



**ingenius**  
Académico

La enseñanza y aprendizaje de la  
**NATACIÓN**

PARA EL DOMINIO DE LAS HABILIDADES  
MOTORAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 12  
AÑOS EN EL CENTRO TURÍSTICO LA RUEDA

**AUTORES**

Lic. Olmedo Javier Mármol Escobar, MSc.  
Lic. Edwin Olmedo Chávez Gavilánez, MSc.  
Lic. Adonis Gabriel Romero Miño, MSc.  
Lic. César Patricio López Ramos, MSc.

# LA ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE LA NATACIÓN PARA EL DOMINIO DE LAS HABILIDADES MOTORAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 12 AÑOS EN EL CENTRO TURÍSTICO LA RUEDA

## Autores

### **Lic. Olmedo Javier Mármol Escobar, MSc.**

Universidad Estatal de Bolívar

omarmol.ueb.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-7751-3977>

### **Lic. Edwin Olmedo Chávez Gavilánez, MSc.**

Universidad Estatal de Bolívar

echavez@ueb.edu.ec



<https://orcid.org/0000-0002-1264-0123>

### **Lic. Adonis Gabriel Romero Miño, MSc.**

Universidad Estatal de Bolívar

adromero@mailes.ueb.edu.ec



<https://orcid.org/0009-0006-1805-8114>

### **Lic. César Patricio López Ramos, MSc.**

Universidad Estatal de Bolívar

patriciolopezramos@msn.com



<https://orcid.org/0009-0009-9966-3608>

## **Cámara del Libro**

ISBN: 978-9907-0-0129-7

No Radicación: 183180

## **Servicio Nacional de Derecho de Autor (SENADI)**

Certificado N° GYE-015683

Trámite N° SENADI-2025-89618

## **Entidad Editora**

Ingenius Académico

## **Diseño y Diagramación Digital**

Francisco Segarra Mendoza

## **Edición Digital**

Octubre 2025

Libro revisado por pares académicos | DERECHOS RESERVADOS | Copyright ©2025 Ingenius Académico

El contenido de este libro no podrá ser reproducido, ni total ni parcialmente, sin el previo permiso escrito de los autores.  
Todos los derechos reservados.



# Índice

## 06 Introducción

## 07 Capítulo 1: El Problema de Investigación

Tema	08
Planteamiento del problema	08
Contextualización	08
Árbol de problemas	10
Análisis crítico	10
Prognosis	11
Formulación del problema	11
Preguntas directrices	11
Delimitación de la investigación	11
Delimitación de contenido	11
Delimitación espacial	11
Delimitación temporal	12
Unidades de observación	12
Justificación	12
Objetivos	13
Objetivo general	13
Objetivos específicos	13

## 14 Capítulo 2: Marco Teórico

Antecedentes investigativos	15
Fundamentación filosófica	17
Fundamentación ontológica	17
Fundamentación epistemológica	17
Fundamentación axiológica	18
Fundamentación legal	18
Categorías fundamentales	21
Constelación de ideas: Variable independiente	21
Constelación de ideas: Variable dependiente	22
Categorías de la variable independiente: Enseñanza aprendizaje de la natación	22



## **14 Capítulo 2: Marco Teórico**

Natación	22
Estilos de aprendizaje de natación	25
Etapas del aprendizaje de natación	27
Enseñanza-aprendizaje de la natación	30
Categorías de la variable dependiente: Habilidades motoras	37
Educación física y motricidad	37
Psicomotricidad	40
Aprendizaje motor	42
Habilidades motoras	44
Hipótesis	50
Señalamiento de variables	50
Variable independiente	50
Variable dependiente	50

## **51 Capítulo 3: Metodología**

Enfoque investigativo	52
Modalidad básica de la investigación	52
Investigación bibliográfica-documental	52
Investigación de campo	52
Nivel o tipo de investigación	52
Nivel o tipo exploratorio	52
Nivel o tipo descriptivo	52
Nivel o tipo correlacional	53
Nivel o tipo explicativo	53
Población y muestra	53
Población	53
Operacionalización de variables	54
Variable independiente: enseñanza aprendizaje de la natación	54
Variable dependiente: habilidades motoras	56
Técnicas e instrumentos	57
Técnica: la encuesta	57
Instrumento: el cuestionario	57
Técnica: la observación	58
Ficha técnica	58
Recolección de la información	59
Procesamiento y análisis de la información	59
Análisis e interpretación de resultados	59



## **60 Capítulo 4: Análisis e Interpretación de Resultados**

Encuesta dirigida a los instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda	61
Verificación de hipótesis	71
Análisis de la encuesta a los instructores	71
Cálculo de grados de libertad	72
Ficha técnica dirigida a los niños y niñas que acuden al Centro Turístico “La Rueda”	77

## **96 Capítulo 5: Conclusiones y Recomendaciones**

Conclusiones	97
Recomendaciones	98

## **99 Capítulo 6: Propuesta**

Tema	100
Datos informativos	100
Antecedentes de la propuesta	100
Justificación	101
Objetivos	101
Objetivo general	101
Objetivos específicos	101
Análisis de factibilidad	102
Fundamentación científica–teórica	103
Fundamentación técnica	105
Introducción (de la guía metodológica)	107
Matriz de plan de acción	137
Administración de la propuesta	138

## **140 Bibliografía**

## **144 Linkografía**

## INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación, titulado La enseñanza–aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el Centro Turístico La Rueda, contribuye a la estimulación muscular y a la mejora de la coordinación, incrementando la confianza y la seguridad en el control del cuerpo.

La investigación incide positivamente en la autoestima, en las habilidades motrices y sociales, así como en la relación con el medio acuático, a través del fortalecimiento de actividades lúdicas desarrolladas dentro y fuera del entorno del agua; por estas razones, y para facilitar la comprensión, el estudio se ha organizado en seis capítulos, detallados a continuación.

**CAPÍTULO I, EL PROBLEMA**, presenta las contextualizaciones y el análisis crítico, fundamentándose en la situación problemática, con énfasis en sus causas y efectos; a continuación, se expone la prognosis y la formulación del problema, el planteamiento de interrogantes, las delimitaciones, la justificación y los objetivos.

**CAPÍTULO II** corresponde al **MARCO TEÓRICO**, se realiza una recopilación de información para mencionar los antecedentes, estableciéndose las Fundamentaciones: filosófica y Legal; las categorías fundamentales, la hipótesis y el señalamiento de variables.

**CAPÍTULO III, METODOLOGÍA**, expone los enfoques y la modalidad básica de la investigación, describe los niveles o tipos, define la población y la muestra, propone técnicas e instrumentos, y organiza la operacionalización de variables, junto con el plan de recolección y el plan de procesamiento de la información.

**CAPÍTULO IV**, desarrolla el **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN** de los resultados, incorporando tablas, gráficos y la verificación de la hipótesis.

**CAPÍTULO V**, comprende las **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**, derivadas del análisis e interpretación, y detalla aspectos que sostienen la elaboración de la propuesta.

**CAPÍTULO VI**, señalado como **PROPUESTA**, reúne la información principal: incluye antecedentes, se centra en la justificación, formula los objetivos y realiza el análisis de factibilidad, lo que permite estructurar el modelo operativo y la administración para dar solución al problema.

---

# CAPÍTULO 1

## EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

---



## **Tema**

*“La Enseñanza Aprendizaje de La Natación para el Dominio de las Habilidades Motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el Centro Turístico La Rueda”*

## **Planteamiento del Problema**

### **Contextualización**

La natación es una de las disciplinas más completas y se emplea para fortalecer diversos segmentos del cuerpo humano, con énfasis en el desarrollo de las habilidades motrices, consideradas esenciales para el proceso de enseñanza–aprendizaje de múltiples asignaturas que el niño debe adquirir en el ámbito escolar.

A escala mundial, los avances de la pedagogía y los nuevos enfoques de enseñanza han mejorado el aprendizaje de la natación; sin embargo, la insuficiencia o inadecuación de la infraestructura ha reducido su uso como herramienta educativa, afectando el desarrollo de habilidades motoras y condicionando el progreso de la motricidad gruesa y fina. Además, en la enseñanza de la natación surgen dificultades cuando los niños no logran aprender a flotar, manteniendo limitaciones en los desplazamientos (Counsilman).

El aprendizaje de la natación se considera fundamental para alcanzar un mayor equilibrio en el desarrollo motor, con efectos positivos en el desarrollo integral, la personalidad y, especialmente, la conducta. No obstante, la escasa atención de algunos instructores en la enseñanza ha incrementado en el infante el temor al agua, restringiendo las progresiones básicas de flotación, respiración y propulsión.

En Ecuador, la Federación Ecuatoriana de Natación organiza seminarios de innovación con profesionales calificados, orientados a capacitar a docentes–instructores; lamentablemente, dicha formación es limitada por su baja ejecución en varias regiones, priorizando provincias con mayor población e infraestructura deportiva. Asimismo, muchos docentes e instructores no han realizado actualizaciones para perfeccionar la enseñanza de la natación, lo que desfavorece el desarrollo de habilidades psicomotrices.

Al constituirse en un deporte eficaz para fortalecer el desarrollo físico, la natación integra movimientos y desplazamientos dentro o sobre el agua mediante el uso de las extremidades. Sin embargo, el desinterés de algunos instructores en el proceso de enseñanza–aprendizaje dificulta la estimulación de las habilidades motrices, la participación, el descubrimiento y la creatividad (Aguilar).

El desinterés del educador en la enseñanza de la natación genera desconfianza,

incertidumbre y miedo a aprender a nadar; además, relaciones inadecuadas entre profesor y estudiante desmotivan el rendimiento y afectan el dominio de las habilidades motoras.

En el Centro Turístico La Rueda, la práctica de la natación como disciplina deportiva es reducida; la infraestructura resulta deficiente y la enseñanza permanece circunscrita a un enfoque tradicional, con esquemas poco funcionales para la práctica. Los instructores no aplican plenamente los conocimientos y habilidades adquiridas, lo que condiciona la selección y dosificación de actividades y ejercicios necesarios para alcanzar los objetivos propuestos.

El desinterés por la natación y por las dinámicas acuáticas ha mermado el perfeccionamiento de la formación corporal mediante el refuerzo de la educación respiratoria, relegando la regulación del tono postural y el ajuste y control de posturas, y dificultando la organización del espacio y del tiempo para el desarrollo de conductas perceptivas.

En cuanto al uso de material de ayuda en la enseñanza de la natación, conviene evitarlo en piscinas poco profundas, pues provoca problemas posturales y de movilidad. La “burbujita”, por ejemplo, induce desplazamientos en posición vertical y no favorece la consolidación del esquema corporal infantil. En piscinas profundas, estos implementos sirven para brindar seguridad y completar la fase de familiarización; no obstante, su empleo no debe abarcar toda la sesión, a fin de prevenir que el niño adquiriera una falsa sensación de autonomía.

La escasa incorporación de juegos acuáticos de carácter motor dificulta la participación activa durante la enseñanza y el aprendizaje de la natación, lo cual condiciona la consecución de un aprendizaje significativo, así como la valoración de los desplazamientos físicos y de las prácticas acuáticas.

# Árbol de Problemas

Figura 1

Árbol de Problemas



Fuente investigador elaborado por: Autores

## Análisis Crítico

En el Centro Turístico La Rueda, el desinterés por la enseñanza–aprendizaje de la natación perjudica el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años, restringiendo la práctica de actividades deportivas acuáticas.

La ausencia de una guía metodológica para la enseñanza de la natación genera un nivel de aprendizaje insuficiente, formando estudiantes con limitada capacidad motriz, lo que dificulta el perfeccionamiento de sus habilidades.

El enfoque metodológico tradicionalista en natación incrementa fobias, miedo y temor ante las actividades acuáticas, afectando el desarrollo psicológico, el componente físico, el comportamiento y la conducta; además, acrecienta un escaso desarrollo de la comprensión, el discernimiento y la aplicación de normas de natación, condicionando el autocontrol.

Asimismo, la insuficiente selección de actividades o ejercicios orientados al logro de los objetivos propuestos en natación ocasiona un uso escaso de técnicas básicas de relajación en el medio acuático, intensificando desequilibrios y tensiones tanto en la práctica deportiva como en la vida cotidiana.

La carencia de material didáctico y de accesorios para perfeccionar los movimientos mediante ejercicios específicos incrementa las limitaciones en el progreso de

habilidades motrices en el entorno acuático desde los enfoques educativo, recreativo y deportivo.

## **Prognosis**

Si no se ejecuta el estudio para resolver el problema, en el Centro Turístico La Rueda persistirá el conocimiento insuficiente del aprendizaje de la natación; aumentarán la fobia, el miedo y el temor frente a las actividades acuáticas; continuarán los desequilibrios y tensiones en la práctica deportiva y en la vida cotidiana, y se acentuarán las limitaciones en el progreso de las habilidades motrices en el contexto acuático desde la perspectiva educativa, recreativa y deportiva.

## **Formulación del problema**

¿De qué manera influye la enseñanza–aprendizaje de la natación en el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años del Centro Turístico La Rueda?

## **Preguntas directrices**

¿Cuáles son las causas que afectan la enseñanza–aprendizaje de la natación en los niños y niñas de 6 a 12 años del Centro Turístico La Rueda?

¿Cuáles son las dificultades en las habilidades motoras que presentan los niños y niñas de 6 a 12 años que acuden al Centro Turístico La Rueda?

¿Existe una alternativa de solución al desinterés en la enseñanza–aprendizaje de la natación para el dominio de habilidades motoras en los niños y niñas de 6 a 12 años que asisten al Centro Turístico La Rueda?

## **Delimitación de la Investigación**

### **Delimitación de Contenido**

**Campo:** Deportivo

**Área:** Natación

**Aspecto:** La Enseñanza Aprendizaje de la Natación para las Habilidades Motoras

### **Delimitación Espacial**

El trabajo de indagación se desplegó en Centro Turístico La Rueda ubicada en:

**Ciudad:** Guaranda

**Provincia:** Bolívar

## **Delimitación Temporal**

La indagación se formalizó durante el ciclo octubre 2016 -febrero 2017.

## **Unidades de Observación**

La exploración se dirigió a instructores, niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda.

## **Justificación**

El presente estudio se orienta a afrontar el problema del desinterés en la enseñanza–aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años del Centro Turístico La Rueda, aportando al fortalecimiento físico.

Este trabajo reviste interés porque permite optimizar el proceso de enseñanza–aprendizaje de la natación, disminuyendo la tensión muscular, la ansiedad y la depresión, previniendo enfermedades cardiovasculares y lesiones, mejorando la postura corporal y favoreciendo la autoestima.

La investigación destaca por su valor teórico y práctico, al analizar una metodología pertinente para potenciar el desarrollo de habilidades, constituyéndose en guía orientadora para futuras indagaciones vinculadas con el tema.

La propuesta es novedosa al presentar a la natación como medio para cumplir las metas del currículo de Educación Física, priorizando el progreso de habilidades motrices básicas mediante el conocimiento del cuerpo, la estructuración corporal y los hábitos de higiene en el agua.

La exploración resulta útil al promover la participación activa y reflexiva de los niños y niñas que asisten al Centro Turístico La Rueda, aportando a la construcción de experiencias formativas a través del desarrollo psicomotriz, y planteando un aprendizaje sistemático encaminado a fortalecer destrezas mediante cooperación, colaboración y consideración mutua.

El trabajo es original: se emplean las normas de la Asociación Americana de Psicología (APA) para asegurar la legitimidad de los enunciados, reforzando la fundamentación científica y utilizando bibliografía actualizada; las ideas, razonamientos y análisis son responsabilidad del autor.

La indagación impacta en el entorno educativo, específicamente en Educación Física, al facilitar la interacción del educando con el medio acuático y robustecer el dominio de habilidades motrices mediante desplazamientos y saltos, mejorando la coordinación y el equilibrio con mayor seguridad.

En su utilidad práctica, el estudio contribuye al progreso de las capacidades físicas básicas; la coordinación de movimientos favorece el control corporal y postural en el medio acuático, valorando actividades, dinámicas y juegos en el agua como espacios de disfrute, relación y recursos para el desarrollo de habilidades motoras.

Considerando las condiciones académicas del Centro Turístico La Rueda, la investigación es factible gracias al respaldo del Ing. Mario Escobar Gortaire, Mg., de los instructores y del personal institucional, lo que favorece la adquisición de valores como obediencia, intuición, paciencia y simpatía, generando un clima acuático propicio para los aprendizajes y ampliando el desarrollo de competencias educativas.

Los beneficiarios serán los niños y los instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda, puesto que se impulsa la autoconfianza desde edades tempranas, se fomenta la voluntad y el deseo de alcanzar metas, y se promueve la convivencia y la participación; la natación, como actividad recreativa, se convierte en medio para mejorar habilidades motoras, articulaciones y sistema cardiovascular.

Este trabajo contribuyó a fortalecer las habilidades motoras mediante técnicas efectivas de aprendizaje dirigidas a los niños que asisten al Centro Turístico La Rueda, de modo que cuenten con un aprendizaje significativo de la natación, alcanzando dominio, comprensión y motivación.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Examinar cómo el proceso de enseñanza–aprendizaje de la natación incide en el logro del dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años del Centro Turístico La Rueda.

### **Objetivos Específicos**

Identificar las causas que inciden en la enseñanza–aprendizaje de la natación en los niños y niñas de 6 a 12 años que asisten al Centro Turístico La Rueda.

Desarrollar las habilidades motoras para atenuar las dificultades que presentan los niños y niñas de 6 a 12 años que acuden al Centro Turístico La Rueda.

Diseñar una guía metodológica del proceso de enseñanza–aprendizaje orientada al dominio de habilidades motoras en los niños y niñas de 6 a 12 años que concurren al Centro Turístico La Rueda.

---

# CAPÍTULO 2

## MARCO TEÓRICO

---



## Antecedentes Investigativos

La investigación realizada en el Centro Turístico La Rueda, cuyo tema es la Enseñanza–Aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años, evidencia que no existe otro estudio previo directamente relacionado; a continuación, se sintetizan trabajos efectuados por educandos de otras instituciones.

En el estudio desarrollado por Ruiz, Martha Leonor, en el año 2006, titulado “*Los alumnos preescolares y la natación*”, se destaca la relevancia de la natación para fortalecer el desarrollo integral de niños y niñas, señalando que:

Investigaciones de la Academia Americana de Pediatría sobre actividades recreativas del infante en el agua concluyen que la natación ofrece la oportunidad de enseñar un deporte saludable y funciona como herramienta de seguridad ante emergencias, facilitando la vinculación con el medio acuático y preparando neurológicamente para flotar; entre sus beneficios figuran el vínculo afectivo, la estimulación sensorial y rítmica, y el impulso de habilidades como sentarse o gatear, incrementando la motricidad (M. L. Ruiz).

La natación se constituye en un estímulo que fortalece el organismo y se considera una vía positiva para apoyar el crecimiento infantil; mediante su práctica, y con la integración del padre de familia al deporte acuático, se favorece el desarrollo físico, psicológico, motriz y corporal, acrecentando la coordinación entre el movimiento de las extremidades y la respiración, por lo que el niño aprende equilibrio, colocación y control de la posición corporal.

Investigaciones previas de (Moreno Murcia) sostienen que “*la enseñanza de las actividades acuáticas consiste en un movimiento de exploración a través del cual se usa solamente el entorno acuático para la estructuración del aprendizaje y movimientos acuáticos*”; bajo estos principios, los niños son estimulados a experimentar en una amplia variedad de situaciones y condiciones.

Cuando los niños están motivados y estimulados en el aprendizaje de la natación, desarrollan habilidades motoras y adquieren valores como obediencia, responsabilidad y respeto a las diferencias individuales; la enseñanza acuática, organizada por áreas o habilidades, favorece el proceso de enseñanza–aprendizaje.

El autor (Illuzzi) plantea que, en la fase inicial, el niño reconoce sus capacidades al realizar ejercicios de forma autónoma, y que el rol del educador o instructor es incentivar procesos de indagación que susciten cambios originarios mediante preguntas como: ¿Quién puede? y, en ocasiones, muéstrame cómo puedes hacerlo; en una segunda fase

se integran las destrezas aprendidas de modo aislado, empleando nuevas situaciones problema y preguntas para ampliar el repertorio de habilidades acuáticas.

Los estudios sobre aprendizaje de movimientos acuáticos enfatizan que la etapa de aprendizaje de la natación inicia cuando el infante parte de cero y progresa hacia la adaptación, la respiración y la propulsión, logrando acomodarse al medio, aprender una respiración adecuada, superar el temor al agua y aumentar la confianza y seguridad.

En el artículo de (Carreño Vega) se considera que, en el perfeccionamiento de las etapas de formación deportiva, resulta fundamental reflexionar sobre los objetivos que se pretenden alcanzar en cada una, proceso que exige un alto nivel de disposición del deportista, cuyo desarrollo se extiende durante un largo período, que puede prolongarse entre diez y quince años, siendo esencial potenciar habilidades con proyección futura.

En la actualidad, la disciplina deportiva ha evolucionado notablemente por los avances científico–tecnológicos, promoviendo un proceso significativo; sin embargo, con frecuencia se ve afectada por la búsqueda de resultados inmediatos, lo que reduce la eficacia del trabajo del entrenador en escuelas deportivas, donde se valoran únicamente los logros de competencia. En este contexto, el entrenador tiende a reforzar una especialización temprana, que a menudo conduce al éxito solo en competencias infantiles y escolares (Carreño Vega).

A partir del criterio expuesto por el autor, se deduce que es clave reflexionar sobre el deporte de la natación, especialmente en el momento competitivo, donde prevalece la experiencia acumulada del entrenador, quien guía a sus educandos hacia el cumplimiento de objetivos y metas, manteniendo el respeto por las limitaciones individuales.

Para (R. J. Romero), la metodología del entrenamiento deportivo es determinante, sobre todo en el desarrollo de destrezas y habilidades; son los entrenadores quienes afianzan el éxito de los educandos al momento de alcanzar las metas establecidas, siendo indispensable afrontar cambios mediante el diálogo y la comunicación, con el fin de cimentar confianza y seguridad en la práctica deportiva.

La búsqueda de nuevos objetivos deportivos implica captar contenidos y actividades que permitan fomentar posibilidades de crecimiento y el desarrollo de habilidades en niños de distintas edades mediante la práctica deportiva, manteniéndose atentos a alternativas acordes con su desarrollo biológico y evitando transgredir etapas en la formación deportiva.

Las tendencias actuales del aprendizaje deportivo promueven una educación física

general y previa al contacto directo con el deporte, donde la iniciación deportiva constituye el período en que el niño comienza a aprender de manera específica, integrando la práctica deportiva dentro de una acción pedagógica.

## **Fundamentación Filosófica**

La investigación se sustenta en el modelo pedagógico global, que posibilita al ser humano comprender que existen diversas vías de solución para problemas determinados. El paradigma positivista de investigación tiene por meta identificar, a través de la natación, modificaciones conductuales, determinando el nivel de acomodación al medio acuático en los educandos durante el desarrollo de las clases, mediante actividades lúdicas en el agua que favorecen la comunicación, instauran interés por la práctica y motivan la asistencia a las sesiones de natación ((Meza Cascante), p. 123). Esta investigación subraya la relevancia de la metodología de enseñanza–aprendizaje de la natación para el dominio de habilidades motoras, aportando a una educación holística orientada a mejorar el aprender a aprender, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser; de este modo, el niño fortalece la construcción del conocimiento y alcanza un aprendizaje significativo perdurable.

## **Fundamentación Ontológica**

Para (Ramírez Torrealba), en los procesos de conocimiento durante el crecimiento, el deporte contribuye al dominio del Ser, propiciando un aprendizaje transformacional que, con respeto, interpela percepciones e interpretaciones, y mediante el cual la persona adquiere conductas y habilidades que potencian creatividad, protagonismo y proactividad; así se generan competencias emocionales, del hacer, del pensar y de la comunicación (p. 23). En natación, la ontología (al estudiar al ser humano) orienta a fortalecer habilidades que incrementen bienestar y seguridad en la consecución de resultados, desarrollando actitudes y aptitudes para crear nuevas posibilidades, descubrir significados y alcanzar eficacia en los logros.

