca, la cual, según señalan Gopalan et al. (2017), puede estar impulsada por el interés y disfrute personal. Además, Escamilla et al. (2020), exponen a que este surge del deseo interno de aprender o mejorar en una actividad sin necesidad de recompensas externas.

Entonces la motivación influye en el desarrollo y mejora de habilidades acuáticas de diferentes maneras, ya que los nadadores con una motivación interna tienden a practicar con mayor frecuencia y a perfeccionar sus habilidades.

Por otro lado, Manjarrez et al. (2020), señalan que la motivación extrínseca está relacionada con factores externos como el reconocimiento o la necesidad de cumplir un objetivo. De manera similar, Vázquez y López (2019), consideran que este se basa en factores externos como recompensas, castigos o reconocimiento. En este sentido, los premios, elogios y metas de corto y largo plazo en la práctica de natación pueden potenciar el aprendizaje y el desempeño.

Además de la motivación intrínseca y extrínseca, el entorno familiar juega un papel clave en el aprendizaje de la natación. Según Alvarez et al. (2021), señalan que el apoyo de los familiares puede ser un factor clave en la permanencia y el progreso del nadador, ya que refuerza su confianza y compromiso con la actividad. Celebrar sus logros, acompañarlo en los entrenamientos y crear un

ambiente positivo ayuda a que disfrute más del proceso y se mantenga motivado. Cuando la familia muestra interés en su desarrollo deportivo a largo plazo, El nadador adquiere mayor disciplina y responsabilidad, lo que mejora su rendimiento y adaptación al medio acuático.

En cuanto a la falta de motivación, Gapa & Tagare (2023), la describen como la ausencia total de interés, lo que puede llevar a la persona a abandonar una actividad. De manera similar, estos autores comentan que cuando la persona no encuentra sentido en la práctica, no se experimenta satisfacción al hacerlo ni espera tener una recompensa, esto al final puede llevar a la frustración, un desinterés o abandono de la actividad.

La ausencia de motivación puede hacer que el deportista pierda completamente el interés o la razón para participar en la práctica de natación o no crea que sea necesario tener un propósito para aprender habilidades en el medio acuático y se sienta frustrado, desmotivado. En algunos casos, la participación en la actividad puede deberse únicamente a la influencia de personas externas, lo que impide que el nadador disfrute de la práctica o identifique un beneficio en su continuidad, aumentando así la posibilidad del abandono del deporte de natación.

Para el aprendizaje de natación, no solo es necesario dominar los movimientos en el agua sino también desarrollar una adaptación adecuada al medio y confianza para moverse con seguridad, eficiencia. En este contexto, la motivación juega un papel fundamental en el disfrute del proceso de aprendizaje.

Por tal motivo según Encalada Hidalgo (2024), el aprendizaje de la natación implica la adquisición de habilidades motoras y cognitivas necesarias para desenvolverse en el medio acuático. Este aprendizaje implica que el deportista se familiariza con los movimientos y comprende las técnicas básicas, mejora la técnica mediante la práctica repetida y la retroalimentación y por último los movimientos se ejecuten de manera fluida y de manera automática.

En este sentido, Moura et al. (2022), describe la familiarización como la adaptación inicial al agua, en el cual la persona desarrolla comodidad y curiosidad por explorar el entorno acuático. Este primer contacto contribuye a reducir el miedo y aumentar la confianza, incluyendo actividades como juegos, salpicaduras y flotación asistida.

Por su parte, Button et al. (2020), destacan la importancia del control de la respiración, considerándolo un elemento esencial en la natación. Para realizar la práctica de la respiración se necesitan técnicas de inspiración fuera del agua y espiración dentro del agua, lo que contribuye a mejorar la capacidad en los distintos estilos de natación.

Otro aspecto relevante es la inmersión, entendida como la capacidad de sumergirse completamente bajo el agua manteniendo la calma. Esta habilidad es la parte más importante en la natación ya que en el nadador tiene que tener confianza y motivación para lograr el objetivo de introducirse por completo en el agua sin experimentar pánico.

Asimismo, los desplazamientos representan una fase clave en el aprendizaje de la natación. Tortello (2020), indica que estos implican el movimiento a través del agua utilizando diferentes técnicas, como la propulsión con las piernas, la utilización de los brazos y una coordinación del cuerpo. El desarrollo de esta capacidad es una de las más importantes debido a que nos va a permitir alcanzar una mayor velocidad sin mucho esfuerzo.

Estudios previos han señalado que la motivación influye significativamente en el proceso de aprendizaje en el agua, no solo durante la enseñanza, sino también constancia y el progreso del nadador. La falta de motivación puede generar efectos negativos como frustración, ansiedad y desinterés, lo que dificulta el desarrollo de habilidades acuáticas y la confianza en el agua. Por el contrario, una motivación adecuada favorece el disfrute, la perseverancia y el éxito en la adaptación al medio acuático (Teixeira et al., 2020).

De acuerdo a lo expuesto, el objetivo de esta investigación es determinar la influencia de la motivación en el aprendizaje de la natación, analizando como los tipos de motivación intrínseca, extrínseca y la no motivación impactan en el desarrollo de habilidades acuáticas y en el progreso del proceso de enseñanza-aprendizaje.

Metodología

El presente estudio responde a un enfoque de investigación cuantitativo, de tipo descriptivo, de corte transversal, aplicando el método inductivo para llegar a la solución del problema de investigación planteado.

Población y muestra

La población de estudio está considerada con un total de 30 nadadores de nivel de aprendizaje de la provincia del Azuay (10 mujeres y 20 hombres) con edades comprendidas entre los 10 y 11 años. Para la selección de los participantes se aplicó el muestreo no probabilístico por cuotas se determinará la muestra de estudio. Como criterio de inclusión se considera únicamente a deportistas que se encuentren en proceso de aprendizaje y que posean habilidades básicas para desplazarse en el medio acuático.

Instrumentos

Escala de motivación deportiva (EMD) de Briere et al. (1995) y Balaguer et al. (2007): usado como instrumento de medición para la motivación y este compuesto por un total de 28 **ítems**, con el fin de analizar la motivación intrínseca se usan los **ítems** (1, 2, 4, 27, 23, 13, 18, 25, 8, 12, 15, 20).

Con la motivación extrínseca se usan los siguientes **ítems** (7,11,17,24, 9, 14, 21 26, 6, 10, 16, 22) y la no motivación (3,5,19,28). Cada ítem está formulado para identificar las razones que impulsan la participación en la actividad deportiva, permitiendo analizar con precisión si la conducta está impulsada por el interés personal, recompensas externas o una falta total de motivación. La EMD ofrece información valiosa para comprender el perfil motivacional de los nadadores y su relación con el compromiso, la persistencia y el rendimiento.

Control de la competencia motriz acuática (Moreno, 2005): usado para la evaluación de aprendizaje de natación. Este control está compuesto por 10 **ítems**, con el propósito de analizar el nivel de aprendizaje demostrando sus habilidades acuáticas. La puntuación obtenida permite clasificar el nivel de competencia de los nadadores en categorías que reflejan su progreso y dominio técnico.

Procedimiento

El estudio fue realizado la fecha de 1 de marzo del 2025 hasta el 25 de marzo del 2025, para la aplicación de los instrumentos de medición, se solicitó la autorización de los representantes legales de los nadadores mediante un consentimiento informado, en el cual se explicaron los objetivos de la investigación, el carácter voluntario de la participación y la confidencialidad de los datos. Asimismo, se obtuvo la aprobación del presidente de la misma para llevar a cabo el estudio en sus instalaciones.

Se utilizó el programa informático Excel y el paquete estadístico SPSS versión 27 para el análisis estadístico de verificación de los resultados del estudio, aplicando un análisis descriptivo para las variables.

Para el levantamiento de la información del test aplicado se utilizó la herramienta drive formularios Google, para una escala de Likert de 28 ítems con 4 puntos de referencia el cual se tuvo información relevante en cuanto a la motivación.