## **Fundamentación Epistemológica**

Según (Pozo), la epistemología procede etimológicamente de dos raíces griegas: *epistheme* (conocimiento) y *logos* (razón), y se vincula aquí al empleo de distintas actividades, como la natación, para fortalecer el pensamiento que, desde miradas diversas, favorece las conductas motrices, ya sea desde la actividad física o desde prácticas corporales. Con base en el conocimiento, el ser humano desarrolla habilidades intelectuales; y, a partir de la natación, el niño desarrolla y afianza habilidades motrices sustentadas en capacidades condicionales y coordinativas: las primeras, ligadas a

factores físicos de la condición y adaptaciones orgánicas; las segundas, dependientes de estructuras neurológicas y de técnicas de orientación y regulación del movimiento.

## **Fundamentación Axiológica**

Para Zurita, la axiología en natación integra el desarrollo de actividades que fortalezcan valores como la tolerancia, en búsqueda de un ser humano que comprenda y respete la diversidad, reconociendo que los valores orientan la conducta y la vida de cada individuo y de cada grupo social. En esa línea, mediante el deporte la persona adquiere conocimientos y habilidades que robustecen la motricidad, requiriendo valores como paciencia, tolerancia, responsabilidad y, sobre todo, respeto a las limitaciones humanas; bajo el paradigma constructivo se promueven convivencia, obediencia, solidaridad, compromiso y honestidad, impulsando la autonomía.

## **Fundamentación Legal**

La investigación se fundamenta en la Constitución de la República del Ecuador, Título II, De los Derechos, Sección V, Educación.

**Art. 26.** La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber inevitable e injustificable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir.

**Art. 27.** La educación se centralizará en el ser humano y garantizará su desarrollo holístico, en el marco de respeto a los derechos humanos, al medio ambiente sustentable y a la democracia; será interactiva, obligatoria, intercultural, democrática, incluyente y diversa de calidad y calidez.

**Art. 82.-** El estado salvaguardará, avivará, proveerá y sistematizará la cultura física, el entretenimiento y recreación, como acciones para el progreso integral de los individuos; suministrará de recursos e infraestructura que admita la masificación de dichas actividades.

La educación es esencial para el progreso social, por lo que resulta relevante mejorar los métodos empleados en las distintas áreas del conocimiento. En este marco, la natación promueve el desarrollo de habilidades motoras, utilizando el medio acuático como escenario para el fortalecimiento de la motricidad.

Además, se atiende a la Ley del Deporte, Educación Física y Recreación del Ecuador, cuyo Artículo 2 establece que:

Al Estado le corresponde: literal a, proteger, estimular, promover y coordinar las

actividades físicas, deportivas y de recreación de la población ecuatoriana; así como planificar, fomentar y desarrollar el deporte, la educación física y la recreación, **literal b**, proveer los recursos económicos e infraestructura que permita manifestar estas actividades físicas- deportivas- recreativas.

Mediante la Ley del Deporte se persigue formar de un modo integral y solidario al ser humano, provocando sus capacidades acústicas, espirituales y éticas, teniendo como meta el conseguir el mejorar la calidad de vida, contribuyendo con ello al desarrollo familiar, social y productivo.

Así mismo, debemos manifestar lo señalado en el Título V: De la Educación Física, en el:

**Art. 81.-** De la Educación Física. La Educación Física comprenderá las actividades que desarrollen las instituciones de educación de nivel Pre-básico, básico, bachillerato y superior, considerándola como una área básica que fundamenta su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de los mecanismos apropiados para la estimulación y desarrollo psicomotriz.

**Art. 82.-** De los contenidos y su aplicación.- Los establecimientos educativos de todos los niveles deben aplicar en sus contenidos de estudio y mallas curriculares la cátedra de educación física, la misma que deberá ser impartida cumpliendo un carga horaria que consienta estimular efectivamente el perfeccionamiento de las capacidades corporales.

El sistema educativo ecuatoriano considerado como ente rector para el alcance de una educación con calidad y calidez, resalta la presencia de la natación como disciplina que contribuye en el desarrollo de habilidades motrices, contribuyendo en el equilibrio corporal y posteriormente aportan en el desarrollo intelectual.

Título VII. Régimen del Buen Vivir Capítulo I Inclusión y Equidad

**Art. 340.-**El sistema nacional de inclusión y equidad social es el conjunto articulado y coordinado de sistemas, instituciones, políticas, normas, programas y servicios que aseguran el ejercicio, garantía y exigibilidad de los derechos reconocidos en la Constitución y el cumplimiento de los objetivos del régimen de desarrollo.

El sistema se articulará al Plan Nacional de Desarrollo y al sistema nacional descentralizado de planificación interactiva; se guiará por las iniciaciones de generalidad, identidad, equidad, interculturalidad, solidaridad, disminuyendo la discriminación; enfatizando en los criterios de perfección, vigencia, eficacia, claridad, responsabilidad y colaboración, acrecentando la participación de la ciudadanía sin

ningún tipo de discriminación.

En el Capítulo VII. Cultura Física y tiempo libre, se menciona los artículos:

**Art. 381.-** El Estado preservará, comenzará y coordinará la cultura física que percibe el deporte, la instrucción física y la distracción, como actividades que ayudan a la salud, adiestramiento y perfeccionamiento integral; promoverá el acceso al pasatiempo y las habilidades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial; favorecerá la participación de los practicantes en competencias nacionales e internacionales, incluyendo los denominados Juegos a través de Olimpiadas, logrando el desarrollo psicomotriz, las habilidades para incrementar la expresión del cuerpo y la mente.

**Art. 382.-** Se reconoce la autonomía de las organizaciones deportivas y de la administración de los escenarios deportivos y demás instalaciones destinadas a la práctica del deporte, de acuerdo con la ley.

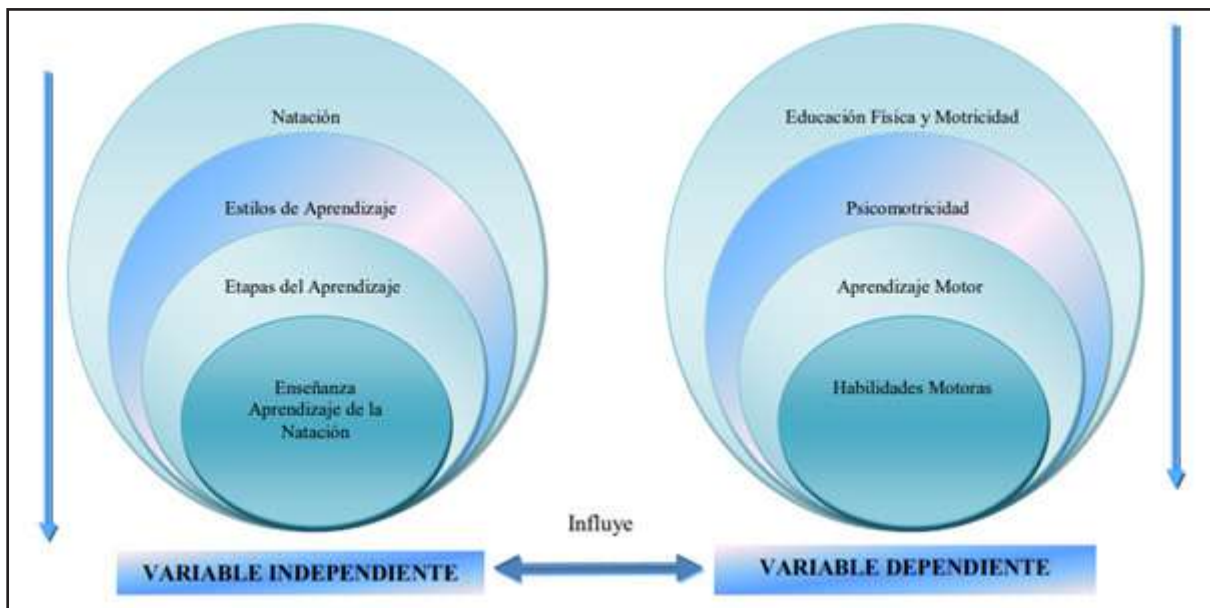
**Art. 383.-** Se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para su disfrute, y la promoción de actividades para el esparcimiento, descanso y desarrollo de la personalidad.

Los artículos referidos establecen que el Estado asegurará los recursos y la infraestructura necesarios; dichos recursos estarán sujetos a control estatal y rendición de cuentas y deberán distribuirse de manera equitativa, con énfasis en la práctica del deporte, la educación física y la recreación. Se promoverá el uso adecuado del tiempo libre para favorecer el desarrollo integral de la población.

## Categorías Fundamentales

Figura 2

*Categorías Fundamentales*

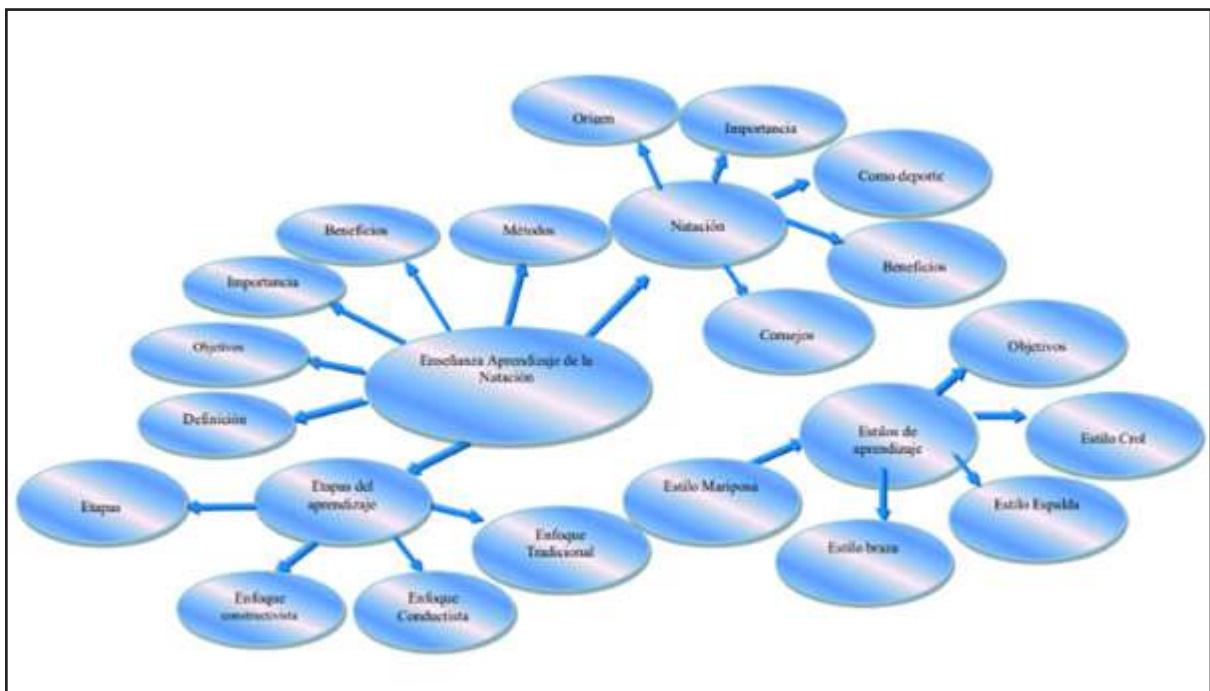


*Fuente investigadora elaborada por: Autores*

## Constelación de Ideas. Variable Independiente

Figura 3

*Constelación de Ideas. Variable Independiente*

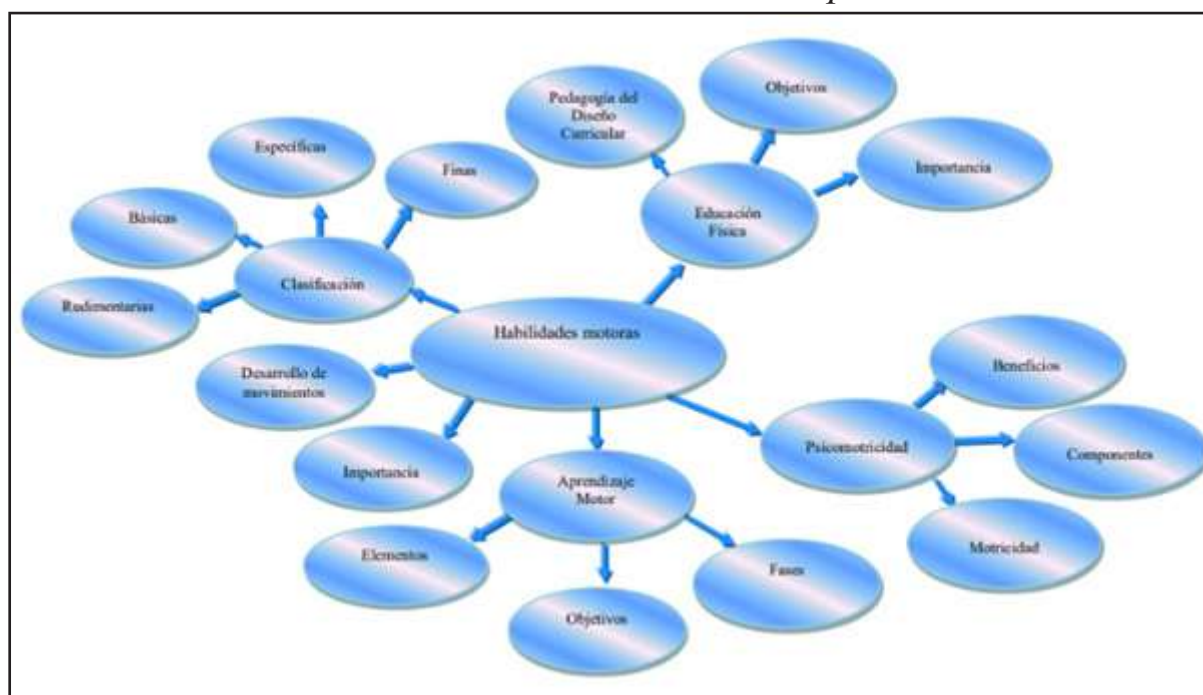


*Fuente investigadora elaborada por: Autores*

## Constelación de Ideas. Variable Dependiente

Figura 4

*Constelación de Ideas. Variable Independiente*



*Fuente investigadora elaborada por: Autores*

## Categorías de la Variable Independiente Enseñanza Aprendizaje de la Natación

### Natación

La natación fue valorada como disciplina en civilizaciones antiguas como Grecia y Roma, donde se empleaba como método de entrenamiento para los guerreros; más tarde, en Japón se organizaron competiciones. Durante la Edad Media europea su práctica quedó casi relegada, pues la inmersión en agua se asociaba con brotes epidémicos. Ya en el siglo XIX dicho prejuicio se disipó y, en el XX, la natación pasó a considerarse también un sistema de terapia física.

El origen de la natación es remoto: el dominio del agua forma parte de la adaptación humana. Entre los egipcios, el arte de nadar ocupaba un lugar central en la educación pública, junto con el reconocimiento de los beneficios terapéuticos del agua, como lo evidencian jeroglíficos que datan de dos mil quinientos años antes de Cristo.

En las antiguas Grecia y Roma, la natación se integró al adiestramiento militar y, en efecto, saber nadar llegó a ser un rasgo de distinción social; esta dimensión castrense se ha mantenido reforzada hasta la actualidad (Cantalops, Ponseti, Vidal, Borràs,

Muntaner, & Palou, 2015). Con el tiempo, pueblos como egipcios, etruscos, romanos y griegos dejaron huellas del valor del agua en diversas construcciones de piscinas. Ya en el siglo XIX se reconocía a la natación como un ejercicio que compromete intensamente numerosos grupos musculares; además, el aumento de practicantes, junto con mejores técnicas de edificación y calefacción, impulsó la expansión de piscinas públicas, tanto descubiertas como cubiertas, en todo el mundo.

### **Origen de la Natación**

El término “*natación*” se vincula con un proceso formativo que, al ser guiado y orientado, potencia la creatividad, mejora las condiciones físicas, desarrolla capacidades y favorece el perfeccionamiento de la motricidad fina y gruesa, contribuyendo a las dimensiones físicas, intelectuales y deportivas de acuerdo con las aptitudes individuales (Navarro, p. 98). Su rasgo esencial es servir de soporte al desarrollo integral, especialmente en instituciones educativas y deportivas donde convergen personas de distintas etnias y estratos sociales para formarse con valores éticos y morales, asimilando saberes con responsabilidad e incrementando su capacidad para resolver problemas.

Cuando la natación se aplica de modo adecuado y con disciplina en la ejecución de ejercicios, contribuye a la flexibilidad articular por la acción de la musculatura sobre tendones y ligamentos y por la mejora de la lubricación interna.

### **Importancia de la Natación**

La natación es una herramienta clave para sostener el desarrollo físico, emocional y emprendedor del ser humano, pues la constitución corporal se asemeja al medio acuático, lo que reduce el impacto sobre articulaciones y huesos. Por ello, se emplea con frecuencia como ejercicio de rehabilitación poslesión o para personas con discapacidad, al propiciar la integración funcional de músculos y articulaciones.

La natación con resistencia constituye una modalidad de ejercicio destinada a mantener al nadador en posición estacionaria, ya sea para observar la técnica de brazada o para entrenar en espacios reducidos con fines deportivos o terapéuticos. Esta resistencia puede generarse frente a una corriente de agua en movimiento mediante una máquina de natación, o mediante sujeción del nadador con cintas elásticas (Navarro, 2011, p. 98).

En tanto ejercicio predominantemente aeróbico, por sus características intrínsecas requiere un suministro continuo de oxígeno a la musculatura (con excepción de pruebas cortas de alta intensidad, donde el trabajo se torna anaeróbico). Ello contribuye a reducir

los efectos del estrés producido por distintas causas, como la sobrecarga laboral, y favorece la corrección postural y el desarrollo de una estructura física acorde con las particularidades de cada niño y niña.

### **La Natación como Deporte**

Para quienes practican esta disciplina con fines competitivos, el rendimiento depende de una adecuada alimentación durante y después de los entrenamientos y competencias; la carencia de nutrientes resulta perjudicial para los atletas. Entre los propósitos habituales destacan la recreación, el ejercicio y el entrenamiento deportivo, subrayándose que la natación recreativa constituye una forma idónea de relajarse mientras se realiza un ejercicio completo (Mendoza, p. 87).

Para las personas que inician en la natación se recomienda comenzar con los estilos crol y espalda; posteriormente, incorporar ejercicios correctivos e introducir braza y mariposa según indicación del instructor. Este proceso incrementa las habilidades y, especialmente, la capacidad física. Se sugiere trabajar con una frecuencia cardiaca de hasta el setenta y cinco por ciento, siempre bajo guía y orientación profesional, ya que, aunque al principio se observe mejoría, ignorar las recomendaciones técnicas puede generar problemas con el tiempo (Andrade, p. 54).

La natación es un deporte y, además, forma parte de actividades sociales con familiares y amigos como alternativa de recreación, vinculándose con prácticas de salud integral. Quienes nadan por placer fortalecen la motivación y el dinamismo, mejoran su condición física y, para ello, se aconseja nadar tres veces por semana durante cuarenta y cinco minutos por sesión.

### **Beneficios de la práctica de la Natación**

En muchas instituciones educativas la práctica de la natación es limitada e insuficiente, lo que conduce al desinterés estudiantil por su aprendizaje, desaprovechando oportunidades formativas y reduciendo el potencial de mejora en la calidad de vida, con efectos negativos en las dimensiones física, social y, en ocasiones, intelectual.

Afortunadamente, las instituciones que incorporan la natación como actividad para el desarrollo integral del escolar contribuyen al trabajo mental, al sostén de la estructura corporal y al fortalecimiento de la afectividad y la socialización, favoreciendo el desarrollo muscular y de la memoria.

(Sanz Arribas, Martínez de Haro, & Cid Yagüe) señalan, entre los beneficios de la natación, los siguientes: mejora de la calidad de vida (al posponer el deterioro funcional); aumento de la capacidad motriz, la memoria, la concentración y la coordinación.

Asimismo, refuerza el equilibrio, incrementa la masa y el tono muscular, favorece la resistencia y el grosor óseo; el organismo gana movilidad y elasticidad, con efectos positivos en articulaciones, flexibilidad y rango de movimiento. También beneficia el sistema cardiorrespiratorio, incrementa la flexibilidad de la columna, reduce dolores musculares y mejora la circulación durante la práctica.

### **Consejos para mejorar la técnica de Natación**

De acuerdo con (Aguilar), se recomiendan las siguientes orientaciones:

- **Respiración:** exhalar plenamente bajo el agua, practicar inspiraciones rítmicas, respiración lateral rítmica y respiración continua coordinada.
- **Flotación:** realizar ejercicios con tabla y volteos sobre el eje longitudinal para afianzar la flotabilidad.
- **Agilidad:** practicar saltos adelante y atrás y cambios direccionales.
- **Sumersión:** mantener el cuerpo completamente bajo el agua en tiempos progresivos.
- **Propulsión:** ejecutar desplazamientos libres y apoyados en la pared para ganar seguridad y eficacia en el medio acuático.

### **Estilos de Aprendizaje de Natación**

La práctica planificada de la natación acondiciona las articulaciones, incrementa la flexibilidad dinámica y amplía el rango de movimiento; como ventaja añadida, los músculos aumentan su volumen y se vuelven más fuertes y resistentes a las lesiones, mientras que los huesos ganan grosor y mejoran su resistencia frente a golpes y traumatismos.

La natación se entiende como una habilidad que posibilita al individuo desplazarse en el medio acuático; las inclinaciones corporales ayudan a sostener el ritmo, su regularidad y cierta monotonía funcional, y la organización corporal favorece la resistencia. Su propósito es contribuir a la formación integral, potenciar lo intelectual, reforzar lo procedimental y estimular las actitudes.

### **Objetivos de los estilos de aprendizaje de Natación**

Como objetivo central, según (Arellano, Franco Pedro, Navarro Fernando), p. 78, se señalan los siguientes:

- Establecer normas que aseguren la higiene y la salubridad del ambiente acuático.
- Garantizar la práctica para todas las personas, sin ningún tipo de discriminación, ofreciendo oportunidades de aprendizaje y generando movimientos que fortalezcan

tanto las extremidades superiores como las inferiores.

- Consolidar y profundizar los conocimientos adquiridos por los practicantes para desarrollar habilidades y destrezas mediante técnicas que optimicen la combinación y la resistencia muscular, con miras a la sistematización y perfeccionamiento de la eficacia, desde el nivel básico hasta el desarrollo articular.