Resultados

En esta sección se presentan los resultados obtenidos en relación con los niveles de motivación de los participantes en el estudio. La Tabla 1 muestra la distribución de la motivación en tres categorías: motivación intrínseca (MI), motivación extrínseca (ME) y ausencia de motivación (NO), expresadas en frecuencia absoluta y porcentaje.

Tabla 1. Nivel de motivación

Nivel de Motivación	Frecuencia (N)	Porcentaje (%)
Motivación Intrínseca (MI)	32.30	32.30
Motivación Extrínseca (ME)	28.10	28.10
Ausencia de Motivación (NO)	39.70	39.70
Total	100	100

Fuente: elaboración propia.

De acuerdo con la Tabla 2, los niveles de aprendizaje se distribuyen de la siguiente manera: se identificaron tres niveles de aprendizaje: bajo (43%), medio (30%) y alto (27%), demostradas con frecuencia y porcentaje.

Tabla 2. Nivel de aprendizaje

Nivel de Aprendizaje	Frecuencia (N)	Porcentaje (%)
Bajo	13	43
Medio	9	30
Alto	8	27
Total	30	100

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 3 que se muestra a continuación se analizó la relación entre el nivel de aprendizaje y la motivación. Los resultados revelan diferencias significativas en los niveles de motivación intrínseca (MI), motivación extrínseca (ME) y ausencia de motivación (NO) en función del aprendizaje en el agua o su desempeño en la misma.

Tabla 3. Relación entre el Nivel de Aprendizaje y la Motivación

Nivel de Aprendizaje	Motivación Intrínseca (MI)	Motivación Extrínseca (ME)	Ausencia de Motivación (NO)
Alto	33.31%	27.08%	44.62%
Medio	28.11%	26.11%	45.78%
Bajo	21.50%	36.25%	42.25%

Fuente: elaboración propia.

Discusión

En la presente investigación se obtuvo información importante en relación a la motivación y el aprendizaje de la natación en los deportistas, se determina que el 39.70 % de los nadadores tienen un alto nivel de ausencia de motivación (NO), lo que significa que su interés y compromiso con el aprendizaje de la natación son bajos. Esto puede deberse a experiencias negativas previas, como fracasos repetidos, comparaciones con compañeros más avanzados o falta de acompañamiento

emocional por parte de los familiares o del entrenador, también un entorno de entrenamiento poco estimulante o a la falta de apoyo y reconocimiento. De acuerdo con Bravo et al. (2015), cuando los deportistas no encuentran un sentido en lo que aprenden o sienten que no tienen control sobre su progreso, es más probable que pierdan el interés y abandonen la actividad. Esta desmotivación no solo afecta su progreso en la natación, sino también su bienestar emocional y físico.

Al analizar los resultados de la motivación intrínseca (MI) presenta un 32.30% es decir que los deportistas tienden a tener interés, curiosidad y una satisfacción personal al realizar la actividad. En opinión de Jumah et al. (2024), está estrechamente relacionada con la autonomía del deportista, cuando los nadadores tienen la oportunidad de establecer sus propios objetivos y recibir retroalimentación significativa, es más probable que desarrollen una conexión más fuerte con la actividad, aumentando su nivel de compromiso y disfrute.

En cuanto al nivel de motivación extrínseca (ME), presenta un 28.10% lo que quiere decir que los nadadores están motivados por factores externos, como la búsqueda de recompensas, el reconocimiento social o la presión de entrenadores y familiares. Si bien este juega un papel importante en el aprendizaje, pero su impacto puede ser menos duradero. En palabras de Almagro et al. (2020), aunque la motivación extrínseca puede ser efectiva en el corto plazo para mejorar el rendimiento, no siempre garantiza la permanencia en la actividad si el individuo no desarrolla una conexión personal con la misma.

En el análisis de los niveles de aprendizaje se analizó que la mayor proporción de participantes se encuentra en niveles bajos y medios de aprendizaje lo que indica que existe un reto en el proceso de enseñanza y en la adquisición de habilidades acuáticas, lo que puede estar influenciado por diversos factores, como la motivación, las estrategias de enseñanza y la experiencia previa en el medio acuático.