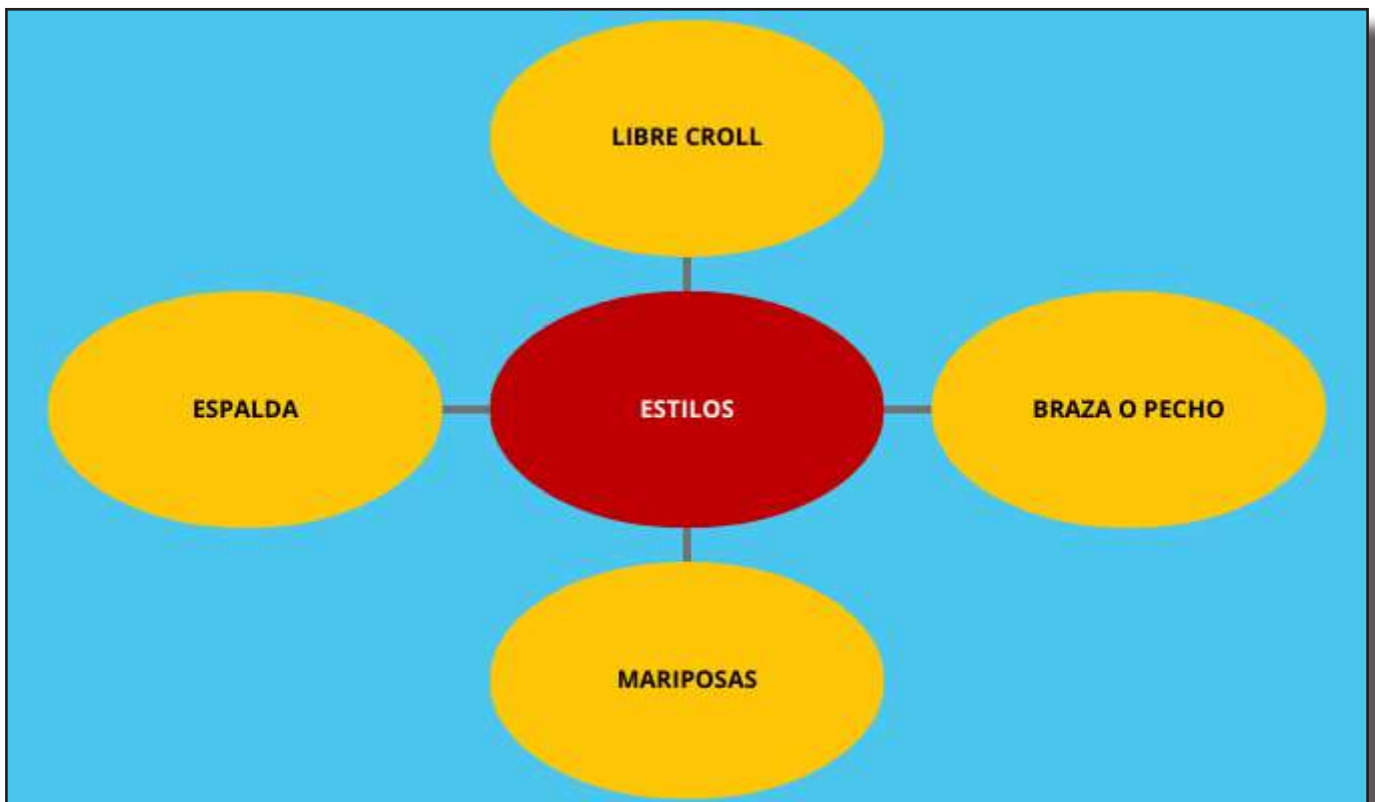
### **Clasificación de los estilos de aprendizaje de natación**

El aumento de la eficiencia articular (derivado de la musculación de tendones y ligamentos y de una mejor lubricación interna), sumado al incremento de la masa muscular y su firmeza, redonda en una mayor calidad de vida; puede retrasar el envejecimiento y ampliar las posibilidades de desenvolverse como persona móvil e independiente.

Entre los estilos de natación reconocidos, perfeccionados a lo largo del tiempo, desde finales del siglo XIX, se encuentran:

**Figura 5**

*Estilos de aprendizaje*



*Fuente investigadora elaborada por: Autores*

## **Evolución de los estilos de la natación deportiva**

En este apartado estudiamos el origen y evolución de los cuatro estilos de nado con los que se compete en la actualidad; dicha evolución de los estilos proviene esencialmente de la búsqueda de la mejora de la velocidad (Rodríguez, 1997).

### **Estilo Crol**

Se define actualmente como el desplazamiento del ser humano en el agua con el cuerpo en posición ventral, mediante un movimiento alterno y coordinado de miembros superiores e inferiores; permite respirar hacia el lado derecho o izquierdo de forma coordinada, manteniendo el ritmo entre las acciones de los brazos extendidos que se suceden de manera alternante.

### **Estilo Espalda**

El nadador debe retomar la posición dorsal inmediatamente después de despegar de la pared, pudiendo avanzar sumergido hasta un máximo de quince metros, utilizando movimientos ondulatorios del tronco y las piernas.

### **Estilo Braza**

Es el estilo más antiguo; sus gestos y postura resultan más naturales, aunque su técnica ha sufrido una rápida evolución respecto de los demás. Pese a ello, continúa siendo el más lento de los cuatro. En sus inicios se ejecutaba con un empuje de los brazos completamente extendidos.

### **Estilo Mariposa**

Se caracteriza por su exigencia técnica, que demanda elevados niveles de fuerza y coordinación. El nadador se ubica en decúbito ventral y ejecuta movimientos de brazos y piernas emparentados con el crol, con variaciones específicas, realizándolos de manera simultánea.

## **Etapas del Aprendizaje de Natación.**

Partiendo del sentido formativo de “educar”, y gracias a la guía de quien posee mayor conocimiento y experiencia, se orienta el desarrollo máximo de la potencialidad creativa y de las condiciones físicas, intelectuales y deportivas, según las capacidades individuales.

En este marco, las etapas de aprendizaje constituyen el soporte de instituciones educativas y deportivas que acogen a personas de distintas etnias y estratos sociales para formarse con valores éticos y morales; se busca que asimilen los saberes con responsabilidad y estén en condiciones de resolver problemas y tomar decisiones

acertadas.

Para que el estudiante domine la habilidad de nadar y se convierta en nadador, es necesario establecer un orden o graduación en la enseñanza, las “*etapas de la enseñanza*”, que deben cumplirse de manera secuencial, dado que cada una posee rasgos propios que se complementan.

De acuerdo con (Lanier, 2007), intervienen diversos enfoques en estas etapas:

### **Enfoque Tradicional**

Se centra en la transmisión de información: el docente imparte órdenes y los estudiantes actúan como receptores; no se habilita el debate ni la opinión sobre contenidos. Predomina la autoridad del profesor en prácticas clásicas y el alumno reproduce de memoria las normas establecidas.

### **Enfoque Conductista**

Sustentado en el control del aprendizaje a través de objetivos conductuales, evalúa de forma acumulativa la fijación y el logro de metas, con saberes técnicos parcelados y adiestramiento experimental; su propósito es modelar la conducta. A partir de estos resultados, se aplica el procedimiento a los seres humanos enfatizando la conducta deseada, con el docente como mediador del aprendizaje mediante instrucciones (Lanier, 2007).

### **Enfoque Constructivista**

Propone situar al niño ante diversas problemáticas que deba resolver mediante instrumentos que posibiliten procedimientos adecuados, con el fin de lograr un aprendizaje significativo caracterizado por un proceso dinámico, recíproco e interactivo, orientado a encontrar soluciones pertinentes.

Para describir las etapas en natación, es clave considerar que la persona, para un funcionamiento físico y mental adecuado, debe sostener forma física y musculación apropiadas, previniendo dolores musculares y articulares; el diseño por etapas busca activar de manera óptima el organismo.

### **Primera Etapa Aprendizaje**

Corresponde al inicio desde cero y concluye cuando el escolar logra: habituación completa al agua, respiración adecuada, nadar una distancia mínima y realizar zambullidas.

### **Segunda Etapa Perfeccionamiento**

El escolar debe dominar la técnica de los estilos básicos del aprendizaje e iniciarse

en los fundamentos técnicos de mariposa y pecho, así como en partidas y virajes de cada estilo. En el nivel final de esta etapa es posible orientar hacia la especialización, considerando su aptitud física y disposición psíquica.

### **Tercera Etapa Entrenamiento**

En esta fase se inicia la preparación deportiva, permitiendo recorrer distancias fijadas por el entrenador o competir en metrajés reglamentarios, incorporando un nuevo factor central: la velocidad, evaluada mediante cronometraje. Se alcanza así la etapa de *performance* y de resultado. Cabe precisar que las dos primeras etapas competen principalmente al profesor, mientras que esta última corresponde al entrenador.

### **Niveles de Entrenamiento**

Según (Blázquez, 2006), la etapa de aprendizaje se organiza en cinco niveles, descritos a continuación.

#### **Primer Contacto**

En la primera sesión, el instructor debe recabar la mayor cantidad de información del estudiante para, posteriormente, conformar grupos de trabajo homogéneos, respetando habilidades innatas y adquiridas. Además, conviene crear una base de datos con información personal básica, comunicar la planificación de la etapa y clarificar el uso de las instalaciones y la normativa interna.

#### **Deslizamientos**

Este nivel, de carácter inicial, supone el primer vínculo con el medio acuático. El profesor debe actuar con criterio para fomentar el gusto por el agua mediante ejercicios, metodologías, técnicas y estrategias propias del nivel, transmitiendo en todo momento seguridad y confianza para mantener el control del grupo.

#### **Inmersión y Respiración**

Los objetivos se orientan, primero, al contacto del agua con el rostro, la cabeza y a la apertura de los ojos bajo el agua; posteriormente, a la incorporación de la mecánica respiratoria.

#### **Flotación**

Para introducir la flotación, es fundamental valorar el papel del agua en la vida humana y su potencial en tratamientos terapéuticos, que pueden iniciarse con agua fría y caliente, y progresar hacia técnicas más complejas de rehabilitación acuática. La flotación, entendida como método terapéutico orientado a la relajación, dirige el movimiento de estructuras lesionadas o doloridas para tonificarlas, disminuir el dolor o flexibilizarlas

mediante el deslizamiento corporal, aprovechando la presión hidrostática y la densidad para inducir relajación muscular y mental. Las propiedades físicas del agua facilitan corrientes con efecto relajante, reduciendo bloqueos articulares y complicaciones musculares (Zevi, 2000, p. 147).

Entre las ventajas de la flotación se cuentan la mejora del movimiento muscular, el aumento de la elasticidad de ligamentos, tendones y nervios, y el beneficio sobre las articulaciones, disminuyendo el riesgo de lesión mediante movimientos terapéuticos. Las inclinaciones armónicas actúan como recurso para la relajación, la compatibilización articular y la recuperación de la coordinación de la estructura corporal.

Los movimientos del cuerpo se ejecutan en función de los ejercicios propuestos, pudiendo iniciarse desde los pies y aprovechando desplazamientos armónicos, con ritmo y elasticidad, a fin de reducir patrones inadecuados. Se parte del gesto articular fisiológico, utilizando flotadores en tobillos y nuca para mejorar la flotación mientras se trabaja la tonificación.

La flotación busca restablecer el equilibrio entre ligamentos y articulaciones. Las actividades deben realizarse en un entorno despejado y relajado, bajo la conducción de un terapeuta especializado que delimite objetivos y oportunidades de tratamiento de músculos y articulaciones, incorporando la respiración. La progresión variará según los criterios del orientador, quien se apoyará en la autonomía y en los desplazamientos para favorecer el equilibrio en el medio acuático.

### **Dominio Corporal**

El propósito central de esta etapa es que el niño domine el mayor número posible de posiciones motoras en el medio acuático (por ejemplo, cuarenta inmersiones, distintas formas de propulsión y desplazamientos subacuáticos). El factor decisivo es la creatividad del instructor para suscitar el gusto por la natación.

### **Enseñanza-Aprendizaje de la Natación**

A través del proceso de enseñanza–aprendizaje de la natación, la persona ha fortalecido brazos y piernas al convertir esta habilidad deportiva en una serie de movimientos ejecutados en el agua, integrándose a la adaptabilidad propia de la cultura física y beneficiando especialmente al sector infantil.

### **Definición de Enseñanza-Aprendizaje de Natación**

Con la enseñanza–aprendizaje de la natación se procura aumentar la motivación mediante un procedimiento adecuado que facilite la familiarización del individuo con el medio acuático; se privilegia la práctica de nado para potenciar la autoestima

y alcanzar seguridad y confianza, consolidando un entorno de socialización y, posteriormente, promoviendo la participación activa en el espacio formativo.

Según (Crespo), la enseñanza–aprendizaje de la natación exige una metodología que ayude al docente a lograr los objetivos educativos, permitiendo aplicar ejercicios y actividades de manera sistemática y organizada; se reconoce que la natación demanda esfuerzo y dedicación y se vincula con hábitos alimentarios saludables, destacándose la importancia de la hidratación, las vitaminas, los minerales y la planificación del entrenamiento (p. 30).

La enseñanza y el aprendizaje de la natación, al apoyarse en fundamentos científicos relacionados con el entrenamiento, subrayan compendios metodológicos y de planificación (incluida la planificación deportiva) orientados a la preparación física.

El trabajo involucra segmentos del cuerpo humano y se constituye en un factor funcional clave durante la ejecución de la actividad física, integrando características de músculos, ligamentos, tendones y articulaciones.

### **Objetivos de la Enseñanza Aprendizaje de la Natación**

De acuerdo con (Crespo), entre los objetivos de la enseñanza y del aprendizaje de la natación (en el área de Cultura Física, que articula desarrollo corporal, intelectual y conductual) se incluyen los siguientes: fomentar el dominio de técnicas y estilos para perfeccionar la disciplina, con énfasis en el desarrollo muscular, la presión y las tensiones, sosteniendo un control y orientación favorables para la salud; perfeccionar inclinaciones básicas como carreras, saltos, coordinación de movimientos y desplazamientos que requieren esfuerzo muscular; optimizar la energía en la realización de ejercicios o actividades con demanda física, muscular e intelectual, fortaleciendo así la musculatura corporal; y ampliar la ejecución de técnicas que incrementen el movimiento en diferentes disciplinas deportivas con miras a mejorar la condición física y disminuir fatiga, estrés y depresión (p. 67).

En la instrucción de la natación es indispensable dominar la flotación para adquirir autonomía corporal y consolidar la autoconfianza, especialmente en el entorno acuático. Resulta pertinente revisar componentes como la densidad del agua y el grado de riesgo o dificultad de los movimientos corporales. Se afirma que la natación es una disciplina en la cual niños y niñas requieren práctica continua para reducir la tensión ósea, mejorar el equilibrio articular e incrementar los desplazamientos en el medio acuático.

## **Importancia de la enseñanza y el aprendizaje de Natación**

La práctica persistente de la natación favorece la adquisición de habilidades y destrezas que orientan el equilibrio corporal; además, se prioriza la apropiación progresiva del medio acuático por parte del aprendiz para ampliar sus desplazamientos mediante el buceo, intensificando actividades que impulsen el desarrollo integral.

Para (Crespo), la enseñanza y el aprendizaje de la natación influyen en el desarrollo de capacidades y destrezas motrices, destacando la orientación hacia la prontitud, la velocidad, la resistencia, el impulso, la potencia, la tonicidad, la rapidez, la coordinación y la coherencia entre movimientos. Este esfuerzo se dirige al fortalecimiento de la voluntad, el carácter y las aptitudes, incrementando firmeza, disposición y energía para alcanzar las metas planificadas (p. 98).

Cabe resaltar que la natación promueve la calma y la serenidad, y favorece el equilibrio y la relajación al mitigar o eliminar la fatiga, el agotamiento, la opresión y la agitación; se reportan mejoras en la circulación sanguínea, la presión arterial, el pulso, el equilibrio cardíaco y el aprovechamiento de oxígeno. Se configura así como una actividad apropiada para niños y niñas, cuya fase inicial es la flotación orientada a la práctica deportiva.

Para el proceso de enseñanza–aprendizaje de la natación es necesario aplicar metodologías que incrementen la confianza en el desplazamiento; mediante materiales adecuados para una habituación eficaz al entorno acuático se sientan las bases para la instrucción de los estilos libre y espalda.

Asimismo, la implementación e innovación metodológica facilitan el aprendizaje, impulsando procesos de adaptación que han evolucionado para promover la interacción con el medio acuático, siempre en búsqueda de independencia y seguridad en el movimiento.

Los desplazamientos en el agua abarcan actividades, juegos y tareas que expanden la enseñanza de la natación como actividad física, manteniendo como rasgo distintivo la competencia deportiva orientada a potenciar el desarrollo integral de la persona.

## **Beneficios de la enseñanza y el aprendizaje de natación**

Conforme a (Arias, 2010, p. 122), entre los beneficios vinculados a la enseñanza–aprendizaje de la natación destacan los siguientes: el individuo desarrolla defensas que le permiten protegerse de diversos peligros (incluida la agresión de animales) gracias al aumento de la tonicidad muscular y a la estabilidad del sistema nervioso, sosteniendo el equilibrio ante la adversidad. Asimismo, el uso del medio acuático potencia la

comunicación al facilitar el intercambio de ideas y pensamientos, fortaleciendo la habilidad comunicativa, en particular para resolver situaciones conflictivas.

Al configurarse la natación como práctica recreativa, el entorno acuático promueve actividades lúdicas orientadas, por lo general, a la enseñanza de los estilos de nado, ampliando las posibilidades de desarrollo integral desde una perspectiva educativa e integrándose como recurso y vínculo para abordar los bloques de contenidos previstos en el currículo.

En el contexto educativo actual, se han incorporado saberes que favorecen y facilitan el desarrollo de habilidades potenciales relacionadas con el movimiento corporal, ofreciendo bases para mejorar la calidad de vida e incluyendo la natación como medio clave para la psicomotricidad infantil.

La prioridad en la enseñanza de la natación reside en el perfeccionamiento de la psicomotricidad, al asociar los movimientos propios del nado con las inclinaciones que sustentan la coordinación sensoriomotriz. Las personas asumen conscientemente normas que contribuyen a su capacidad imaginativa. Históricamente, la enseñanza del deporte ha impulsado habilidades naturales y espontáneas mediante juegos acuáticos, ayudando al sujeto a tomar conciencia de sus posibilidades y limitaciones motrices.

### **Métodos de Enseñanza de Natación**

(Franco, p. 122) señala que los métodos de enseñanza se sustentan en técnicas prioritarias que integran la metodología y la psicopedagogía para potenciar el deporte escolar, promoviendo el descubrimiento, la expresión de experiencias motrices e intelectuales y las actividades acuáticas como soporte específico para la enseñanza de los estilos, desde un enfoque educativo.

En el currículo, el bloque relativo al movimiento humano en el agua y sus requerimientos para mejorar la motricidad subraya la relevancia de familiarizar al escolar con el medio acuático, con énfasis en la flotación y la respiración, aprovechando oportunidades que aporten al desarrollo integral.

### **Importancia de la metodología para la enseñanza y el aprendizaje de natación**

En el proceso formativo, los docentes, instructores, entrenadores y monitores deben actuar como guías metodológicos; la metodología ha de ajustarse a la edad y a las necesidades del nadador, concretándose en la enseñanza de técnicas y estilos para alcanzar las metas propuestas (Franco, p. 122). Esta perspectiva metodológica permite observar la interacción entre instructor y estudiantes, particularmente en la toma de decisiones; para clasificarla pueden emplearse distintos criterios, como la actitud

del docente, la autonomía del alumnado, la organización de la clase, las estrategias motivacionales y el propósito de la sesión.

Durante la clase, el instructor recurre a diversas técnicas, destacando la dialógica, que consolida la confianza entre el facilitador, el aprendizaje y la comunidad educativa. Dicha técnica se evidencia en la claridad al transmitir información, en la seguridad mostrada, en el dinamismo grupal y en la motivación tanto del trabajo individual como colectivo. En todo caso, la metodología debe adaptarse a la personalidad del docente, a las características de los estudiantes, a la materia impartida, al contexto y a los objetivos perseguidos (Aza, 2009, p. 122).

La aplicación de metodologías de enseñanza favorece el desarrollo de las actividades, incrementa la confianza y la seguridad en la ejecución de ejercicios y permite que el estudiantado demuestre sus conocimientos al asimilar los contenidos teóricos y prácticos. Este enfoque impulsa la reflexión sobre la importancia de practicar en contextos reales, promueve la creatividad mediante la socialización y la realización de ejercicios que estimulan el crecimiento físico.

El adiestramiento físico se estructura como disciplina científica por la necesidad de planificar el desarrollo de las capacidades físicas y de evaluar el rendimiento alcanzado; los resultados obtenidos permiten ajustar programas centrados en la enseñanza y el aprendizaje, con efectos positivos en la calidad de vida y en la obtención de beneficios fisiológicos y psíquicos.

### **Clasificación de los métodos de enseñanza de natación**

La clasificación de los métodos de enseñanza de la natación posibilita optimizar beneficios para el desarrollo corporal, ofreciendo oportunidades de mejora en los ámbitos físico, funcional, cognitivo, motriz, social, expresivo y emocional; de este modo, se impulsa el desarrollo del educando y se atiende a los objetivos de instituciones, centros y federaciones dedicadas a la formación y al deporte, fortaleciendo la confianza en el medio acuático. Según (Beatriz), p. 23, los métodos constituyen una forma particular de abordar ejercicios que perfeccionan la aplicación de técnicas y estilos en natación, incrementando habilidades y experiencias motoras, con impacto en la postura corporal. En este marco, el instructor reflexiona sobre el uso de la potencia y la elasticidad. Entre los métodos de enseñanza se contemplan los siguientes:

**Método Tradicional** se caracteriza por el control del docente u orientador; prevalecen sus decisiones respecto de la reflexión, la asignación de tareas, el estilo, la práctica y la resolución de problemas. Los estudiantes, en este esquema, actúan fundamentalmente como receptores y no suelen opinar.

**Método Individual** prioriza el trabajo personal, favoreciendo aprendizajes manifestados en diversas formas de comportamiento y en el desarrollo de destrezas; se distinguen el fortalecimiento de capacidades, valores y cualidades, con énfasis en la responsabilidad por el propio aprendizaje y en el compromiso; además, se organizan grupos segmentados conforme a sus necesidades.

**Método Participativo** busca integrar a niños y niñas en la enseñanza–aprendizaje mediante técnicas de socialización centradas en propósitos colectivos y en concepciones compartidas; se pretende la mejora de conductas en el entorno de desempeño, con responsabilidad y competencia en cada acción, especialmente en el cuidado corporal al ejecutar ejercicios.

**Método Cognoscitivo** procura una instrucción activa y reveladora por medio de la indagación y la verificación motriz; su relevancia radica en el aporte al desarrollo intelectual, reforzando la comunicación a través de expresiones sustentadas en diferentes movimientos corporales.

**Método Creativo** enfatiza la producción motriz: el instructor plantea temas generales que elevan el compromiso con las metas y estimulan la creatividad orientada a la solución de problemas.

Todos estos estilos contribuyen al perfeccionamiento de la enseñanza y el aprendizaje de la natación; cada uno resulta pertinente para el logro de metas y objetivos. En conjunto (tradicional, individualizador, interactivo, cognoscitivo y creativo) fortalecen el trabajo práctico y permiten que niños y niñas adquieran destrezas motoras que impulsan su desarrollo psicomotriz y cognitivo, así como la dimensión procedimental y la práctica de valores.

### **Pasos para la enseñanza aprendizaje de natación**

De acuerdo con (Moreno, 2012), p. 234, los pasos para enseñar y aprender natación deben orientarse a un camino adecuado, simple y comprensible, que delimite las características de los ejercicios tanto en esta disciplina como en cualquier otra. Al iniciar la práctica y habituación del estudiante al medio acuático, es esencial promover una reflexión sobre compromiso y responsabilidad, lo cual respalda el conocimiento y la práctica mediante el uso de técnicas básicas.

Entre los primeros pasos figura el conocimiento y la aplicación de ejercicios destinados a sistematizar la fuerza y la energía a través de la natación, lo que mejora la destreza motriz y la estructura corporal. El progreso en habilidades acuáticas básicas otorga especial relevancia a la respiración y a la relajación, incrementando la seguridad en la

ejecución de movimientos y desplazamientos que favorecen la práctica en el entorno acuático.

La secuencia de procesos didácticos en natación promueve un orden acorde con la lógica del aprendizaje; se requiere aplicar pasos que organicen el trabajo para cumplir las metas establecidas, en función del grado de complejidad que entrañan para niños y niñas. Los ejercicios simplificados siguen principios pedagógicos que avanzan desde niveles de menor a mayor complejidad: parten de lo conocido por el estudiante y de su experiencia, y progresan hacia la asimilación de contenidos nuevos. En la enseñanza de cualquier contenido en natación, conviene respetar un orden.

La aplicación de técnicas para ejecutar movimientos fortalece la concentración, de modo que el gesto desconocido pueda realizarse con la mayor corrección posible; ello contribuye al desarrollo de habilidades y capacidades físicas, con respeto a la edad de los participantes. Estos pasos consolidan la coordinación de movimientos y el dominio corporal armónico y rítmico, favoreciendo, además, el progreso en actividades intelectuales que implican síntesis, reflexión, análisis, comprensión y toma de decisiones para resolver situaciones complejas, así como el fortalecimiento de la memoria.

### **Aprendizajes fortalecidos con la Natación**

Es evidente que cualquier persona puede combinar en distinta proporción estas tres dimensiones, empleándolas según la situación, aunque siempre predomine alguna sobre las demás, en función del canal sensorial más desarrollado que facilita la adquisición del conocimiento. Según (Glaude, 2005), se distinguen los siguientes tipos de aprendizaje:

**Aprendizaje Visual.** Quienes predominan en este canal suelen presentar alta energía, inquietud y actitud observadora; captan detalles y evocan imágenes mentales para recordarlas. Requieren ambientes tranquilos para concentrarse y, por su plasticidad cognitiva, asimilan con rapidez, especialmente cuando su experiencia se construye en relación con el medio acuático.

**Aprendizaje Auditivo.** Se caracterizan por ser más relajados, comunicativos y expresivos; privilegian el diálogo y la conversación sobre hechos presentes y pasados, reflexionan sobre sus acciones y orientan la enseñanza hacia tareas que favorecen el movimiento, aprovechando espacios físicos que potencian actividades de enseñanza–aprendizaje vinculadas al desarrollo motor.

**Aprendizaje Kinestésico.** Se centra en la ejecución de movimientos que fortalecen la

estructura corporal. En contextos educativos o recreativos, la práctica acuática resulta clave para alcanzar destrezas técnicas, a la par que promueve relaciones interpersonales, trabajo individual y la asimilación de ejercicios de intensidad moderada.

A lo largo del tiempo, los aprendizajes se han considerado fundamentales para el progreso humano; no obstante, aquellos adquiridos en el medio acuático han robustecido habilidades, experiencias y autonomía, ampliando las capacidades del escolar gracias al aprovechamiento del entorno para mejorar cualidades físicas, siempre con tratamientos acordes con la edad y las necesidades de cada persona.

Conviene señalar que cuando el acceso a actividades formativas es escaso o insuficiente, se limita la exploración de alternativas de mejora, en particular en capacidades, experiencias, nociones espaciales y lateralidad, aspectos que condicionan el avance psicomotor.

Los materiales empleados deben cumplir normas de seguridad e higiene para preservar el entorno. Dichos recursos contribuyen a la estimulación y motivación y apoyan funciones básicas como memoria, concentración, razonamiento y capacidad de discernimiento.

En materia de seguridad, es indispensable establecer reglas de prevención de accidentes, con especial énfasis en el uso de zonas de ingreso y salida de la piscina, con el fin de resguardar los intereses y la integridad de niños y niñas.

## **Categorías de la Variable Dependiente Habilidades Motoras**

### **Educación Física y Motricidad**

La educación se sustenta en la actualización y el fortalecimiento curricular, instrumentos que potencian el aprendizaje mediante la práctica y organizan los contenidos en bloques que orientan la labor pedagógica.

Diversas directrices promueven el desarrollo de habilidades y destrezas para el progreso integral del educando. Su formulación consideró comparaciones con los resultados de la evaluación educativa de 1996 y concluyó en 2010, identificando desarticulaciones en los años de educación básica por falta de precisión en los contenidos impartidos.

Niños y niñas pueden emprender actividades de manera ordenada y perseverante para alcanzar fines específicos, lograr metas y ejecutar correctamente sus tareas; en este sentido, el deporte fomenta el esfuerzo físico, y la natación se reconoce como esencial para mejorar el aprendizaje en distintas disciplinas y asignaturas.

## **La Motricidad**

El sistema educativo fortalece la práctica docente mediante capacitaciones continuas orientadas al desarrollo de la motricidad fina y gruesa. A partir de su estructura corporal, el educando construye pensamiento, habilidades y destrezas, facilitando la coordinación de movimientos, la expresión y la creatividad. En este proceso, el medio acuático se configura como recurso valioso para la recreación y el esparcimiento.

## **Pedagogía del Diseño Curricular**

En el diseño curricular destaca la pedagogía crítica al situar al educando como protagonista de sus aprendizajes; la actualización y el fortalecimiento curricular precisan lineamientos y disposiciones pedagógicas destinadas a impulsar el proceso de enseñanza–aprendizaje, alcanzar los objetivos previstos e integrar ciudadanos capaces de responder a las demandas del entorno social.

Al aplicar la pedagogía crítica, resulta esencial que niños y niñas evidencien equilibrio en la expresión corporal, pues ello facilita la emisión de criterios y la construcción de experiencias significativas; en este marco, la natación contribuye a que el infante gane seguridad en cada movimiento y desarrolle estabilidad corporal mediante la coordinación muscular (Berrocal, p. 45).

Cuando el educando se vincula con la realidad, la Educación Física orienta su enseñanza al perfeccionamiento de destrezas; a través de ejercicios y prácticas de natación, se favorece el progreso del estudiante, despertando su interés no solo por la asignatura, sino también por la adquisición de saberes en diversas áreas del conocimiento.

## **Objetivos**

Reconocer los rasgos que caracterizan una actividad física saludable y valorar los efectos que la práctica habitual y sistemática tiene en la mejora de la salud y la calidad de vida.

Planificar y ejecutar actividades físicas con una actitud exigente para optimizar el dominio y control corporal, el rendimiento motor y las técnicas básicas de respiración y relajación, utilizándolas para mitigar desequilibrios y aliviar tensiones propias de la vida cotidiana y de la práctica físico–deportiva.

Conocer y participar en actividades deportivas y recreativas, tanto individuales como colectivas, aplicando fundamentos reglamentarios, técnicos y tácticos en situaciones de juego, con autonomía en su ejecución.

Realizar actividades físico–deportivas en el medio natural con bajo impacto ambiental, contribuyendo a su preservación; al mismo tiempo, promover la práctica expresiva

mediante el uso del esquema corporal como recurso de comunicación y creación.

Demostrar habilidades y actitudes sociales de respeto, trabajo en equipo y deportividad en la participación en actividades, recreaciones y deportes, con independencia de diferencias culturales, sociales o de habilidad, adoptando una postura crítica frente al tratamiento del cuerpo, la actividad física y el deporte en el contexto social (Botero).

El sistema educativo ecuatoriano se propone, mediante diversas actividades (como el deporte, la natación y dinámicas afines), preparar a los jóvenes para que adquieran conocimientos que les permitan involucrarse en la vida político-social, desarrollar conciencia de su papel histórico y fortalecer capacidades para comunicarse, interpretar y resolver problemas de forma serena, manteniendo la armonía y el respeto por el entorno.

### **Importancia**

Desde el Plan del Buen Vivir, que propone una visión ética de vida digna, el sistema escolar busca dinamizar las clases para formar sujetos con pensamiento crítico que exhiban sus potencialidades en la práctica deportiva. En este marco, la natación se concibe como una actividad que favorece el desarrollo cognitivo, despierta el interés por aprender y fortalece la adquisición de habilidades y destrezas (Mignolo, p. 59).

La relevancia del estudio y la práctica de la Educación Física se sustenta en el reconocimiento y valoración de acciones que promueven el desarrollo personal, físico y social, orientadas al mejoramiento de la salud y la calidad de vida. Una de sus metas es potenciar la actividad física y la salud, brindando a las personas la oportunidad de participar activa y colaborativamente en prácticas corporales como opción para ocupar el tiempo libre.

Este campo cobra importancia al consolidar el desarrollo psicomotriz y ampliar las habilidades motoras mediante situaciones motrices deportivas, priorizando la toma de decisiones y la experiencia en contextos diversos. Ello impulsa una actitud crítica frente a prácticas sociales que inciden negativamente en la salud individual y colectiva. En su diseño y aplicación, promueve la expresión y la comunicación, estimulando el uso autónomo de la actividad física y de técnicas de relajación para el autoconocimiento, reduciendo desequilibrios y tensiones de la vida cotidiana.

El incremento de la práctica deportiva, individual o colectiva, incide en la toma de decisiones, alentando a la niñez a optar con mayor autonomía. A través de la educación, se fortalece la integración de la comunidad educativa mediante la participación activa; de este modo, el ser humano construye conocimiento en relación con su entorno,

favoreciendo el desarrollo de la motricidad y el avance del aprendizaje significativo.

### **Integración de la familia hacia la labor educativa**

Numerosas instituciones, tanto públicas como privadas, han implementado Programas de Educación Acuática, en los que resulta clave la participación familiar. Dicha intervención amplía la atención afectiva y transmite seguridad y confianza, constituyéndose en eje para la adquisición del lenguaje, el fortalecimiento de la comunicación, el desarrollo psicomotor, cognitivo y la interacción personal.

El personal instructor debe considerar a madres y padres como actores del vínculo que articula familia, agua y juego; la transferencia de este lazo se realiza de forma gradual y depende del nivel madurativo infantil en su desarrollo psicoafectivo.

El juego acuático ofrece alternativas para avivar el interés del niño por aprender. Las actitudes y expectativas familiares, sumadas a la experiencia con el medio acuático, contribuyen a superar temores, reconociendo que, en ocasiones, persisten recuerdos de dolor o malestar por contactos inadecuados iniciales con el agua.

### **Psicomotricidad**

La psicomotricidad se define como una disciplina educativa que fortalece diversos dominios motores para potenciar el desarrollo intelectual mediante actividades corporales. Su propósito es afianzar la expresión simbólica y promover la interacción del individuo con el entorno, robusteciendo la capacidad de movimiento y articulando comprensión y acción para el dominio corporal, en beneficio del desarrollo integral (Cruz, p. 123).

Se caracteriza por ser un componente esencial de la tonicidad, el equilibrio, la coordinación, la organización y la flexibilidad, con efectos en el plano motor y en el conocimiento del propio cuerpo, diferenciando posibilidades y capacidades para dominar los movimientos. Ello exige técnicas, ejercicios y prácticas (como la natación) para el progreso motor y psicomotriz, logrando la lateralidad y ampliando el saber corporal.

### **Beneficios asociados a la Psicomotricidad**

Al vincularse con el aprendizaje motor, la psicomotricidad favorece cambios en el desarrollo de movimientos finos y gruesos como resultado de la práctica (juego, deporte o natación), donde destacan la ejercitación y el entrenamiento.

Aporta a las habilidades motrices por aprendizaje y repetición, al focalizarse en el movimiento y en la respuesta a esfuerzos físicos; así, estimula la participación del escolar en actividades que enriquecen su experiencia para alcanzar metas, reduciendo

vivencias de fracaso.

Según Cruz (p. 115), entre los beneficios se incluyen: consolidar la conciencia del propio cuerpo, en reposo y en movimiento, para fortalecer el equilibrio mediante coordinaciones motoras que mejoran el control respiratorio y la orientación del espacio corporal.

Mediante ejercicios como la natación, la psicomotricidad facilita la adaptación al entorno, impulsa la creatividad y la expresión, y promueve avances en la memoria y en el discernimiento de nociones espaciales y de orientación.

Entendida como técnica de Educación Física que integra ejercicios corporales, la psicomotricidad contribuye a la reeducación integral (motriz, cognitiva y afectiva), con el fin de que niños y niñas se diviertan, se desarrollen y progresen en habilidades motrices básicas y específicas, potenciando la socialización con pares y estimulando la creatividad, la concentración y la relajación.

### **Componentes de la Psicomotricidad**

Durante la etapa escolar, el proceso madurativo incide positivamente en la afectividad, la autoimagen, la autoestima y, de manera especial, en el autocontrol, respondiendo a un planteamiento educativo integral que favorece la interiorización y la transferencia mediante la construcción de relaciones. Según (Cruz), p. 133, entre los componentes más relevantes de la psicomotricidad se distinguen los siguientes:

- **Desplazamientos:** Consisten en trasladarse de un punto a otro con apoyo del movimiento corporal total o parcial. Sus manifestaciones más representativas son la caminata y la carrera coordinadas.
- **Salto:** Constituyen variaciones de la marcha y la carrera, pues implica proyectarse hacia arriba mediante la extensión de una o ambas piernas, integrando fuerza, equilibrio y coordinación.
- **Giros:** Desde la perspectiva visual y funcional, integran una habilidad de orientación que supone la rotación del cuerpo en los planos vertical, transversal y sagital. Pueden involucrar tres ejes corporales y materializarse como rotaciones, piruetas o ruedas.
- **Equilibrio:** Se define como la capacidad de sostener una postura frente a la gravedad con el concurso de músculos, articulaciones y tendones, posibilitando el movimiento corporal en interacción con la coordinación, la fuerza y la flexibilidad.
- **Coordinación:** Alude a la sincronización oportuna de la acción muscular para producir movimientos adecuados en el momento, la velocidad y la intensidad

requeridos.

- **Dinámica general:** Base de todos los gestos, está presente en las habilidades fundamentales y agrupa aquellos movimientos que requieren la actuación conjunta del cuerpo, procurando cumplir la finalidad motriz con el menor gasto energético.

## **Motricidad**

El término motricidad, empleado en el campo de la salud, refiere a la capacidad de desplazar una parte del cuerpo o su totalidad mediante actos voluntarios e involuntarios, coordinados y sincronizados. Se utiliza para describir el movimiento, regulado por la corteza cerebral y por estructuras secundarias moduladoras; su desarrollo resulta esencial para incrementar la seguridad infantil a través de la expresión corporal (Trigo & Montoya, 2014), p. 25.

## **Motricidad Fina**

La motricidad fina comprende movimientos precisos y diestros, ejecutados por pequeños grupos musculares (por ejemplo, la coordinación óculo–manual), y exige mayor madurez muscular y del sistema nervioso central (Baracco, pág. 1). Alude a acciones voluntarias de gran exactitud que involucran la coordinación de músculos, huesos y nervios para producir gestos minuciosos; en el medio acuático, el trabajo de flotación contribuye al fortalecimiento del sistema muscular.

## **Aprendizaje Motor**

La ampliación de las posibilidades de movimiento se logra mediante el conocimiento y dominio del propio cuerpo, permitiendo la adaptación a nuevas situaciones. El aprendizaje motor se caracteriza por incidir en el desarrollo físico a través de la práctica deportiva, incluyendo la natación como recurso para potenciar los sistemas cardiovascular, muscular y esquelético en niños y niñas.

El estímulo desencadena la ejecución de gestos que fortalecen los sentidos (vista, oído, tacto, cinestesia y audición), cuyo flujo de información llega al sistema nervioso central para su procesamiento; a partir de allí, la inervación muscular genera la respuesta motora, que se transmite por vías eferentes para concretar la acción física o técnica.

El aprendizaje motor implica la adquisición, aplicación y mantenimiento de destrezas, con foco en las capacidades coordinativas y condicionales y en los modos de conducta. En el marco del entrenamiento deportivo, no debe entenderse solo como captación de movimientos, sino como un perfeccionamiento continuo (Famose), p. 65.

Se concibe, así, como el proceso de obtención, mejora y refinamiento de habilidades motrices mediante la práctica consciente y repetida de secuencias de movimiento, con lo cual se optimiza la coordinación entre sistema nervioso central y sistema muscular en la población infantil.

Asimismo, el aprendizaje motor es un proceso continuo orientado al rendimiento del movimiento, asociado a la práctica o la experiencia, que produce cambios relativamente permanentes en la capacidad para ejecutar actividades con pericia; implica tanto la adquisición como la modificación del gesto, y requiere intención, ejercitación y retroalimentación (Lawther), p. 199. En suma, el resultado motriz ocupa un lugar central, mientras que los saberes y capacidades intelectuales asociados se constituyen en medios para alcanzar el objetivo del aprendizaje.

### **Fases del aprendizaje motor**

De acuerdo con (Knapp), el aprendizaje motor comprende tres fases principales, descritas a continuación.

**Verbal Cognoscitiva.** El sujeto comprende la naturaleza de la tarea y elaborar posibles estrategias para ejecutarla; el rendimiento suele ser muy variable y se cometen numerosos errores. Se requiere un esfuerzo consciente para atender a las demandas de la tarea, apoyándose en la verbalización de las estrategias de movimiento.

**Asociativa.** Seleccionada la estrategia más adecuada, comienza el refinamiento de la habilidad; disminuye la variabilidad en la ejecución y la mejora se vuelve paulatina. Los componentes cognitivos–verbales pierden peso porque la persona centra su atención en pulir un patrón específico. Esta etapa puede prolongarse de días a meses, según el individuo y la intensidad de la práctica.

**Autónoma.** La habilidad se internaliza y su ejecución demanda escaso esfuerzo cognitivo; el automatismo se evidencia cuando el gesto motor puede realizarse mientras se atiende simultáneamente otra tarea.

El desarrollo motor constituye un proceso adaptativo que posibilita el dominio de sí mismo y del entorno, de modo que la persona utilice sus capacidades motrices como medio de comunicación en la esfera social. Implica una integración progresiva de conductas motoras que exige distintos niveles de intervención docente y de aprendizaje por parte del alumnado.

Se pone el acento en el desarrollo y el aprendizaje infantiles del comportamiento motor, resultantes del crecimiento, la maduración y la experiencia, lo que favorece la adquisición y el perfeccionamiento de destrezas finas y gruesas para optimizar el

desplazamiento corporal.

## **Objetivos del Aprendizaje Motor**

Para (J. Ruiz), los objetivos del desarrollo motor incluyen propiciar una mejor comprensión de los procesos humanos, tanto evolutivos como involutivos; este conocimiento permitirá, con cautela, generalizar hallazgos para su aplicación posterior, facilitando una evaluación más eficaz de la conducta humana mediante orientaciones teóricas para diversos profesionales y estimulando nuevas investigaciones.

El aprendizaje motor se alcanza mediante la práctica; en Educación Física, el docente persigue desde la primaria cimentar la base de futuros aprendizajes y gestos técnicos en múltiples deportes, lo que implica ejecutar movimientos comunes como desplazarse, jugar, correr, girar, gatear, lanzar y recoger.

## **Elementos fundamentales del proceso de aprendizaje motor**

Para que las personas alcancen un desarrollo motriz adecuado y se desempeñen en su vida diaria a través del esparcimiento, el deporte y distintas actividades físicas, deben conocerse los fundamentos que lo sostienen. Las habilidades se clasifican en finas y gruesas, e involucran movimientos de brazos y piernas, así como la participación coordinada de la musculatura corporal.

Para consolidar el movimiento locomotor, es pertinente practicar acciones como andar, caminar, saltar y sus variantes, cabalgar, rodar, virar, girar, ponerse de pie, brincar, esquivar, sumergirse, trepar, escalar y descender, entre otras (Regal), p. 134.

Como resultado de la ejecución de tareas motrices orientadas a desarrollar habilidades específicas, se genera una actividad motriz observable que puede definirse como el producto del compromiso asumido en la realización de dichas tareas para la consecución de una destreza.

## **Habilidades Motoras**

El desarrollo de las habilidades motrices debe seguir un proceso de enseñanza–aprendizaje sistematizado, a fin de evitar vacíos o un bajo nivel de competencia motriz en niños y niñas; conviene recordar que ello incide en su autoestima, pues trabajar con el esquema corporal favorece su desarrollo integral. Para usar el cuerpo y el movimiento como ejes fundamentales es preciso acotar el repertorio motriz infantil, creando un entorno de confianza y seguridad; para ello se recurre al juego cualitativo del movimiento, al ritmo, a la percepción espacial y temporal, y a la expresión corporal (Diaz).

Durante un periodo se interpretaron las habilidades motoras casi exclusivamente desde la herencia; sin embargo, con el tiempo se confirmó el peso del entorno en el incremento de estas capacidades, siendo la motivación una condición que potencia la práctica de múltiples destrezas (Diaz).

De esta manera se incorporan técnicas complejas, necesarias para la práctica de deportes, actividades lúdicas y danzas, consolidando la habilidad motriz básica como una capacidad adquirida por aprendizaje a través de la experimentación que el niño realiza al explorar su cuerpo y sus sentidos.

### **Importancia del desarrollo de habilidades motoras**

Las transformaciones más decisivas del desarrollo motor se dan en los primeros años de vida, cuando el infante adquiere destrezas básicas que le permitirán sobrevivir y evolucionar hacia habilidades superiores; constituyen una herramienta esencial para vigorizar la musculatura cervical y dorsal y apoyarse con las manos. Por ello, resultan clave la realización de ejercicios, la práctica deportiva y la natación.

### **Desarrollo de los movimientos**

El trabajo en piscina contribuye al desarrollo de los movimientos de cabeza y brazos, que serán base para sentarse, gatear y caminar. Se requiere coordinación motriz para mantener el equilibrio y fortalecer la musculatura de las piernas; el acto de nadar, además, favorece la adopción de una postura adecuada mediante el movimiento de caderas, reforzando la espalda para sostener un buen equilibrio y el control de la musculatura del cuello, la parte superior de la espalda y las extremidades superiores.

### **Coordinación**

La coordinación de piernas y brazos facilita el dominio y control corporal; el infante aprende a ubicarse y desplazarse en su espacio, consolidando el equilibrio de rodillas y de pie hasta ponerse de pie por sí mismo, venciendo la fuerza de gravedad. La estimulación a través de la natación promueve una postura adecuada y la coordinación motora indispensable para el desplazamiento.

### **Coordinación dinámica general**

Cuando las habilidades motoras se desarrollan de forma apropiada, aumenta la participación muscular asociada al aprendizaje y condicionada, en buena medida, por factores genéticos; al mismo tiempo, se integran cualidades psíquicas del ser humano. Por medio de la natación y los movimientos en el agua se eleva la condición física, fortaleciendo la elasticidad de músculos, tendones y ligamentos.

## **Criterios en relación al desarrollo de habilidades motoras**

El descubrimiento, conocimiento y control de las propias habilidades motoras posibilitan valorar las capacidades y límites para participar en distintas recreaciones, rutinas y actividades entre pares. Se configura así una relación funcional entre un componente perceptivo (la visión) y los segmentos inferiores y superiores; la integración de equilibrio, coordinación, velocidad y movilidad culmina en la agilidad. (Sevillano García)

El profesorado de Actividad Física y Educación Física enfrenta la dificultad de lograr que su alumnado domine un repertorio amplio de habilidades motrices. Para ello, resulta imprescindible desglosar cada tarea motriz, establecer progresiones ajustadas y, de ese modo, facilitar el aprendizaje de niños y niñas mediante secuencias pedagógicas adecuadas.

Antes de proseguir con los conceptos, conviene precisar la distinción entre habilidades y destrezas. Es habitual que en manuales y textos especializados se empleen de forma indistinta, o con matices distintos, los términos habilidad, tarea y destreza motriz (Sánchez Bañuelos). En sentido estricto, la habilidad motriz alude a la capacidad del individuo para relacionarse con su entorno, destacando la exploración. En el currículo de Educación Física aparece bajo diversos sinónimos dentro de los bloques de contenido, priorizando la eficacia del movimiento, el desplazamiento, la toma de decisiones para adaptar la acción a nuevas situaciones y la adquisición del dominio y control motor.

### **Clasificación de las habilidades motoras**

Siguiendo a Susana (Zevi) en *“Aprendizaje Motor, Maduración y Crecimiento”*, las habilidades motrices se agrupan en cuatro conjuntos interdependientes, con matices personales sobre qué conductas integra cada uno: habilidades motrices rudimentarias; básicas y generales; específicas y compuestas; y especializadas y complejas (Ruiz Pérez), p. 56.

#### **Las habilidades motoras rudimentarias**

Comprenden los movimientos orientados a la conquista de la independencia funcional de la persona en su entorno, en particular los desplazamientos y acciones habituales. Incluyen la adquisición de la posición erguida y la marcha en bipedestación; en este ámbito, la motricidad manual incorpora tomar, soltar, empujar, lanzar o torcer, conductas que acompañan y sostienen el movimiento autónomo del cuerpo.

## **Las habilidades motoras básicas y generales**

Se trata de habilidades amplias y comunes, que sirven de base para aprendizajes posteriores más complejos y culturalmente situados; constituyen el “vocabulario” elemental de la motricidad. Se distinguen tres familias: (a) conductas locomotrices, que permiten la traslación corporal en bipedestación (por ejemplo, marchar, correr o galopar); (b) conductas manipulativas, como lanzar, hacer girar, driblar o desviar un objeto, recoger elementos, así como las acciones rudimentarias (tomar, soltar, empujar, arrojar, torcer) con un grado mayor de ejecución; y (c) conductas no locomotrices, que no encajan en los grupos previos y se vinculan con la motricidad global: empujar, saltar, botar, balancearse, brincar, suspenderse, danzar, trepar, girar, reptar, jugar, esquivar y agarrar (Oña Sicilia), p. 96.

## **Habilidades motoras específicas y compuestas**

No difieren sustancialmente por su tipología, sino por la forma de ejecución, la calidad del movimiento, la articulación entre habilidades y la posibilidad de aplicarlas con eficacia en situaciones reales de juego, acercándose así a las técnicas deportivas. Su rasgo distintivo es la conexión funcional de acciones ya conocidas en secuencias coordinadas y pertinentes al contexto (Granda), p. 89.