Para empezar, se presenta con un 43% de los nadadores un nivel bajo aprendizaje, lo que indica dificultades en la adquisición de las habilidades fundamentales de la natación. Esto puede estar relacionado por falta de motivación lo que genera falta de confianza en el agua, técnicas inadecuadas o una enseñanza poco adaptada a sus necesidades individuales. En contraste en un nivel medio está el 30%, lo que implica que estos nadadores han desarrollado ciertas destrezas, pero aún presentan áreas de mejora en cuanto a técnica, resistencia y confianza. Por último, solo el 27% alcanza un nivel alto de aprendizaje, lo que sugiere que menos de un tercio de los participantes ha logrado consolidar las habilidades necesarias para un desempeño eficiente en el agua.

Ahora con los datos de la relación entre el nivel de aprendizaje y la motivación se observa la ausencia de motivación, los valores más elevados se presentan en los niveles medio 45,78% y alto 44,62%, en comparación con el nivel bajo 42,25%. Este resultado sugiere que, aunque algunos nadadores han alcanzado niveles de aprendizaje en habilidades acuáticas más altos, pueden experimentar una pérdida de interés o frustración debido a la falta de objetivos claros, entrenamiento

rutinario o ausencia de apoyo por parte de personas externas como son familiares como también un psicólogo deportivo. Investigaciones previas como la de Anballesta & Santana (2023), han demostrado que la falta de motivación puede llevar al abandono de la actividad deportiva y afectar el bienestar psicológico del deportista.

Según el análisis de Sierra et al. (2019), que la ausencia de motivación en el aprendizaje de la natación puede representar un obstáculo significativo para el desarrollo de habilidades acuáticas esto se traduce en una falta de interés en mejorar la técnica, poca disposición para enfrentar nuevos desafíos y, en muchos casos, una actitud de resistencia hacia el entrenamiento. Es fundamental identificar las causas ocultas de esta desmotivación y aplicar estrategias que promuevan el interés y la continuidad.

Por otro lado, se observa que la motivación extrínseca es mayor en los nadadores de nivel bajo 36,25% en comparación con los de nivel medio 26,11% y alto 27,08%. La dependencia de factores externos para mantener el compromiso con la práctica podría indicar que estos nadadores necesitan incentivos como recompensas, elogios o presión social para continuar su aprendizaje. A partir del estudio de Thomas & Güllich (2019), que la motivación extrínseca, aunque útil en el corto plazo, puede no ser suficiente para sostener el compromiso y el rendimiento a largo plazo en el deporte. Es posible que solo participe en la actividad por incentivos externos y no por un interés genuino en mejorar sus habilidades. Esta situación se puede deberse a varios factores como la presión de los padres para que practiquen un deporte, la obligación de cumplir con un requisito escolar, como también la influencia de los entrenadores que priorizan el rendimiento por encima del disfrute personal.

Cuando la motivación se basa únicamente en estos factores externos, existe un alto porcentaje de riesgo de desinterés, frustración y eventual abandono de la actividad si los incentivos desaparecen o dejan de ser satisfactorios. Por ello, es recomendable combinarla con estrategias que fomenten el interés personal.

Finalmente, los datos reflejan una tendencia en la que los nadadores con un nivel alto de aprendizaje presentan mayores niveles de motivación intrínseca 33,31% en comparación con los de nivel bajo 21,50% y medio 28,11% esto es un factor clave en la adquisición de habilidades acuáticas en natación. De acuerdo con Stoa et al. (2020), los deportistas con alta motivación intrínseca tienden a mostrar mayor persistencia en la práctica, lo que se traduce en un aprendizaje más efectivo, estos deportistas experimentan placer y satisfacción al mejorar sus habilidades en el agua, lo que probablemente refuerza su compromiso con el entrenamiento además serán más constantes en sus entrenamientos y más propensos a alcanzar un alto nivel de competencia. Por ejemplo, un nadador que disfruta del desafío de perfeccionar su brazada o que experimenta satisfacción al reducir su tiempo en una prueba puede mantener su interés en la natación sin necesidad de recompensas externas.