## **Habilidades motoras especializadas y complejas**

Se vinculan con la aplicación de formas de movimiento en diversos contextos y con las actividades que las articulan, particularmente las técnicas deportivas, estrechamente ligadas a cada disciplina y a sus elementos técnicos. Por ello, tanto el movimiento deportivo como el no deportivo o laboral adopta un modo de ejecución que trasciende la mera riqueza motriz, de ahí su carácter complejo; las técnicas, además de constituir la vía más eficiente para realizar una acción, responden a las exigencias propias de cada disciplina. (Vanzan) p. 43

En la mayoría de taxonomías especializadas, estas habilidades suelen aparecer como “*especializadas*” o “*complejas*”, integrando técnicas deportivas. En el deporte convergen carreras, saltos, giros, lanzamientos y manejo de objetos con diferentes segmentos corporales (manos, cabeza u otros), todo ello contribuyendo al desarrollo global de habilidades.

En síntesis, las habilidades motoras dominadas y combinadas remiten a las habilidades específicas o deportivas, derivadas directamente de la articulación de habilidades básicas aprendidas en edades tempranas sin orientación a un deporte o ámbito particular.

## **Habilidades motoras finas**

Para su desarrollo se requiere la participación de los músculos pequeños de manos y antebrazos. Se reconoce que algunos infantes con dificultades de aprendizaje o atención pueden presentar problemas en estas habilidades, por lo que resulta crucial promover actividades y ejercicios que estimulen el movimiento manual y, con ello, disminuir posteriores dificultades en la pinza digital. La natación favorece el desarrollo muscular, el equilibrio y el control, así como la coordinación de movimientos finos y gruesos, incrementando la seguridad al avanzar en tareas como alcanzar, pellizcar, manipular objetos y usar herramientas (carboncillos, crayones, lápices de colores o tijeras); la acción coordinada de manos, muñeca, brazo y antebrazo potencia la coordinación óculo–manual. (Vanzan, 2003), p. 43

En el entorno escolar, el aprendizaje integra la adquisición de habilidades necesarias para ampliar el repertorio de movimientos, mediante actividades como dibujo y escritura, que contribuyen a la autonomía a medida que el niño modifica su entorno, fortaleciendo la autoestima y el control de brazos y manos. Junto con las tareas escolares, la práctica deportiva y la natación se incorporan como experiencias lúdicas que impulsan el progreso de estas habilidades.

## **Características del desarrollo de habilidades motoras**

Según (Zevi), p. 89, la natación mejora las habilidades motoras al afianzar la coordinación, el equilibrio y la conciencia espacial. Este medio favorece la capacidad cardiovascular y la resistencia, incrementa la fuerza a través del trabajo muscular y beneficia tempranamente el desarrollo psicomotriz, especialmente durante las etapas de gateo y marcha.

## **Ejercicios suaves**

Los ejercicios de baja intensidad, realizados en agua a temperatura agradable, producen relajación, estimulan el apetito y el descanso, mejoran el carácter y la conducta, y amplían la capacidad del sistema respiratorio junto con una regulación adecuada de la circulación sanguínea.

## **Progreso psicológico**

En la infancia, la natación contribuye al avance psicológico al potenciar la seguridad y la confianza. La vivencia de protección en el medio acuático refuerza la sensación de libertad y autoeficacia para desplazarse por sí mismo, con efectos positivos sobre la inteligencia, la atención, la comprensión y la memoria.

## **Confianza en sí mismo**

La práctica promueve la autoconfianza y la interacción con el entorno, ampliando las oportunidades de socialización. Se diversifican las experiencias lúdicas compartidas, lo que activa el disfrute y el espíritu de juego, a la vez que fortalece los vínculos afectivos con la familia.

## **Conductas de autocuidado**

Las conductas de autocuidado se convierten en hábitos imprescindibles para la convivencia y, más adelante, facilitan la participación en actividades junto a otras personas. Estas prácticas inciden de manera decisiva en el desarrollo psicomotriz, que articula coordinación y habilidades desde edades tempranas; en consecuencia, el docente debe proponerse como meta central promover, de forma gradual, la autonomía del estudiante en sus actividades cotidianas. (Zevi, 2000), p. 89.

El autor subraya que los niños pueden alcanzar los fundamentos del desarrollo de las habilidades motoras gruesas en distintos momentos evolutivos. Ello implica coordinar movimiento y equilibrio mediante variados estímulos, con el fin de perfeccionar las experiencias y aprendizajes motores adquiridos en etapas previas, mediante un movimiento organizado que responda a criterios de precisión, eficacia, economía y armonía, y que consolide la capacidad neuromuscular para ejecutar con exactitud lo proyectado por la inteligencia motriz.

## **El aprendizaje de natación y las actividades acuáticas**

Históricamente, el medio acuático ha impulsado la responsabilidad en el desarrollo de habilidades orientadas al progreso motor. La metodología ha evolucionado desde enfoques tradicionales basados en la asignación de tareas hacia modelos que favorecen la participación activa, con el fin de potenciar el nivel cognitivo de los participantes. En este marco, el orientador aplica estrategias que fortalecen el proceso de enseñanza-aprendizaje, optimizando la labor pedagógica de la natación y reduciendo los riesgos inherentes al agua.

Mediante la alternancia planificada de ejercicios, la enseñanza-aprendizaje ha avanzado en el dominio de habilidades, estimulando la estabilidad, el desplazamiento, la respiración y la propulsión, con una progresión centrada en los estilos crol, espalda, braza y mariposa. Se incorpora el salto en distintos niveles y se articulan objetivos de índole formativa, competitiva y recreativa. La intervención acuática se inicia conjuntamente con las familias para favorecer la autonomía del infante en el entorno acuático y, con ello, el desarrollo de sus habilidades. (Zevi, 2000), p. 147.

Las habilidades acuáticas se fortalecen a través de actividades recreativas, inmersiones, saltos, desplazamientos, deslizamientos y secuencias motrices, comenzando en zonas de poca profundidad. Es imprescindible trabajar el desplazamiento y estructurar la enseñanza con una secuencia ordenada y gradual. En este proceso se priorizan la flotación, la respiración y la propulsión como habilidades nucleares, integrándolas mediante el juego y desagregando los componentes técnicos de los estilos de natación con un método analítico y progresivo.

### **Hipótesis**

**Ho:** La enseñanza-aprendizaje de la natación no influye en el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años del Centro Turístico La Rueda.

**Hi:** La enseñanza-aprendizaje de la natación influye en el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años del Centro Turístico La Rueda.

### **Señalamiento de variables**

#### **Variable independiente**

Enseñanza-aprendizaje de la natación

#### **Variable dependiente**

Habilidades motoras

---

# CAPÍTULO 3

## METODOLOGÍA

---



## **Enfoque Investigativo**

El estudio titulado La Enseñanza Aprendizaje de la Natación para el dominio de las Habilidades Motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el Centro Turístico La Rueda se enmarcó en el paradigma crítico–propositivo y adoptó enfoques cualitativo y cuantitativo.

En el componente cualitativo, las inferencias del trabajo se sometieron a un examen crítico basado en el razonamiento y la reflexión, lo que sustentó la construcción del marco teórico.

## **Modalidad básica de la investigación**

El diseño se ejecutó en el Centro Turístico La Rueda y respondió a las siguientes modalidades:

### **Investigación bibliográfica–documental**

La indagación se apoyó en libros, revistas, artículos periodísticos y fuentes en línea. Además, incorporó una propuesta factible orientada a reconocer los beneficios de la práctica de la natación en el ámbito deportivo.

### **Investigación de campo**

El trabajo de campo permitió al investigador recabar información mediante el contacto directo con la problemática en el propio escenario de la ocurrencia.

## **Nivel o tipo de investigación**

La metodología consideró distintos niveles o tipos, cada uno con rasgos particulares: exploratorio, descriptivo, correlacional (asociación de variables) y explicativo.

### **Nivel o tipo exploratorio**

Fue exploratorio en la medida en que ensayó nuevos abordajes, generó hipótesis y registró variables con interés investigativo dentro de un contexto específico.

### **Nivel o tipo descriptivo**

El componente descriptivo permitió manejar las variables en estudio y constatar sus vínculos, procesando los resultados derivados de los instrumentos primarios (encuestas). Esto permitió caracterizar escenarios y cualidades relacionadas con el tema, así como patrones de comportamiento en el entorno.

## Nivel o tipo correlacional

Se establecieron relaciones entre las variables objeto de análisis.

## Nivel o tipo explicativo

Este nivel hizo posible identificar los factores determinantes vinculados con los comportamientos de la **variable independiente** (enseñanza–aprendizaje de la natación) y la **variable dependiente** (habilidades motoras).

## Población y muestra

### Población

Para alcanzar los objetivos, se aplicaron encuestas, observación y ficha técnica sobre la enseñanza–aprendizaje de la natación orientada al dominio de habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años del Centro Turístico La Rueda. La población estuvo conformada por 8 instructores y 90 estudiantes (48 niños y 42 niñas).

En el componente cuantitativo, los hallazgos de campo se analizaron mediante la elaboración de tablas y gráficos, recursos que facilitaron proponer respuestas al problema investigado.

### Tabla 1

#### *Población y Muestra*

Población	Frecuencia	Porcentaje
Instructores	8	8%
Niños y niñas	90	92%
Total	98	100%

*Fuente Investigador elaborado por:* Autores

Dado que la población o universo de estudio era reducido, se empleó la t de Student, herramienta estadística concebida para estimar la media de una población con distribución normal cuando el tamaño muestral es pequeño y se desconoce su varianza poblacional.

La aplicación de la prueba t de Student permite determinar diferencias entre dos medias muestrales y construir intervalos de confianza para contrastarlas. Cuando se desconoce la desviación estándar poblacional, esta se estima a partir de la información de la muestra, posibilitando la comparación entre los grupos o actores considerados en la investigación.

## Operacionalización de Variables

### Variable Independiente: Enseñanza aprendizaje de la natación

Tabla 2

Variable Independiente: *Enseñanza Aprendizaje de la Natación*

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems Básicos	Técnica e Instrumento
<p><b>La enseñanza aprendizaje de la natación</b></p> <p>Integra los diversos modelos metodológicos de enseñanza aprendizaje de los estilos de natación para instruir en forma didáctica aplicando determinadas actividades que permiten utilizar técnicas para y cumplir con los objetivos planteados, contribuyendo en el desarrollo integral</p>	Didáctica	Ejercicios	¿Los instructores durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación fortalecen la confianza mutua y paciencia transmitiendo seguridad en la realización de ejercicios acuáticos?	<p><b>Técnica:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumento:</b> Cuestionario dirigido a instructores</p> <p><b>Instrumento:</b> Ficha Técnica aplicada a los niños y niñas</p>
		Autoconfianza	¿Cómo instructor usted reconoce los progresos en la natación, estimula y fortalece la autoconfianza y elogia el la conciencia de rendimiento?	
	Vigilar Supervisar Corregir Socorrer	¿Usted se coloca en el borde de la piscina para vigilar, controlar, corregir y socorrer rápidamente evitando inadecuados hábitos en los movimientos?		

	Técnicas	Flotación Respiración Propulsión	¿Cómo instructor enseña a coordinar los movimientos de brazos, piernas y respiración, empleando el lanzamiento, la flotación, y la propulsión?	
	Desarrollo integral	Personalidad	¿Aplica usted juegos que permiten demostrar al niño seguridad en el agua desarrollando rasgos positivos de la personalidad aumentando la motivación y capacidad de nado?	

*Fuente Investigador Elaborado por:* Autores

**Variable Dependiente:** Habilidades Motoras

**Tabla 3**

**Variable Dependiente:**

*Habilidades Motoras*

Conceptualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems Básicos	Técnica e Instrumento
<p><b>Habilidades Motoras</b></p> <p>Son desplazamientos, brincos, giros, dispersiones, que se realiza en actividades diarias y físicas ensamblado con la coordinación y el equilibrio, que consienten la supervivencia de los aprendizajes motrices complejos, caracterizándose por evolucionar con el ser humano, promoviendo el desarrollo del esquema corporal, dependiendo de la maduración del sistema nervioso central, del ambiente social, y la interacción con otras personas y los objetos.</p>	Actividades	Sumergimiento Respiración Flotación	¿Considera usted que el niño realiza saltos, sumergimiento, respiración, flotación y locomoción?	<p><b>Técnica:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumento:</b> Cuestionario dirigido a instructores</p> <p><b>Instrumento:</b> Ficha Técnica aplicada a los niños y niñas</p>
		Coordinación	¿Cree usted que el deporte de natación contribuye a mantener y mejorar las funciones corporales, motoras, sensoriales y mentales, previniendo deformidades, y vicios posturales?	
	Expresión corporal	¿Utilizan el medio acuático para que los niños puedan expresarse corporalmente, comunicar sensaciones, ideas, estados de ánimo y comprender mensajes?		

		Relaciones equilibradas	¿Considera usted que los niños y niñas participan en juegos acuáticos estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad?	
	Interacción	Autonomía	¿Cree usted que el niño adquiere autonomía en el medio acuático, propiciando la auto aceptación de las posibilidades individuales?	

*Fuente Investigador Elaborado por: Autores*

## **Técnicas e Instrumentos**

Las técnicas e instrumentos empleados en el estudio fueron los siguientes.

### **Técnica: La Encuesta**

Se utilizó la encuesta para recabar información de los instructores, con el propósito de obtener datos válidos y pertinentes que apoyaran el desarrollo de la investigación en el Centro Turístico La Rueda.

### **Instrumento: El Cuestionario**

Se aplicó un cuestionario a los instructores con el fin de identificar cómo se lleva a cabo el proceso de Enseñanza Aprendizaje de la Natación orientado al dominio de las Habilidades Motoras en niños y niñas de 6 a 12 años que asisten al Centro Turístico La Rueda.

## Técnica: La Observación

La observación permitió al investigador adoptar decisiones fundamentadas para distinguir entre lo cotidiano y lo científico, atendiendo (mediante los sentidos) a aspectos concretos de la realidad del centro turístico.

### Ficha Técnica

El estudio buscó fortalecer el dominio de las habilidades motoras; participaron 90 niños y niñas de 6 a 12 años. La ficha se aplicó en dos momentos, Antes y Después, con un intervalo de cinco semanas, evidenciándose diferencias significativas en el desempeño de los participantes.

**Tabla 4**

#### *Técnicas e Instrumentos*

<b>Técnicas</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Unidad de Análisis</b>
<b>Encuesta</b>	Cuestionario	Instructores del Centro Turístico La Rueda
<b>La observación</b>	Ficha	Centro Turístico La Rueda
<b>La Ficha</b>	Técnica	Niños y niñas

*Fuente Investigador Elaborado por: Autores*

## Recolección de la Información

Tabla 5

### *Plan de Recolección de Información*

Preguntas Básicas	Explicación
¿Para qué investigar?	Para establecer la relación existente entre la enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el Centro Turístico La Rueda
¿De qué personas u objetos	Instructores y niños del Centro Turístico La Rueda
¿Sobre qué aspectos?	La enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras
¿Quién investiga?	Investigador: Lcdo. Mármol Escobar, Olmedo Javier
¿Cuándo?	Período 2016- 2017
¿Dónde?	En el Centro Turístico La Rueda
¿Cuántas veces?	Dos veces: a modo de piloto, y otra definitiva
¿Qué técnicas de recolección?	Encuesta, Observación y Ficha Técnica
¿Con qué?	Cuestionario estructurado
¿En qué situación?	De aceptación en el Centro Turístico La Rueda

*Fuente Investigador Elaborado por:* Autores

## Procesamiento y Análisis de la Información

La información se gestionó en Excel, herramienta con la que se construyeron tablas estadísticas y se aplicaron las fórmulas pertinentes para efectuar los cálculos matemáticos requeridos. Con base en estos resultados se elaboraron las conclusiones y se derivaron las recomendaciones correspondientes.

## Análisis e Interpretación de Resultados

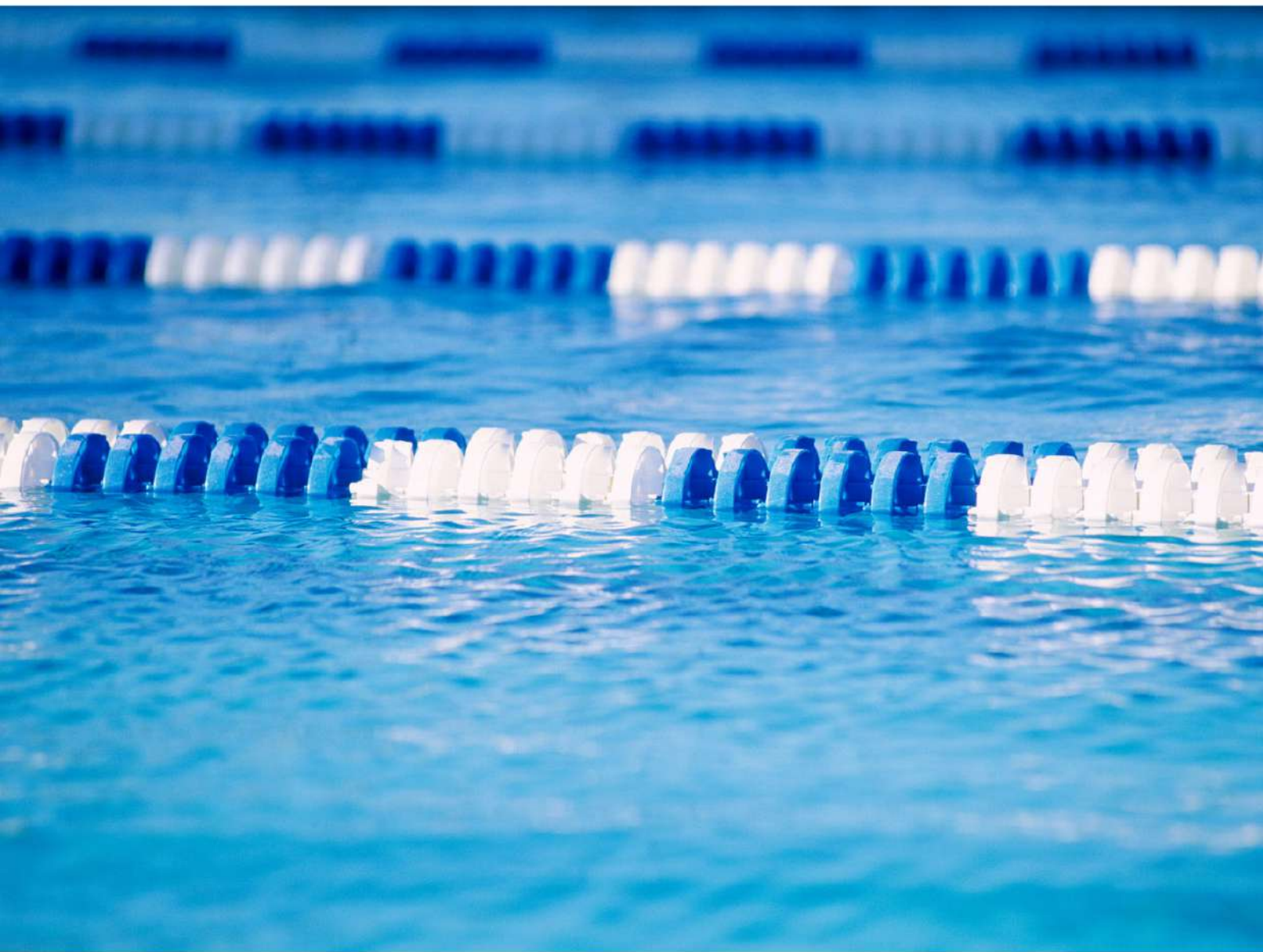
- Se elaboraron tablas y representaciones gráficas.
- Se llevó a cabo el análisis e interpretación de cada una de las interrogantes.
- La depuración se realizó utilizando un lenguaje claro y preciso, evitando errores.

---

# **CAPÍTULO 4**

## **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

---



## Encuesta dirigida a los instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Tabla 6**

*¿Los instructores durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación fortalecen la confianza mutua y paciencia transmitiendo seguridad en la realización de ejercicios acuáticos?*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	1	12,5%
A veces	2	25,0%
Nunca	5	62,0%
Total	8	100%

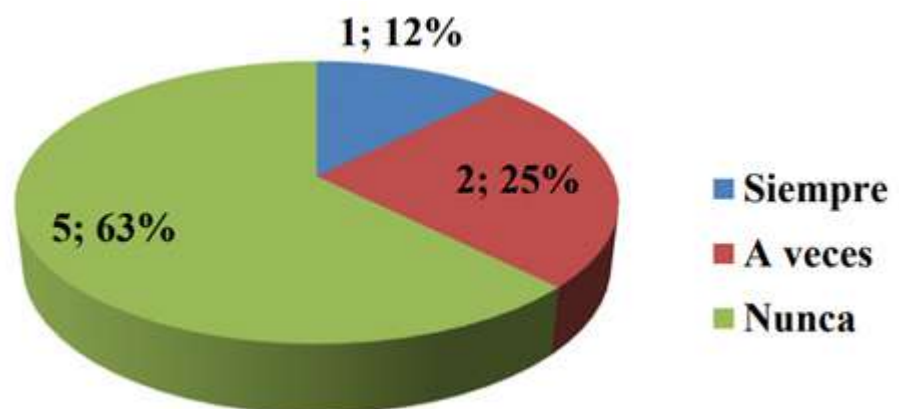
**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Figura 6**

*¿Los instructores durante el proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación fortalecen la confianza mutua y paciencia transmitiendo seguridad en la realización de ejercicios acuáticos?*



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis.** Del 100% de instructores encuestados el 62,0% manifiestan que el proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación nunca fortalecen la confianza mutua y paciencia transmitiendo seguridad en la realización de ejercicios acuáticos; mientras

que el 25,0%, dicen que a veces y el 12,5% restante dicen que siempre.

**Interpretación:** Se puede asegurar, que más de las tres cuartas partes de los instructores nunca fortalecen la confianza mutua y paciencia transmitiendo seguridad en la realización de ejercicios acuáticos.

**Tabla 7**

*¿Cómo instructor usted reconoce los progresos en la natación, estimula, fortalece la autoconfianza y elogia la conciencia de rendimiento?*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	3	37,5%
A veces	4	50,0%
Nunca	1	12,5%
Total	8	100%

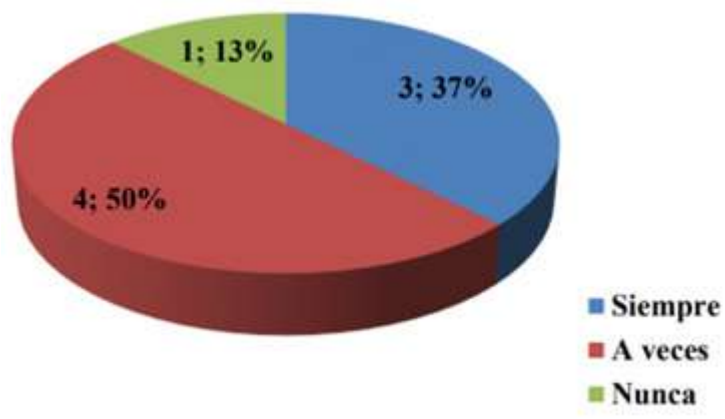
**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Figura 7**

*¿Cómo instructor usted reconoce los progresos en la natación, estimula, fortalece la autoconfianza y elogia la conciencia de rendimiento?*



**Fuente:** Niños y niñas Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis:** Del total de encuestados, el 50 % dicen que a veces reconocen los progresos en la natación, estimula, fortalece la autoconfianza y elogia la conciencia de rendimiento, el 37 % dicen que siempre lo hace y el 13 % coinciden en nunca los estimula de esta

manera.

**Interpretación:** Los datos demuestran que los profesores a veces reconocen los progresos en la natación estimulan, fortalecen la autoconfianza y elogian la conciencia de rendimiento de los estilos aplicados en los diferentes entornos, por lo que se requiere que sea una práctica constante y no esporádica entre los estudiantes.

### Tabla 8

*¿El instructor de natación se coloca en el borde de la piscina para vigilar, supervisar, corregir y socorrer rápidamente evitando inadecuados hábitos en los movimientos?*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	50,0%
A veces	3	37,50%
Nunca	1	12,5%
Total	8	100%

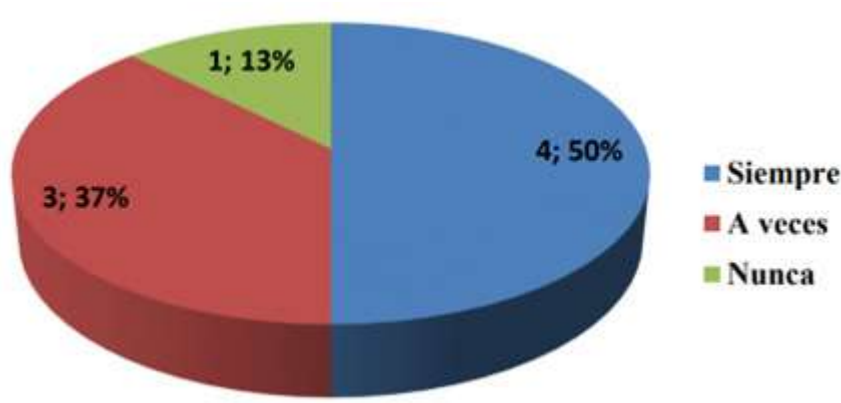
**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

### Figura 8

*¿El instructor de natación se coloca en el borde de la piscina para vigilar, supervisar, corregir y socorrer rápidamente evitando inadecuados hábitos en los movimientos?*



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis:** Del total de encuestados, el 50 % se coloca en el borde de la piscina para vigilar, supervisar, corregir y socorrer rápidamente evitando inadecuados hábitos en los movimientos el 37 % dicen que a veces lo hacen y el 13 % coinciden en nunca los supervisa

**Interpretación:** Los encuestados coinciden en que como instructores de natación siempre se colocan en el borde de la piscina para vigilar, supervisar, corregir y socorrer rápidamente, evitando inadecuados hábitos en los movimientos de los niños.

**Tabla 9** ¿Usted enseña a coordinar los movimientos de brazos y piernas con la respiración, empleando el lanzamiento, la flotación, y la propulsión?

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	3	37,50%
A veces	3	37,50%
Nunca	2	25,0%
Total	8	100%

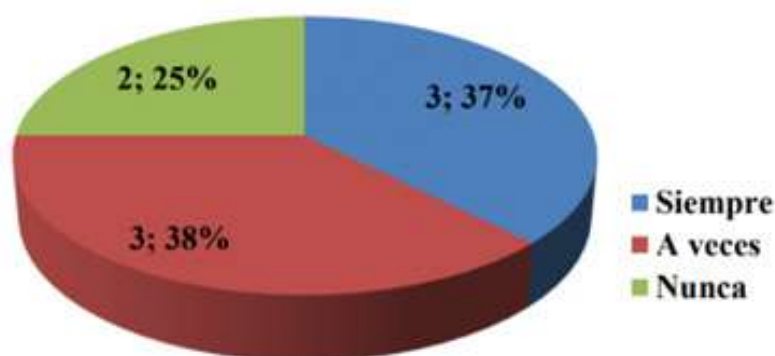
**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

### Figura 9

*¿Usted enseña a coordinar los movimientos de manos y piernas con la respiración, empleando la flotación, respiración y propulsión?*



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis:** Según los resultados obtenidos, el 38 % corresponde a quienes opinan que a veces el instructor enseña a coordinar los movimientos de manos y piernas con la respiración, empleando la flotación, respiración y propulsión, el 37 % opinan que siempre lo hacen y el 25 % dicen que nunca les enseñan de esta manera.

**Interpretación:** los datos tabulados demuestran que el aprendizaje de la natación requiere el dominio de destrezas coordinadas entre la respiración, flotación y propulsión básicamente, por lo que es preciso sean desarrolladas como estrategias básicas en el entrenamiento.

**Tabla 10**

*¿Cómo instructor aplica juegos que permiten demostrar a los niños la seguridad en el agua desarrollando rasgos positivos de la personalidad aumentando la motivación y la capacidad de nado?*

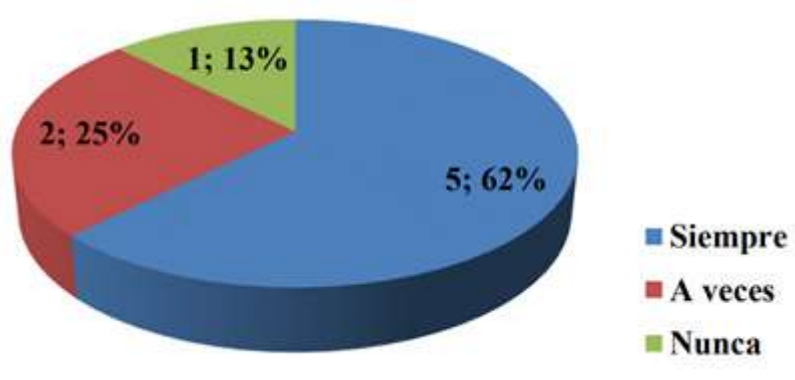
Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	5	62,5%
A veces	2	25,0%
Nunca	1	12,5%
Total	8	100%

**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Figura 10** Cómo instructor aplica juegos que permiten demostrar a los niños la seguridad en el agua desarrollando rasgos positivos de la personalidad aumentando la motivación y la capacidad de nado?



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico” La Rueda”

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis:** Del total de encuestados el 62 % corresponde a quienes dicen que a siempre el instructor aplica juegos que permiten demostrar a los niños la seguridad en el agua desarrollando rasgos positivos de la personalidad aumentando la motivación y la capacidad de nado, el 25 % dicen que a veces lo hace, y el 13 % coinciden que nunca realiza dichas actividades.

**Interpretación:** Se puede determinar que la aplicación de juegos en el proceso de enseñanza aprendizaje permite demostrar a los niños la seguridad en el agua desarrollando rasgos positivos para enseñar a nadar a los niños y niñas

**Tabla 11**

*¿Considera usted que el niño realiza saltos, sumergimientos, respiración, flotación y locomoción?*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	2	25,0%
A veces	3	37,5%
Nunca	3	37,5%
Total	8	100%

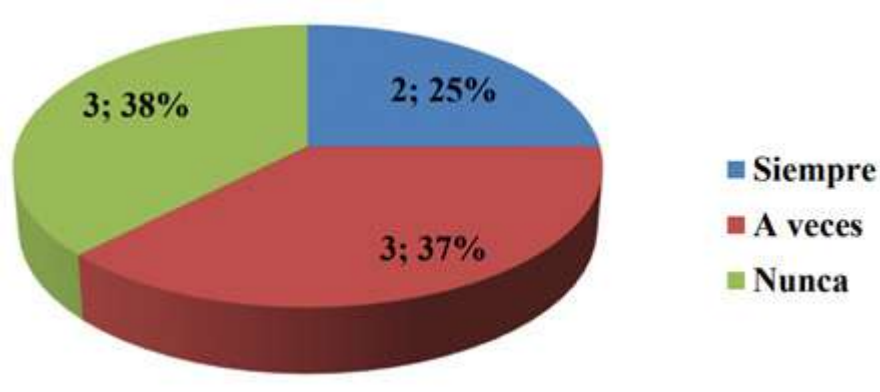
**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Figura 11**

*¿Considera usted que el niño realiza saltos, sumergimientos, respiración, flotación y locomoción?*



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis:** En esta pregunta, el 38 % corresponde a quienes nunca consideran que el niño realice saltos, sumergimientos, respiración, flotación y locomoción; mientras que el 37 % dicen que a veces se los ejecuta, y el 25 % siempre lo han observado.

**Interpretación:** Se determina que el niño debe realizar saltos, sumergimientos, respiración, flotación y locomoción, como un constante trabajo corporal a través de las etapas pertinentes, con absoluta precaución por el entrenador o instructor.

**Tabla 12**

*¿Cree usted que el deporte de natación contribuye a mantener y mejorar las funciones corporales, motoras, sensoriales y mentales, previniendo deformidades, y vicios posturales?*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	50,0%
A veces	4	50,0%
Nunca	0	00,0%
Total	8	100%

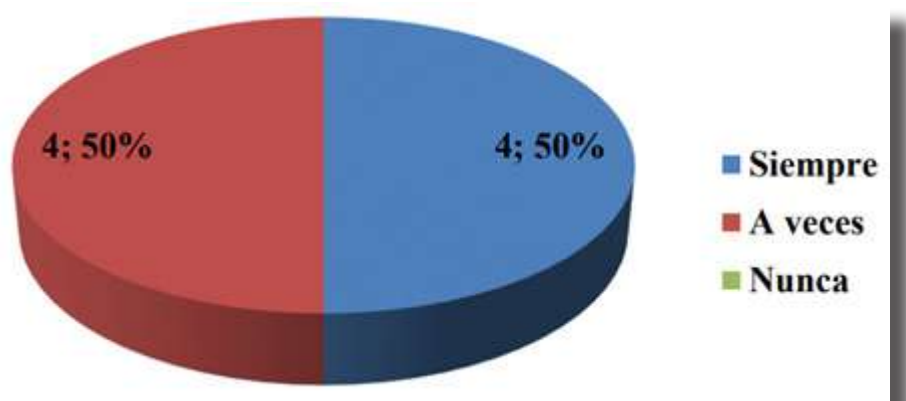
**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Figura 12**

*¿Cree usted que el deporte de natación contribuye a mantener y mejorar las funciones corporales, motoras, sensoriales y mentales, previniendo deformidades, y vicios posturales?*



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico” La Rueda”

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis:** Del total de encuestados, el 50 % piensan que el deporte de natación siempre contribuye a mantener y mejorar las funciones corporales, motoras, sensoriales y mentales, previniendo deformidades, y vicios posturales; mientras que el otro 50 % piensan que a veces lo hace.

**Interpretación:** Se puede asegurar que el deporte de natación contribuye a mantener y mejorar las funciones corporales, motoras, sensoriales y mentales, previniendo deformidades, y vicios posturales, por el aporte que hace en el área psicomotriz, coordinativa, corporal e integral.

**Tabla 13** ¿Utilizan el medio acuático para que los niños puedan expresarse corporalmente, para comunicar sensaciones, ideas, estados de ánimo y comprender mensajes?

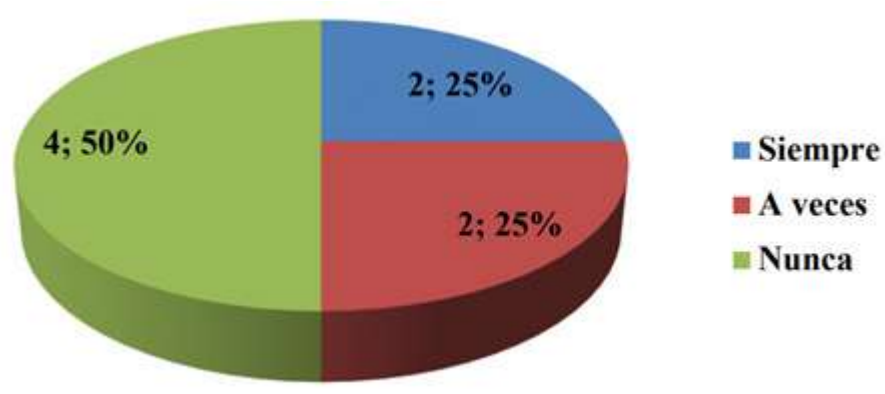
Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	2	25,0%
A veces	2	25,0%
Nunca	4	50,0%
Total	8	100%

**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Figura 13** ¿Utilizan el medio acuático para que los niños puedan expresarse corporalmente, para comunicar sensaciones, ideas, estados de ánimo y comprender mensajes?



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis:** El 50 % señala que los educadores nunca usan el medio acuático para la expresión corporal (sensaciones, ideas, estados de ánimo); el 25 % dice que siempre lo hacen y el 25 % que a veces.

**Interpretación:** Existe una baja integración de la expresión corporal en las clases de natación. Es necesario incorporarla en el proceso de enseñanza–aprendizaje para que los niños se expresen mejor y fortalezcan sus capacidades de nado.

**Tabla 14**

*¿Considera usted que los niños y niñas participan en juegos acuáticos estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad?*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	50,0%
A veces	3	37,5%
Nunca	1	12,5%
Total	8	100%

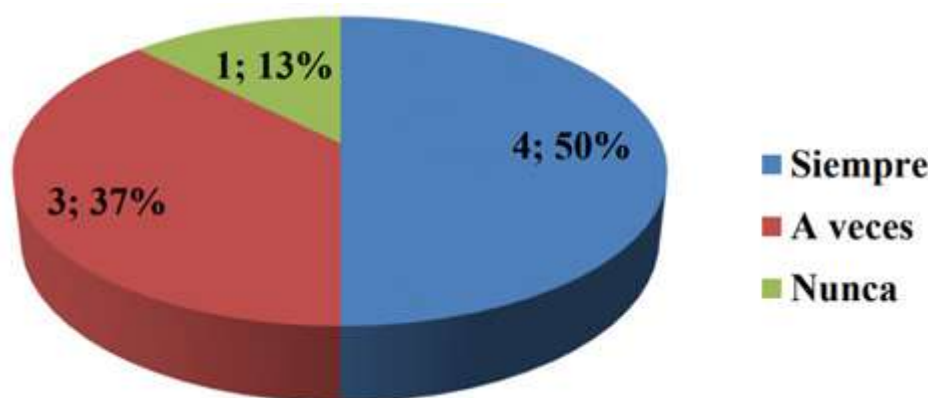
**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico” La Rueda”

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Figura 14**

*¿Considera usted que los niños y niñas participan en juegos acuáticos estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando comportamientos agresivos y las actitudes de rivalidad?*



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico” La Rueda”

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** octubre 2016

**Análisis:** El 50 % participa en juegos acuáticos con relaciones equilibradas y constructivas; el 37 % lo hace a veces y el 13 % nunca.

**Interpretación:** La mayoría fomenta convivencia sin agresividad ni rivalidad, lo que constituye una fortaleza que favorece el aprendizaje.

**Tabla 15**

*¿Cree usted que el niño adquiere autonomía en el medio acuático, propiciando la auto aceptación de las posibilidades individuales?*

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	3	37,5%
A veces	4	50,0%
Nunca	1	12,5%
Total	8	100%

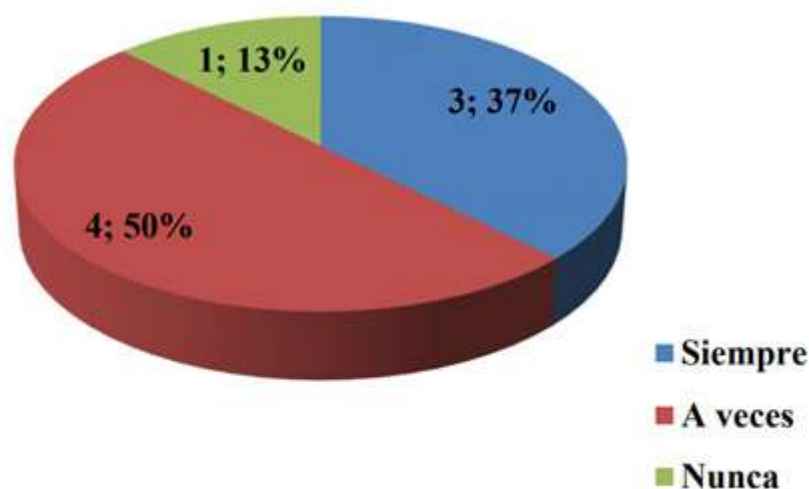
**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** septiembre 2016

**Figura 15**

*¿Cree usted que el niño adquiere autonomía en el medio acuático, propiciando la auto aceptación de las posibilidades individuales?*



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha:** septiembre 2016

**Análisis:** Del total de encuestados 50 % manifiestan que a veces adquieren autonomía en el medio acuático, propiciando la auto aceptación de las posibilidades individuales, el 37 % dicen que a siempre lo hacen y el 13 % coinciden en nunca adquiere autonomía.

**Interpretación:** los datos destacan una nueva oportunidad de aprendizaje; ya que, los niños y niñas participan en juegos acuáticos estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás.

## **Verificación de Hipótesis**

### **Análisis de la encuesta a los instructores**

Tras la aplicación de las encuestas a los instructores del Centro Turístico La Rueda, el 100 % colaboró y participó en el estudio sobre la Enseñanza Aprendizaje de la Natación orientado al dominio de las Habilidades Motoras en niños y niñas de 6 a 12 años. Los resultados fueron favorables, pues la intervención docente fomentó la autonomía y la seguridad, a la vez que facilitó el desempeño en actividades acuáticas con interacción directa con los niños, promoviendo el desarrollo coordinado de las habilidades motoras y el fortalecimiento de la masa corporal. Al cierre del levantamiento de información, se constató un amplio consenso entre los instructores en cuanto a que la enseñanza y el aprendizaje de la natación contribuyen efectivamente al dominio de las habilidades motoras; en consecuencia, la labor del instructor se configura como un pilar esencial para la adaptación al medio acuático.

### **Planteamiento de la hipótesis**

**Ho:** La enseñanza del aprendizaje de la natación no influye para el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el Centro Turístico La Rueda.

**H1:** La enseñanza aprendizaje de la natación sí influye para el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el Centro Turístico La Rueda.

El test t de Student para una muestra permite evaluar si es admisible suponer que la media poblacional adopta un valor específico. A partir de una muestra, la prueba determina si resulta razonable mantener la hipótesis nula de que la media corresponde a dicho valor. Se trata de una prueba paramétrica que parte del supuesto de que la variable de interés en la población presenta un comportamiento compatible con una distribución normal (curva de Gauss); por ello, la normalidad se asume como un modelo adecuado para describir a la población (Spiegel, 2010, p. 251). Dado el tamaño acotado del universo, se recurre al procedimiento y análisis de la t de Student para contrastar la relación entre las variables, aplicando la fórmula correspondiente.

Fórmula para el cálculo de la t de student.

$$t = \frac{\bar{X} - \mu}{\frac{\sigma}{\sqrt{n}}}$$

Dónde:

$\bar{X}$ : Valor promedio o media aritmética

$\sigma$ : Desviación estándar

$n$ : Tamaño de la muestra (cuestionario) para la prueba de hipótesis

$\mu$ : Media comparativa

A continuación se explica por qué  $\mu$  es igual a 0. La media comparativa ( $\mu$ ) se obtiene restando las opciones de respuesta de las preguntas analizadas; en este caso, las interrogantes se estructuraron con dos indicadores (Sí/No). Por tanto, al sustraer el valor 1 (Sí) del valor 1 (No), el resultado es cero.

### **Cálculo del estadístico T de Student.**

De las preguntas del cuestionario se seleccionaron 10 ítems clave que permiten inferir la relación existente entre la variable independiente y la variable dependiente.

Preguntas de las variables independiente–dependiente Enseñanza Aprendizaje de la Natación para el dominio de las Habilidades Motoras

- ¿Los instructores, durante el proceso de enseñanza–aprendizaje de la natación, fortalecen la confianza mutua y la paciencia, transmitiendo seguridad en la ejecución de ejercicios acuáticos?
- ¿Como instructor, usted reconoce los progresos en natación, estimula, refuerza la autoconfianza y valora la conciencia de rendimiento?
- ¿El instructor de natación se ubica en el borde de la piscina para vigilar, supervisar, corregir y auxiliar con prontitud, evitando hábitos inadecuados en los movimientos?
- ¿Usted enseña a coordinar los movimientos de brazos y piernas con la respiración, empleando lanzamiento, flotación y propulsión?
- ¿Como instructor aplica juegos que demuestran a los niños seguridad en el agua, desarrollan rasgos positivos de la personalidad y aumentan la motivación y la capacidad de nado?
- ¿Considera usted que el niño realiza saltos, sumersiones, respiración, flotación y locomoción?

- ¿Cree que el deporte de la natación contribuye a mantener y mejorar funciones corporales, motoras, sensoriales y mentales, previniendo deformidades y vicios posturales?
- ¿Utilizan el medio acuático para que los niños se expresen corporalmente, comuniquen sensaciones, ideas y estados de ánimo, y comprendan mensajes?
- ¿Considera que los niños y niñas participan en juegos acuáticos estableciendo relaciones equilibradas y constructivas con los demás, evitando conductas agresivas y actitudes de rivalidad?

## Cálculo de Grados de Libertad

$$GI = (10 - 1) * (2 - 1)$$

$$GI = 9 * 1$$

$$GI = 9$$

### Nivel de significancia

Con los grados de libertad determinados, se adopta un nivel de confianza del 95 % ( $\alpha = 0,05$ ). Para 9 grados de libertad, la tabla de la distribución t de Student reporta un valor crítico de 1,83. En consecuencia, el estadístico t teórico calculado deberá superar dicho umbral para aceptar la hipótesis alternativa.

### Procedimiento

**Paso N.º 1.** Seleccionar las preguntas de mayor relevancia para la investigación; se pueden incluir tantas como se estime pertinente o la totalidad. En este caso, se eligieron 10 preguntas.

### Tabla 16

*Puntos de muestra*

	X1	X2	(X1-X2)
Preguntas	Sí	No	X
1	1	7	-6
2	3	5	-2
3	4	4	0
4	3	5	-2
5	5	3	2
6	2	6	-4
7	4	4	0
8	2	6	-4
9	4	4	0
10	3	5	-2
$\sum X =$			<b>-18</b>

**Fórmula de la media aritmética** Una vez identificadas las frecuencias observadas se procede al cálculo de la media aritmética, según la siguiente fórmula:

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n}$$

**Dónde:**

$\bar{X}$ : Valor promedio o media aritmética

$n$ : Tamaño de la muestra (cuestionario)

$X$ : Punto muestral

### Cálculo de la media aritmética

$$\bar{X} = \frac{\sum x}{n} = \frac{-18}{10} = -1.8$$

**Pasó N° 2** Posterior a la obtención de la media aritmética ( $\bar{X}$ ) que dio como resultado -1.8 y el punto muestral ( $X$ ), en la segunda matriz se identifican los resultados de la resta de la media aritmética respecto del punto muestral y todo elevado al cuadrado esta ecuación permite obtener una respuesta total, dicho dato nos sirve para posteriormente ejecutar la desviación estándar.

**Tabla 17**

*Matriz de Cálculos*

$(X - \bar{X})^2$	Respuesta
$(-6 - (-1.8))^2$	17.64
$(-2 - (-1.8))^2$	0.04
$(0 - (-1.8))^2$	3.24
$(-2 - (-1.8))^2$	0.04
$(2 - (-1.8))^2$	14.44
$(-4 - (-1.8))^2$	4.84
$(0 - (-1.8))^2$	3.24
$(-4 - (-1.8))^2$	14.44
$(0 - (-1.8))^2$	3.24
$(-2 - (-1.8))^2$	0.04
$\sum (X - \bar{X})^2$	61.2

### Paso N° 3 Cálculo de la Desviación estándar

Para el cálculo de la desviación estándar se aplica la siguiente fórmula:

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum (X - \bar{X})^2}}{n}$$

Dónde:

$X$ : Punto Muestral

$\bar{X}$ : Media Aritmética

$n$ : Tamaño de la muestra (cuestionario) para la prueba de hipótesis.

Reemplazando los datos:

$$\sigma = \frac{\sqrt{\sum(X - \bar{X})^2}}{n} = \frac{\sqrt{61.2}}{10} = \frac{7.83}{10} = 0.78$$

#### **Paso N° 4** Cálculo t de student

Finalmente concluidas las operaciones anteriores se procede al cálculo de la t de student; para poder obtener el resultado final.