Propuesta

La presente propuesta busca fortalecer el aprendizaje de la natación, considerando que la motivación es un factor clave en este proceso. Como se evidenció en los resultados, la motivación desempeña un papel fundamental en el aprendizaje de la natación, influyendo directamente en el progreso técnico y en la permanencia de los deportistas en el proceso de formación. En este sentido, es crucial diseñar estrategias que estimulen la motivación intrínseca y extrínseca, minimizando los efectos de la desmotivación y asegurando un entorno de enseñanza positivo. A continuación, se detallan algunas propuestas para optimizar el aprendizaje de la natación desde un enfoque motivacional.

Tabla 4. Estrategias motivacionales para el aprendizaje de la natación.

Tipo de motivación	Propuesta	Objetivo
Intrínseca	Juegos acuáticos, retos individuales, libertad de exploración en el agua	Fomentar la autonomía y la diversión en el aprendizaje
Extrínseca	Reconocimientos, incentivos visuales como medallas, diplomas y elogios del entrenador	Reforzar el esfuerzo y generar confianza
No motivación	Adaptación progresiva, acompañamiento emocional, establecimiento de metas realistas	Reducir la ansiedad y aumentar el compromiso

Fuente: elaboración propia.

Tabla 5. Estrategias en cada fase del aprendizaje de natación

Fase	Propuesta	Objetivo
Familiarización con el agua	Uso de materiales lúdicos (pelotas, flotadores) y actividades en grupo	Reducir el miedo y generar confianza en el agua
Desarrollo de habilidades básicas	Refuerzo positivo constante y establecimiento de pequeños logros alcanzables	Mantener la motivación y promover el aprendizaje progresivo
Perfeccionamiento técnico	Competencias amistosas, registro de avances y retroalimentación personalizada	Fomentar la superación personal y la mejora continua

Fuente: elaboración propia.

Para promover el aprendizaje de la natación es esencial integrar estrategias motivacionales en la enseñanza. Se recomienda que los entrenadores incorporen metodologías flexibles y adaptadas a las necesidades de cada nadador, promoviendo una experiencia enriquecedora que favorezca la adquisición de habilidades acuáticas de manera efectiva y duradera.

Conclusión

Después de completar el análisis de los resultados obtenidos mediante el instrumento de investigación, se ha llegado a la siguiente conclusión que los resultados de investigación demuestran que la motivación juega un papel importante en la adquisición y perfeccionamiento de las habilidades acuáticas.

La ausencia de motivación se relaciona con los niveles bajos de aprendizaje, es importante señalar que los nadadores con menor motivación, ya sea intrínseca o extrínseca, presentan dificultades para desarrollar sus habilidades acuáticas, lo que podría llevar al abandono de la práctica si no se implementan estrategias de apoyo adecuadas. Los nadadores con mayor motivación intrínseca, muestran un mejor desempeño y persistencia en el aprendizaje, ya que los nadadores motivados internamente muestran una mayor disposición para superar desafíos y mejorar sus habilidades de manera constante.

Por otro lado, la motivación extrínseca, aunque útil en el corto plazo, no garantiza la permanencia ni el disfrute en el proceso de aprendizaje, y su efectividad disminuye con el tiempo si no se acompaña de un interés por la actividad.

Es importante también destacar la importancia del apoyo familiar en el aprendizaje de la natación. Un entorno positivo, con refuerzo y reconocimiento, aumenta la motivación y el progreso. Además, las estrategias de enseñanza deben adaptarse a las necesidades individuales de cada nadador, fomentando el interés personal y el disfrute del proceso.

Asimismo, es fundamental que los entrenadores desarrollen competencias en el área de la motivación, ya que su rol influye directamente en la actitud y el compromiso de los nadadores. La implementación de metodologías activas, dinámicas y centradas en el estudiante puede favorecer un clima motivacional positivo. Además, promover la autonomía, el sentido de competencia y la vinculación social dentro del grupo de aprendizaje puede fortalecer la motivación intrínseca, generando una experiencia formativa más enriquecedora y sostenible a lo largo del tiempo.

En conclusión, la motivación es un factor importante y decisivo para el éxito en el aprendizaje de la natación, y su adecuada gestión, junto con un enfoque metodológico adaptado, puede mejorar significativamente el desarrollo de habilidades y el compromiso en los nadadores.

Referencias

Button, C., Button, A., Jackson, A. M., Cotter, J., & Maraj, B. (2020). Teaching foundational aquatic skills to children in open water environments. *International journal of aquatic research and education*, 13(1). <https://doi.org/10.25035/ijare.13.01.01>

- Almagro, B. J., Sáenz López, P., Fierro Suero, S., & Conde, C. (2020). Perceived performance, intrinsic motivation and adherence in athletes. *International journal of environmental research and public health*, 17(24). <https://doi.org/10.3390/ijerph17249441>
- Alvarez, O., Tormo Barahona, L., Castillo, I., & Moreno Murcia, J. A. (2021). Examining controlling styles of significant others and their implications for motivation, boredom and burnout in young swimmers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph18115828>
- Anballesta, A., & Santana, M. V. (2023). Disfrute y motivación en la práctica de actividad física y satisfacción con los servicios deportivos durante la adolescencia. *Retos*, 47, 51–60. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.94986>
- Angulo Piernas, P., & Mendoza Castejón, D. (2022). *Metodología de la enseñanza de la natación en niños* [Tesis de grado, Universidad Europea de Madrid].
- Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2007). Propiedades psicométricas de la escala de motivación deportiva en deportistas españoles. *Revista Mexicana de Psicología*, 24(2), 197-207.
- Bravo Guevara, A. G., Tirira Cuayal, B., Ponce Guerrero, P. M., & Odio, M. A. (2015). Análisis de la escala de motivación deportiva en la categoría sub16 de la escuela de fútbol “El Nacional”. *Lecturas: Educación física y deportes*, (21).
- Brière, N. M., Vallerand, R. J., Blais, M. R., & Pelletier, L. G. (1995). Développement et Validation d'une Mesure de Motivation Intrinsèque, Extrinsèque et d'Amotivation en Contexte Sportif: L'Échelle de Motivation dans les Sports (ÉMS). *International Journal of Sport Psychology*, 26(4), 465–489.
- Encalada Hidalgo, V. R. (2024). Desarrollo de habilidades motrices básicas acuáticas: Una propuesta pedagógica para la enseñanza-aprendizaje de natación en grupos heterogéneos. *Sciencevolution*, 3(11), 87–94. <https://doi.org/10.61325/ser.v3i11.101>
- Escamilla Fajardo, P., Alguacil Jiménez, M., & González Serrano, M. (2020). Variables predictoras de la motivación deportiva en estudiantes de secundaria federados y no federados. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*. *Retos*, 38, 58–65. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.73551>
- Espinoza Álvarez, E., Jordán Sánchez, J. W., Hidalgo Álava, D., & Sánchez Castro, E. (2019). La ambientación al medio acuático durante el aprendizaje de la natación infantil. *Ciencia digital*, 3(2.5), 20-31. <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v3i2.5.516>
- Gapa, I. J. ., & Tagare, R. J. (2023). Descenso de interés: las razones desmotivadoras de los estudiantes de la Generación Z sobre la aversión gradual a los deportes y la recreación. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 9(1), 98–124. <https://doi.org/10.17979/sportis.2023.9.1.9076>
- Gopalan, V., Abu, J. A., Zulkifli, A. N., Alwi, A., & Che Mat, R. (2017). A review of the motivation theories in learning. *Aip conference proceedings*, 1891(1). <https://doi.org/10.1063/1.5005376>
- Jumah Alkassasbeh, W., Alawamleh, T., Aloran, H., Farash, T., & Orhan, B. E. (2024). The impact of mobile-assisted swimming applications on intrinsic motivation and fear reduction in aquatic environments among students in the swimming course. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1496733>