Se aplica la siguiente fórmula:

$$t = \frac{\bar{X} - \mu}{\frac{\sigma}{\sqrt{n}}}$$

Dónde:

$\bar{X}$ : Valor promedio o media aritmética

$\sigma$ : Desviación estándar

$n$ : Tamaño de la muestra (cuestionario) para la prueba de hipótesis

$\mu$ : Media comparativa

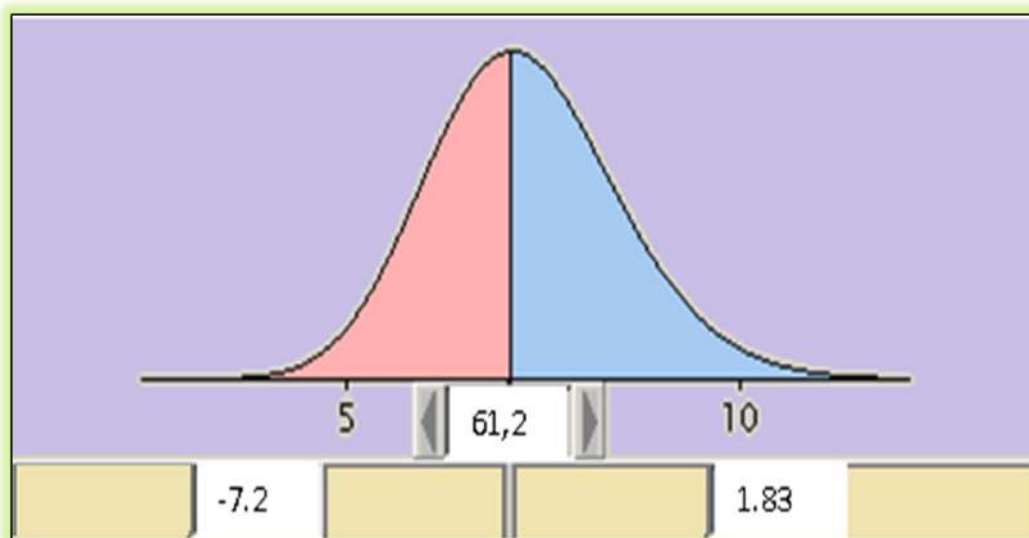
Reemplazando los valores para obtener la respuesta total de la t de student:

$$t = \frac{\bar{X} - \mu}{\frac{\sigma}{\sqrt{n}}} = \frac{-1.8 - 0}{\frac{0.78}{\sqrt{10}}} = \frac{-1.8}{\frac{0.78}{3.16}} = \frac{-1.8}{0.25} = -7.2$$

## CONCLUSIÓN

### Figura 16

#### *Campana de Gauss*



**Fuente:** Instructores que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

Concluyendo que como  $t = \pm 7.2 > t_{\text{tabla}} = \pm 1.83$  se rechaza  $H_0$  y se acepta  $H_1$ , es decir que la Enseñanza sí incide en el Aprendizaje de la Natación para el dominio de las Habilidades Motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el Centro Turístico La Rueda.

## Ficha Técnica dirigido a los niños y niñas que acuden al Centro Turístico “La Rueda”

### Primera Ficha Técnica Fuera del Agua

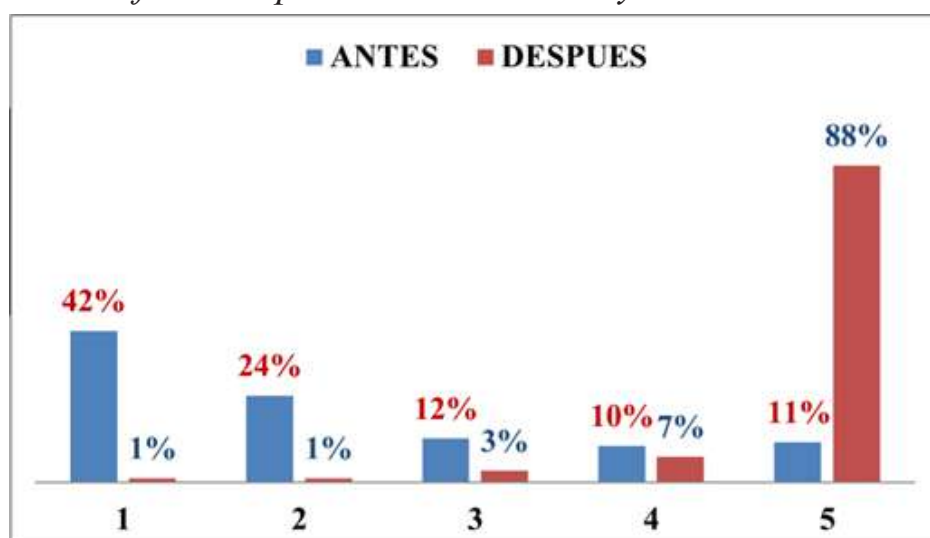
**Objetivo:** Determinar la coordinación de la respiración, movimientos con brazos, tronco y piernas

**Fecha inicio** noviembre 2016

**Fecha de terminación** enero 2017

#### Figura 17

*Parado firme respiración con la boca y se bota con la nariz*



**Análisis:** Entre tres y cuatro errores y que es porcentaje significativo (66%), los niños no realizaban la respiración con la boca, lo hacían por con la nariz.

Posteriormente de la intervención se nota claramente la memorización y ejecución del ejercicio sin falta, y que corresponda a un porcentaje altamente significativo 88% con esta actividad se fortalece la utilidad y la necesidad de esta guía metodológica

Tabla 18

*Un paso a la derecha, brazo izquierdo lateral respiración cambiamos*

Nº	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	36%	30%	13%	11%	9%	90
2	DESPUÉS	1%	1%	3%	9%	86%	90

**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

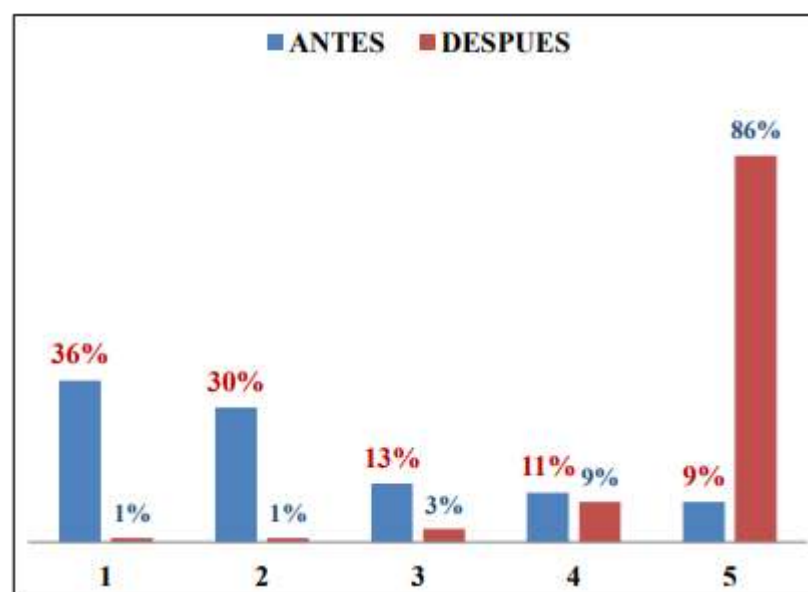
**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Figura 18**

*Un paso a la derecha, brazo izquierdo lateral respiración cambiamos*



**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

Entre tres y cuatro errores dando un porcentaje significativo del (66%), los niños no realizaban la actividad encomendada, es de ir a la derecha, brazo izquierdo lateral respiración y cambios, al realizar la valoración se evidencia notoriamente la memorización y ejecución del ejercicio sin falta, y que concierne a un porcentaje altamente significativo 95% de esta actividad y el interés de aprenderá con la paciencia del instructor y de la guía metodológica le logra obtener el porcentaje en la gráfica

**Tabla 20**

*Unir las piernas, realizar braceo alternado respiración*

Nº	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	30	28	13	10	9	90
2	DESPUÉS	1	2	4	6	77	90

**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

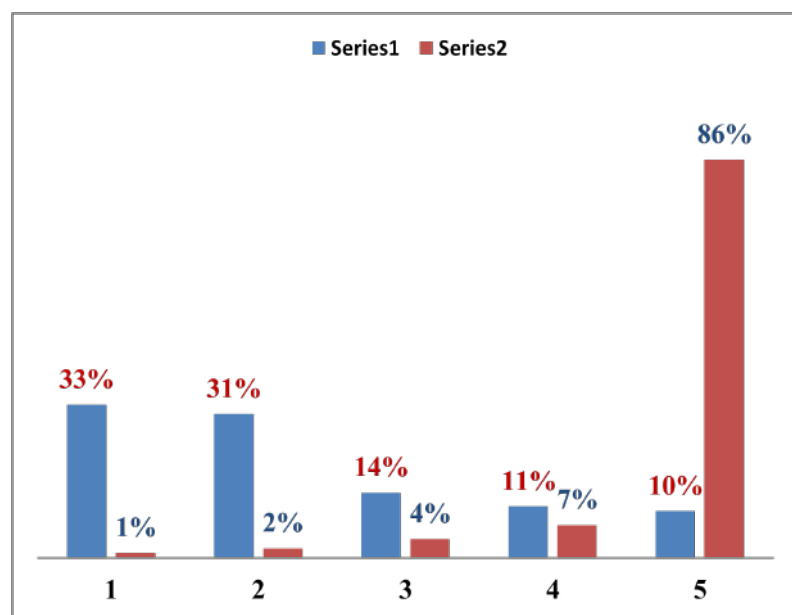
**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Figura 19**

*Unir las piernas, realizar braceo alternado respiración*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

El (64%), de los niños no realizaban la actividad ya que comenten, de tres y cuatro errores el porcentaje revelador indica que los niños no ejecutan bien esta actividad de coordinación de Unir las piernas, bracear alternadamente peor realizar la respiración, al cumplir con la siguiente valorización se demuestra claramente que el 93% de los niños memorización ejercicio sin faltas, llegando así al porcentaje significativo.

**Tabla 21** Piernas abiertas braceo alternado topando la mano contraria respiración

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	38%	32%	11%	9%	9%	<b>0,99</b>
2	DESPUÉS	1%	1%	3%	9%	86%	<b>1</b>

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

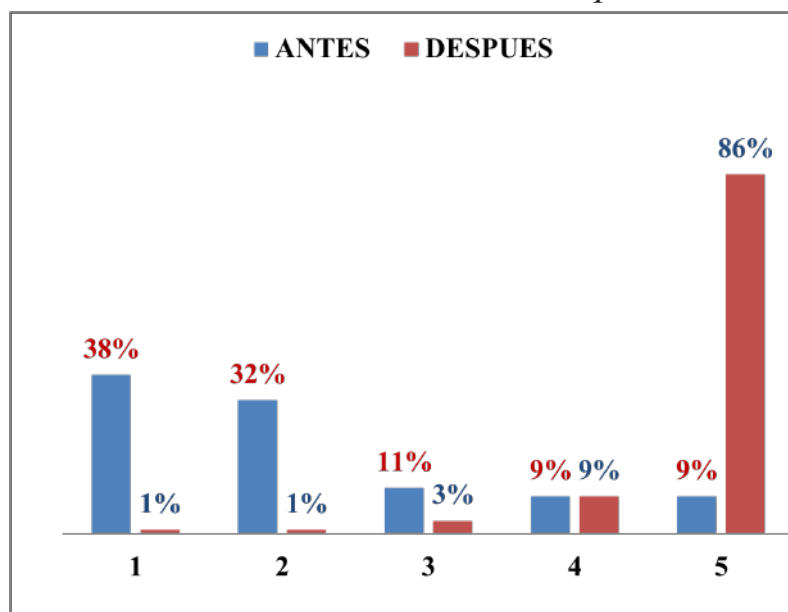
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 20**

*Piernas abiertas braceo alternado topando la mano contraria respiración*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

Como podemos apreciar en la figura el (70%), de los niños al ser valorizados no coordinan los movimientos de Piernas abiertas braceo alternado topando la mano contraria respiración. Subsiguientemente a la nueva valoración podemos observar en la figura que los niños y niñas en un 95% han ejecutado el ejercicio coordinadamente ejecutando los movimientos.

**Objetivo: Valorar la continuidad de un movimiento a otro.**

**Tabla 22** Salto las piernas juntas, brazos hacia abajo, braceo

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	39%	31%	13%	13%	3%	0,99
2	DESPUÉS	2%	2%	4%	9%	83%	1

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

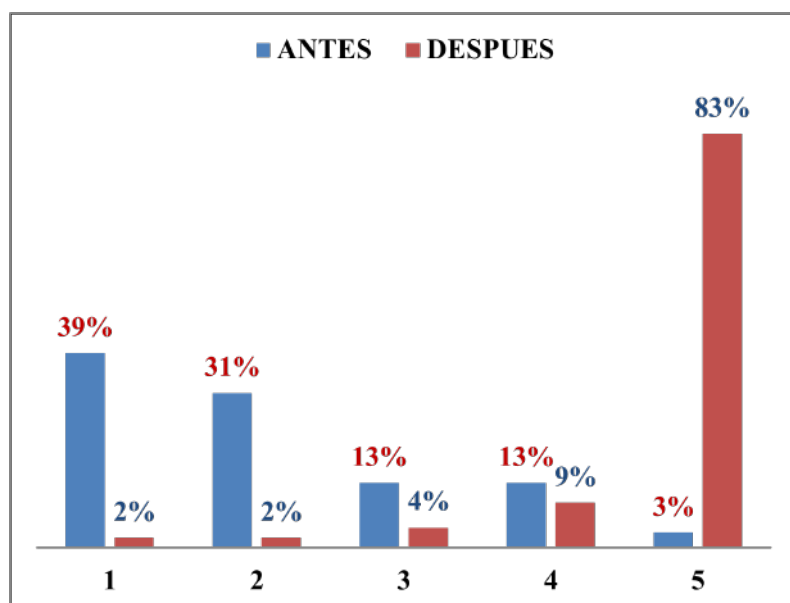
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 21.**

*Salto las piernas juntas, brazos hacia abajo, braceo*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Lic. Olmedo Javier Mármol Escobar

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

Se evidencia que los niños y niñas comenten tres hasta cuatro errores en los movimientos de salto piernas juntas, brazos hacia abajo, braceo lo que proporciona la figura el (70%), mal ejecutados estos movimientos mientras que el 92% de los niños en una nueva valorización han memorizado la actividad han ejecutado el ejercicio bien valorizándola continuidad de un movimiento a otro.

**Tabla 23**

*Salto con piernas separadas, brazos laterales braceo alternado respiración*

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	38%	30%	16%	9%	6%	0,99
2	DESPUÉS	1%	2%	3%	7%	87%	1

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

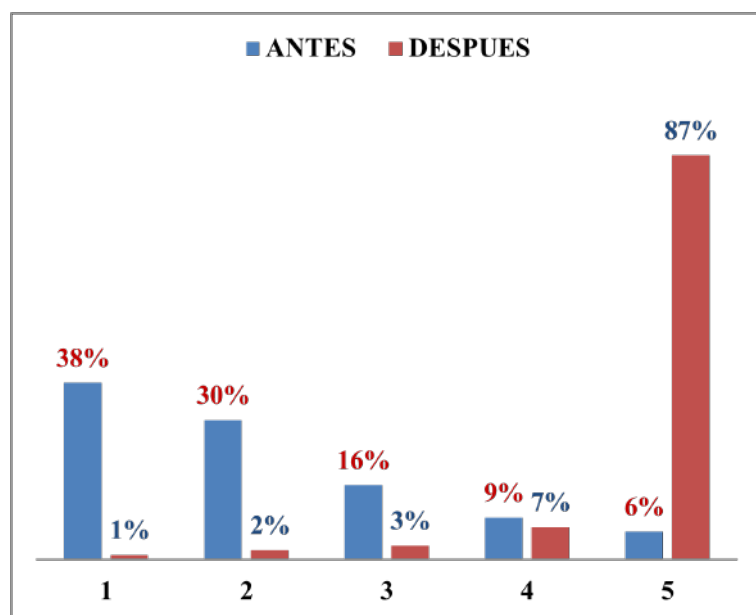
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 22**

*Salto con piernas separadas, brazos laterales braceo alternado respiración*



**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

Los niños y niñas en esta actividad tienen una valoración de 1 y 2 puntos por la complejidad los movimientos de salto con piernas separadas, brazos laterales braceo alternado y la respiración como resultado esta actividad se obtiene un (68%) por ciento, indicándoles que en una próxima valoración tienen que mejorar, y una vez evaluado a los niños y niñas se evidencio que el 94% han mejorado notablemente el esfuerzo realizado con disciplina

**Tabla 24**

*Salto, piernas separadas, brazos abajo, braceo, respiración*

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	41%	29%	16%	9%	5%	1
2	DESPUÉS	2%	3%	4%	10%	80%	0,99

**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

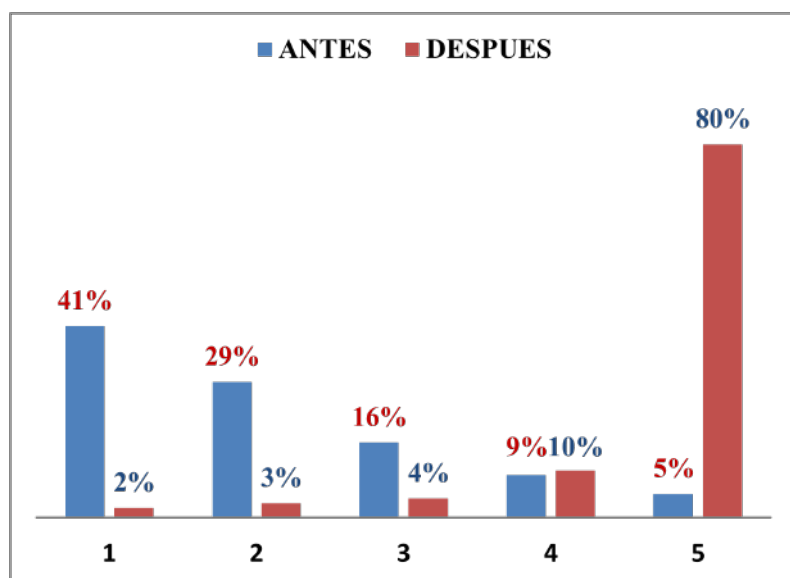
**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Figura 23**

*Saltos, piernas separadas, brazos abajo, braceo, respiración*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

Los niños por repetir el movimiento y cometer más de tres y cuatro errores en los saltos con piernas separadas, brazos abajo, braceo, respiración, conlleva a que los movimientos no tiene continuidad o no ponen atención a lo indicado obteniendo como resultado el (70%), no memorizan debiendo trabajar para mejorar en la próxima evaluación en la fecha indicada,

En la gráfica se evidencia que el (90%) de niños en las escalas de 4 y 5 puntos ejecutaron el ejercicio corrigiendo las fallas de la primera valorización el trabajo realizado con los niños permitió valorar la continuidad de un movimiento a otro.

**Tabla 25**

*Movimiento de cabeza brazos alternados respiración topamos la mano derecha.*

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	43%	32%	12%	9%	3%	0,99
2	DESPUÉS	2%	2%	3%	8%	84%	0,99

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

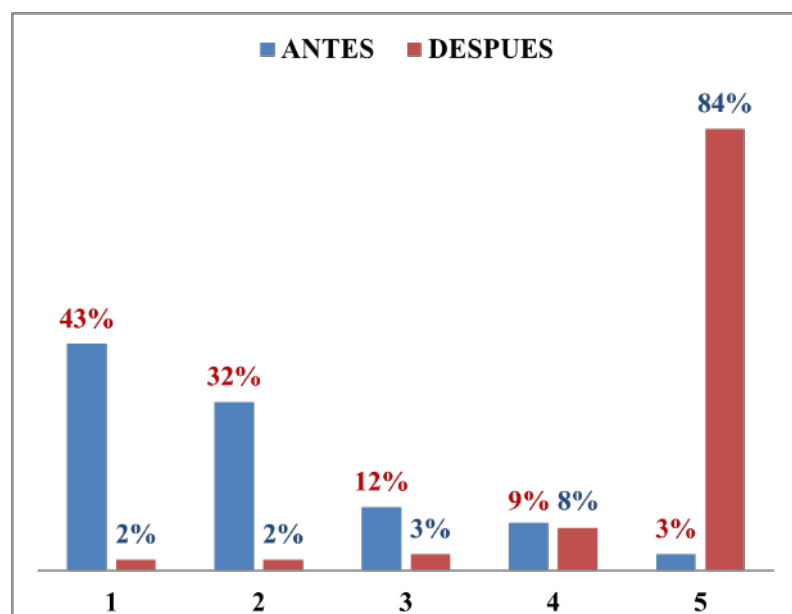
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 24**

*Movimiento de cabeza brazos alternados respiración topamos la mano derecha*



**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

Se deduce que los niños y niñas en la coordinación y ritmo en los Movimientos de cabeza brazos alternados la respiración y el toparse la mano derecha es limitado en los niños para cometer más de 3 y 4 errores lo que conlleva a obtener un (75%), de faltas mientras que el **DESPUÉS** arroja un (92%) en la valoración de 4 y 5 lo que permitió determinar la coordinación y ritmo en el paso de un movimiento a otro con brazos y piernas

**Tabla 26**

*Pierna izquierda al frente, cambian la posición de los brazos laterales, arriba, abajo y respiración.*

Nº	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	39%	32%	13%	10%	6%	1
2	DESPUÉS	2%	3%	6%	7%	82%	1

**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

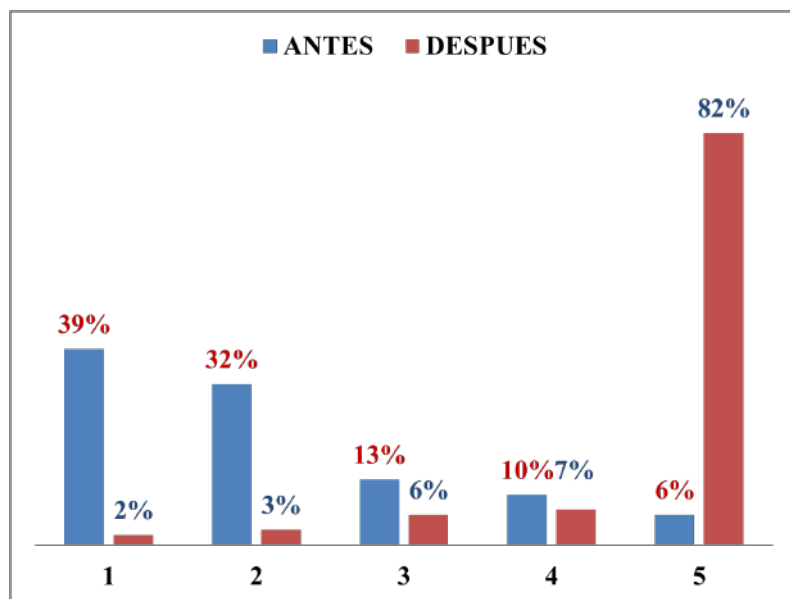
**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Figura 25**

*Pierna izquierda al frente, cambian la posición de los brazos laterales, arriba, abajo y respiración*



**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

El limitado ritmo coordinativo de los niños y niñas les hace cometer muchas faltas como resultado de ello nos da un porcentaje significativo del (69%), de errores por el cambio de posiciones de las extremidades superiores e inferiores con la práctica de este ejercicio se pudo obtener el (97%) con el cumplir con el objetivo de la ficha.

**Tabla 27**

*Pierna derecha atrás, brazos alternados respiración.*

Nº	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	37%	32%	16%	10%	5%	1
2	DESPUÉS	2%	2%	5%	7%	84%	1

**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

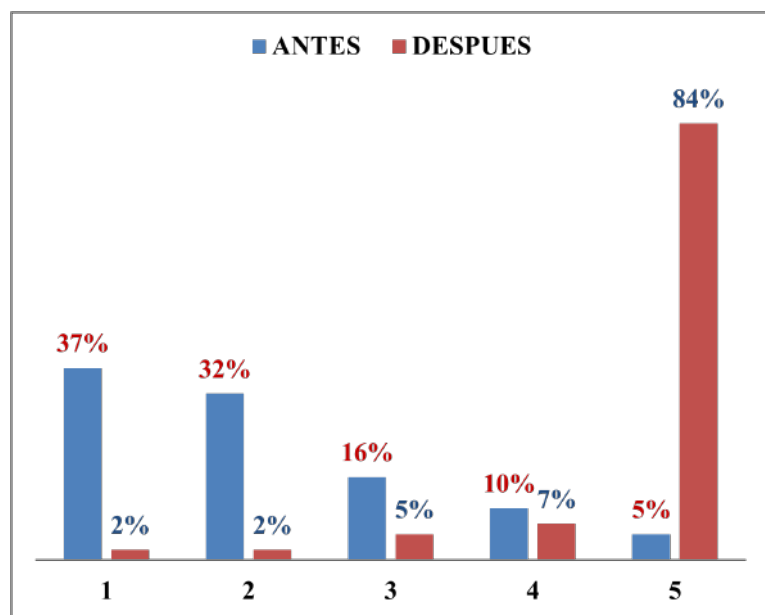
**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Figura 26**

*Pierna derecha atrás, brazos alternados respiración.*



**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Análisis** En la ejecución de del ejercicios de la pierna derecha atrás, brazos alternados respiración, los niños y niñas en la primera valoración tienen un porcentaje significativo de (69%), de haber realizado los ejercicios, mientras en la nueva valoración alcanzan un alto porcentaje (91%), debido a que enmendaron los errores cada uno de los niños, coordinaron todo el ejercicio para obtener una puntuación de 4 y 5 puntos.