- Manjarrez Fuentes, N. N., Boza Valle, J. A., & Mendoza Vargas, E. Y. (2020). La motivación en el desempeño laboral de los empleados de los hoteles en el Cantón Quevedo, Ecuador. *Revista Universidad y Sociedad*, 12(1), 359-365
- Monteiro, D., Cid, L., Almeida Marino, D., Moutao, J., Vitorino, A., & Bento, T. (2017). Determinants and Reasons for Dropout in Swimming-Systematic Review. *Sports*, 5(3). <https://doi.org/10.3390/sports5030050>
- Moreno, J. A. (2005). Desarrollo y validación preliminar de escalas para la evaluación de la competencia motriz acuática en escolares. *International Journal of Sport Science*, 1(1), 14-27.
- Moreno Murcia, J. (2019). *La elección como estrategia motivacional en la enseñanza y entrenamiento de la natación*. AIDEA.
- Moura, O., Marinho, D., Morais, J., Pinto, M., Fail, L., & Neiva, H. (2022). Learn-to-swim program in a school context for a twelve-week period enhance aquatic skills and motor coordination in Brazilian children. *Retos*, 43, 316-324.
- Naranjo Pereira, M. L. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33(2), 153–170. <https://doi.org/10.15517/revedu.v33i2.510>
- Ntoumanis, N., Quested, E., Reeve, J., & Hyeon, S. (2017). *Need-supportive communication: Implications for motivation in sport, exercise, and physical activity*. Routledge.
- Orozco, A. N. (2023). *Las emociones en los niños en situación de juego en las clases de natación* [Tesis de grado, Universidad Nacional de Río Negro].
- Sierra Díaz, M. J., González Villora, S., Pastor Vicedo, J. C., & López Sánchez, G. F. (2019). Can we motivate students to practice physical activities and sports through models-based practice? A systematic review and meta-analysis of psychosocial factors related to physical education. *Frontiers in psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02115>
- Stoa, R., Fogaça, J., & Johnsen, L. (2020). Feel the pressure: Stress and intrinsic motivation in collegiate swimmers. *Journal of Issues in Intercollegiate Athletics*, 13(1).
- Szemes, A., Toth, L., & Peter, S. (2017). Sport motivation and perceived motivational climate among members of a national para-swimming team. *Cognition, Brain, Behavior*, XXI(4), 307-319.
- Teixeira, D. S., Pelletier, L. G., Monteiro, D., Rodrigues, F., Moutão, J., Marinho, D. A., & Cid, L. (2020). Motivational patterns in persistent swimmers: A serial mediation analysis. *European journal of sport science*, 20(5), 660–669. <https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1675768>
- Thomas, A., & Güllich, A. (2019). Childhood practice and play as determinants of adolescent intrinsic and extrinsic motivation among elite youth athletes. *European journal of sport science*, 19(8), 1120–1129. <https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1597170>
- Tortello, J. (2020). Programa de enseñanza para las técnicas de la disciplina de natación. *Revista Con - Ciencias Del Deporte*, 2(2), 116-128.
- Urrego Medina, M. J., & Orozco Suarez, E. (2022). *Influencia de la motivación y la emoción en el rendimiento deportivo de los nadadores del club deportivo vida en el agua* [Trabajo de grado, Universidad de Pamplona].
- Vázquez Zurita, A. C., & López Walle, J. M. (2019). Motivación extrínseca e intrínseca y satisfacción con la vida en deportistas universitarios. *Enseñanza e Investigación En Psicología*, 92-99.

Wigfield, A., Eccles, J. S., Fredricks, J. A., Simpkins, S., Roeser, R. W., & Schiefele, U. (2015). Development of achievement motivation and engagement. In M. E. Lamb, & R. M. Lerner, (eds.). *Handbook of child psychology and developmental science: Socioemotional processes* (pp. 657–700). John Wiley & Sons, Inc.

Autores

Nataly Rosalía Caldas Calle. Maestría en entrenamiento deportivo y educación física. Ex deportista de alto rendimiento. Entrenadora en el Tecniclub

Santiago Alejandro Jarrín Navas. Licenciado en ciencias de la Educación mención Cultura Física- Magister en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo Docente de la Universidad Católica de Cuenca-Ecuador

Declaración

Conflicto de interés

No tenemos ningún conflicto de interés que declarar.

Financiamiento

Sin ayuda financiera de partes externas a este artículo.

Nota

El artículo es original y no ha sido publicado previamente.