**Tabla 28**

*Desde la pared, se impulsa sin movimiento de piernas manos a la cabeza*

Nº	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	41%	24%	17%	9%	9%	1
2	DESPUÉS	2%	3%	4%	9%	81%	0,99

**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

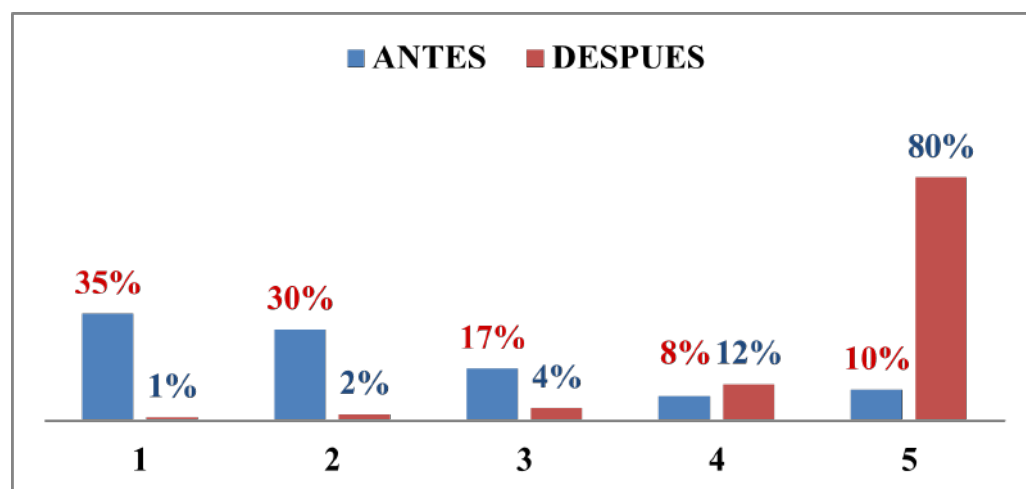
**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Figura 27**

*Desde la pared, se impulsa sin movimiento de piernas manos a la cabeza*



**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Análisis** El trabajo realizado en el medio acuático evidenció que, en el 65% de los casos, los niños no ejecutaban correctamente el ejercicio: no se impulsaban adecuadamente desde la pared ni coordinaban el batido de piernas con la extensión de los brazos sobre la cabeza, debido al temor a ahogarse. A partir de este diagnóstico, se les brindaron orientaciones con un enfoque psicopedagógico, precisando paso a paso qué debían hacer para afrontar el miedo y afianzar la disciplina durante la práctica.

Posteriormente, lograron realizar movimientos coordinados y rítmicos en la técnica de estilo libre, alcanzando un 90% de desempeño. Este resultado respaldó la eficacia de la guía metodológica para el aprendizaje de la natación. La medición del ejercicio se efectuó sobre una distancia de 5 metros.

**Tabla 29**

*Las manos a la espalda patada*

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	38%	32%	13%	10%	7%	1
2	DESPUÉS	2%	1%	4%	8%	84%	0,99

**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

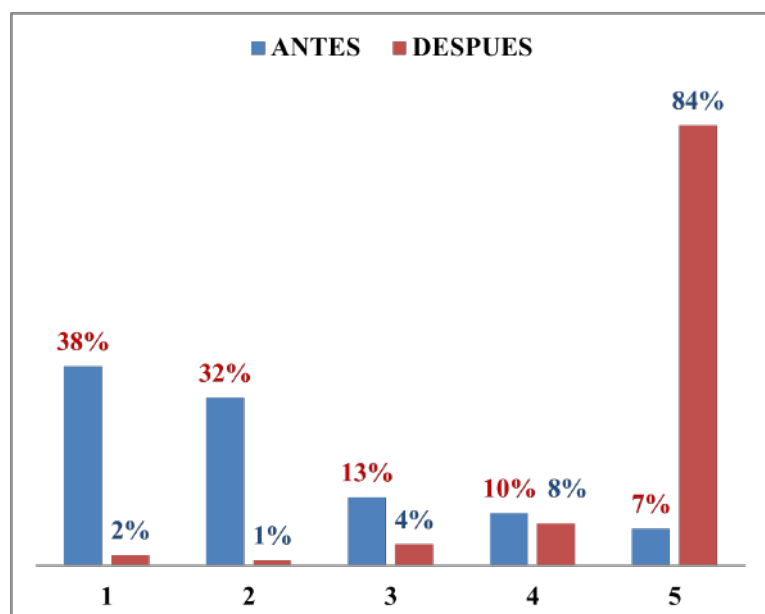
**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Figura 28**

*Las manos a la espalda patada*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Análisis** En la evaluación del ritmo y coordinación de los movimientos en la técnica del estilo libre, los ejercicios efectuados desde la pared, los niños los no lo realizan en forma progresiva se evidencia un (70 %) por temor, se le explica si coordinan las bien los movimiento de patadas y respiración, se trasladaran al objetivo en la valorización del **DESPUÉS** se obtiene un (92%) donde se mira con satisfacción el progreso de los niños y niñas.

**Tabla 30**

*Las manos pegadas a los muslos patada*

Nº	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	35%	30%	17%	8%	10%	1
2	DESPUÉS	1%	2%	4%	12%	80%	0,99

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

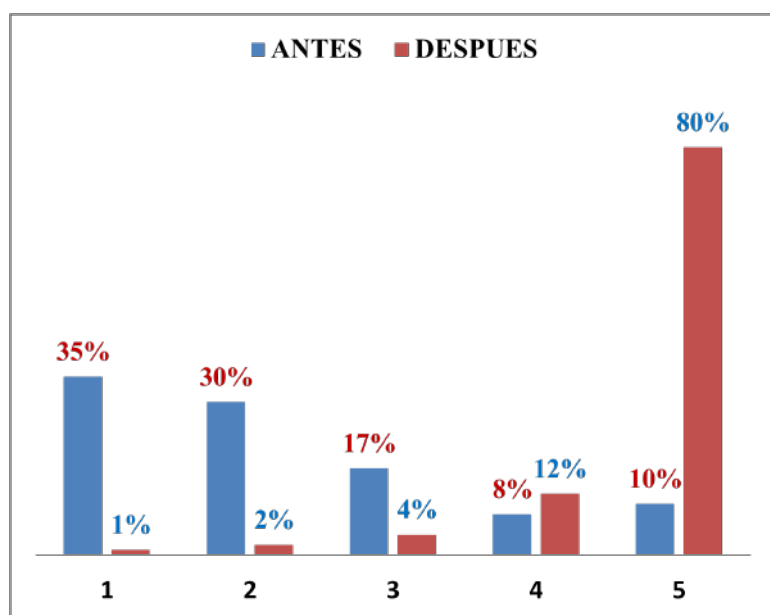
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 29**

*Las manos pegadas a los muslos patada*



**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Análisis** El ejercicio generaba temor en los niños, pues el 65% evitaba realizarlo adecuadamente y prefería ocultarse tras un compañero para evadirlo. Esta reacción se debía al miedo a que ocurriera algún incidente en el agua. Tras explicarles que se trataba de actividades similares a las previamente ejecutadas, se les indicó la necesidad de ejecutar la patada con mayor rapidez. Luego de la orientación y de una práctica supervisada, se efectuó una nueva valoración, obteniéndose un 92% de logro, lo que evidencia un aprendizaje significativo que permitió continuar con el objetivo planteado.

**Tabla 31**

*Brazos al frente pegadas las manos fuera del agua patada*

Nº	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	39%	27%	14%	10%	10%	1
2	DESPUÉS	2%	2%	6%	10%	80%	1

**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

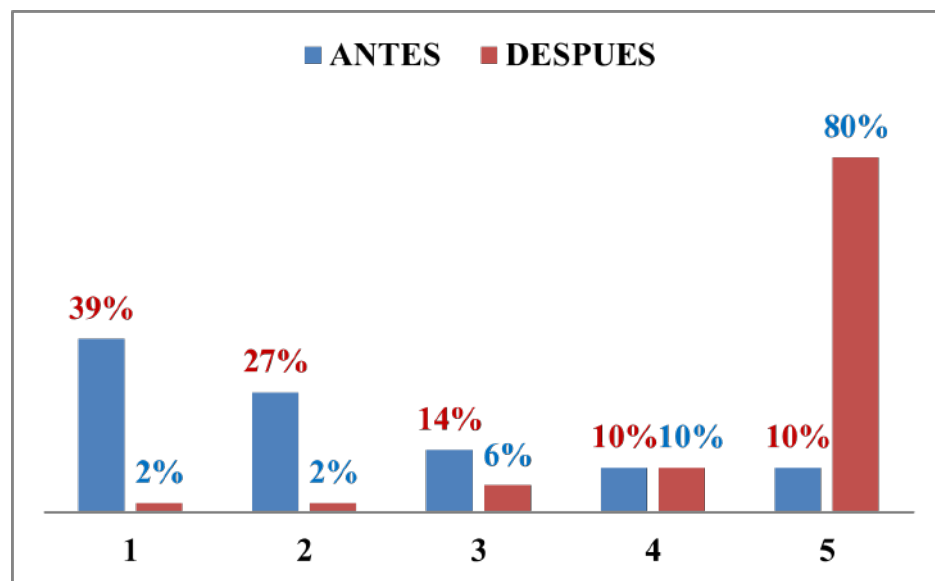
**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Figura 30**

*Brazos al frente pegadas las manos fuera del agua patada*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Análisis** La falta de interés y la ejecución incorrecta del ejercicio (brazos al frente, manos fuera del agua) y de la patada generó un 66% que no realiza el movimiento correcto y tiende a sumergirse. Con enseñanza metódica y didáctica participativa en grupos pequeños, la valoración del DESPUÉS mostró 90% de mejora; la prueba se midió en 5 metros. Se confirma que la guía será de gran ayuda para el Centro Turístico La Rueda.

**Tabla 32**

*Realizar movimientos de piernas extendidas con brazos al frente coordinando la respiración*

Nº	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	41%	34%	12%	8%	4%	0,99
2	DESPUÉS	1%	2%	3%	9%	84%	0,99

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

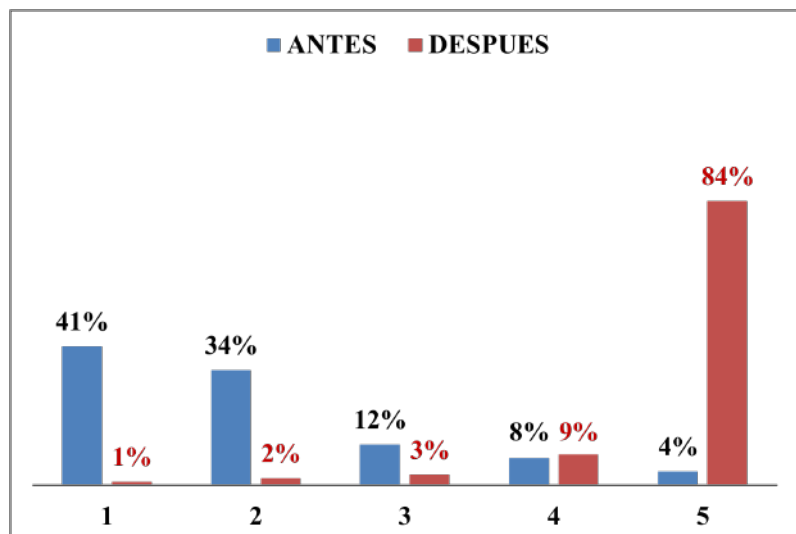
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 31**

*Realizar movimientos de piernas extendidas con brazos al frente coordinando la respiración*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Análisis** El (71%), los niños no coordinan rítmicamente ni las piernas, ni los brazos peor respiración cometiendo de 3 hasta 4 errores en una distancia de 10 metros una vez terminada la valoración en forma progresiva se les explica dónde está las fallas para en la valoración del **Después** elevar la ejecución del ejercicio en la evolución posterior se alcanza porcentaje significativo del 93 % mejorando notoriamente el ejercicio con la explicación y la práctica realizada con los niños

**Tabla 33**

*Ejecutar movimientos de brazos alternados con piernas extendidas, y respiración sin despegar la cabeza del agua*

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	42%	31%	14%	8%	4%	0,99
2	DESPUÉS	2%	3%	3%	8%	83%	0,99

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

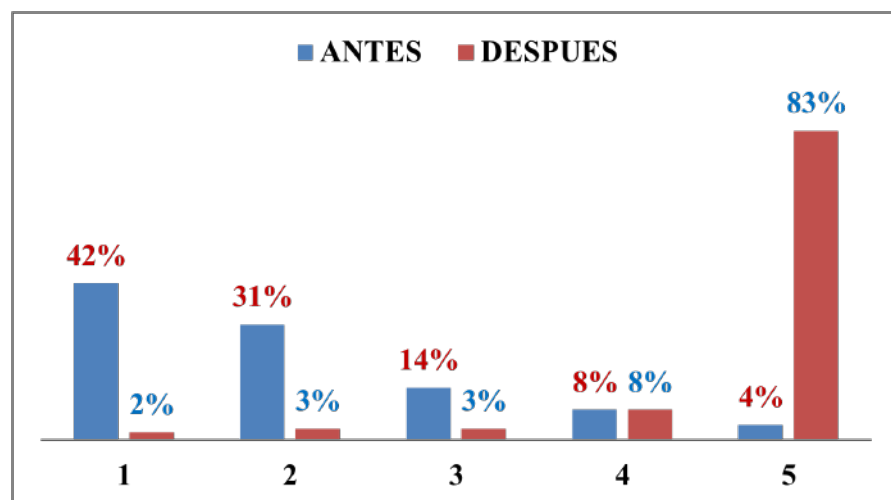
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 32**

*Ejecutar movimientos de brazos alternados con piernas extendidas, y respiración sin despegar la cabeza del agua*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Análisis.** Se incrementa la exigencia técnica (brazada alternada, patada con piernas extendidas y respiración sin sacar la cabeza). El logro inicial es 73% por fallas de coordinación. Con indicaciones metodológicas y materiales acuáticos (tablas, pull buoys, pelotas, aros) para reforzar la confianza y la coordinación, la evaluación posterior alcanza 91% tras corregir la ejecución individual en un recorrido de 10 metros.

**Tabla 34**

*Realizar un movimiento de piernas con brazos con respiración alternada derecha e izquierda*

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	39%	32%	19%	7%	3%	1
2	DESPUÉS	2%	3%	4%	7%	74%	0,9

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

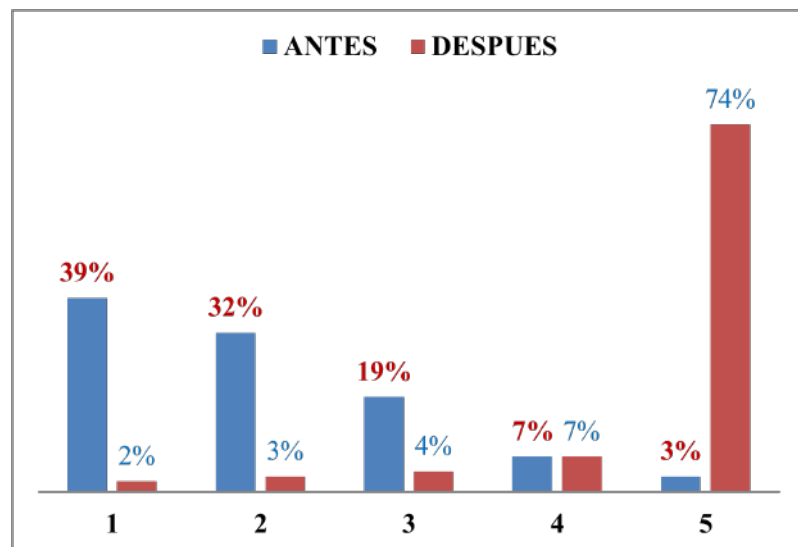
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 33**

*Realizar un movimiento de piernas con brazos con respiración alternada derecha e izquierda*



*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Análisis.** La valoración que se les hace a los niños es cada vez más complicada porque, ya está unido todos los ejercicios de la técnica del estilo libre aquí se observa que los niños tienen casi los mismos errores que el ejercicio anterior se arroja el (71%), se les entrega tablas pull buoys para corregir los errores comunes ya que están familiarizados con el medio acuático, al ejecutar la técnica de la brazada alternada, y respirar correctamente tenemos como resultados un agradable 81% que desarrollan el estilo libre.

**Tabla 35**

*Desde el filo de la piscina se impulsa brazos al frente por debajo de las orejas patada brazada y respiración*

N°	INDICADOR	1	2	3	4	5	TOTAL
1	ANTES	41%	34%	18%	4%	2%	0,99
2	DESPUÉS	2%	3%	3%	8%	84%	1

*Fuente:* Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

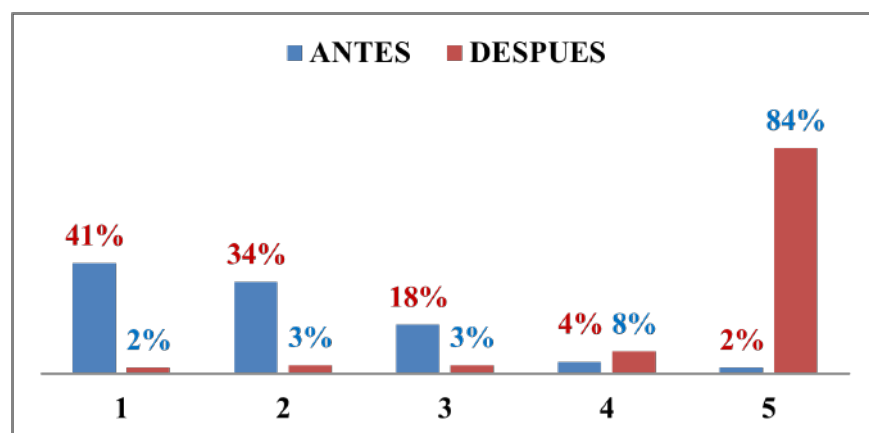
*Elaborado por:* Autores

*Fecha inicio:* noviembre 2016

*Fecha de terminación:* enero 2017

**Figura 34**

*Desde el filo de la piscina se impulsa brazos al frente por debajo de las orejas patada brazada y respiración*



**Fuente:** Niños y niñas que acuden al Centro Turístico La Rueda

**Elaborado por:** Autores

**Fecha inicio:** noviembre 2016

**Fecha de terminación:** enero 2017

**Análisis** El (75%), de los niños no querían lanzarse a la piscina porque tenían desconfianza que no se les iba controlar su deslizamiento ya que era su primera vez en salir y pararse al filo de la piscina para impulsarse con brazos al frente por debajo de las orejas, para una mejor en ingreso al agua y no salir rápido, a ejecutar el ejercicio, por lo que les enseña detenidamente en forma individual y colectiva la manera de ganar confianza en lo que van a realizar en el agua utilizando la patada brazada y respiración para trasladarse al otro extremo de la piscina. En la valoración del **Después** que se realizó al final de la investigación el 92 % de niños ejecutaron el estilo libre sin miedo, porque utilizaron las técnicas de inicio y culminación de las mismas quedando como testigos de este trabajo de investigación los padres de familia, niños y niñas, docentes, estudiantes universitarios instructores y gerente propietario, finalizado con la entrega de la GUÍA METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE DE LA NATACIÓN, PARA EL DOMINIO DE LAS HABILIDADES MOTORAS, a cada uno de ellos y una sesión de fotografías con los niños.

## **Análisis de la ficha de observación de los niños y niñas**

La evaluación se llevó a cabo con el apoyo de 2 Licenciados en Educación Física, 8 instructores y 5 estudiantes de la Universidad Estatal de Bolívar, quienes calificaron cada movimiento y ejercicio ejecutado por los niños en el ANTES y el DESPUÉS, utilizando una ficha técnica valorativa de 1 a 5 que arrojó los resultados descritos a continuación.

Al valorar la metodología propuesta para cada ejercicio inicial, se constató que, al inicio, los niños carecían de nociones y referencias sobre lo que se estaba evaluando. Se les indicó cómo mejorar cada movimiento y ejercicio, y que, en un plazo definido, se volverían a aplicar las mismas pruebas dentro y fuera del agua.

En concordancia con la fundamentación expuesta, la mayoría de los colaboradores propuso una evaluación acorde con los objetivos planteados para la actividad, asegurando coherencia entre criterios, indicadores y metas.

Las valoraciones iniciales se concentraron en un 60% entre 1 y 3 puntos, mientras que los puntajes 4 y 5 representaron el 40%, completando el 100%. Este diagnóstico evidenció la necesidad de trabajar en forma individual y colaborativa para lograr mayor impacto en la investigación.

Las valoraciones del DESPUÉS resultaron muy satisfactorias: el 80% alcanzó calificaciones significativamente altas (4 y 5 puntos), y el 20% se ubicó entre 1 y 2 puntos, sumando el 100% de las actividades y ejercicios aplicados.

Al analizar las respuestas restantes, se observa una primacía de evaluaciones cercanas a 5 puntos, asociadas a la pertinencia de las indicaciones metodológicas, la organización por grupos de ejercicios, su aplicación práctica, la selección de fichas, así como a su objetividad, facilidad de uso y carácter innovador.

En síntesis, la enseñanza-aprendizaje resultó altamente significativa en cada encuentro con los 90 niños, evidenciándose su interés por aprender, superar el temor al medio acuático y compartir experiencias positivas con sus compañeros y el instructor.

---

# CAPÍTULO 5

## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

---



## Conclusiones

- A partir de las encuestas, se infiere que la enseñanza–aprendizaje de la natación en niños y niñas de 6 a 12 años se ve afectada por baja confianza y escasa paciencia, así como por una selección limitada de actividades y ejercicios. Esto merma la seguridad durante las prácticas acuáticas, reduce la autoconfianza motriz y dificulta el desarrollo de capacidades coordinativas y la regulación de acciones motoras en los participantes del Centro Turístico La Rueda.
- Se constató que los instructores no implementan de forma sistemática actividades clave como saltos, inmersiones, respiración, flotación y desplazamientos. Esta carencia retrasa la adquisición de habilidades motoras, deteriora la coordinación entre brazos, piernas y respiración, y obstaculiza la flotación, la respiración y la propulsión, afectando también la expresión corporal y el ritmo acuático.
- En el Centro Turístico La Rueda no se emplean con regularidad juegos que impulsen la motivación y la competencia de nado. Junto con la falta de material didáctico y aditamentos para perfeccionar movimientos específicos, esto reduce interacciones equilibradas y constructivas e incrementa conductas disruptivas. Se considera urgente disponer de una guía metodológica que los instructores apliquen con cada niño a su cargo.

## Recomendaciones

En el Centro Turístico La Rueda se sugiere a los instructores participantes en esta investigación:

- Fortalecer la confianza y la paciencia, y mejorar la selección de actividades y ejercicios que incrementen la seguridad durante las prácticas acuáticas. Con ello, promover la autoconfianza en la ejecución de movimientos, potenciar las capacidades coordinativas y afianzar la regulación de acciones motoras como equilibrio, combinación motriz, orientación y relación espacio–tiempo.
- Incorporar de manera estructurada actividades de saltos, inmersiones, respiración, flotación y locomoción para facilitar el desarrollo de habilidades motoras. Estas prácticas han de mejorar la coordinación brazos–piernas–respiración, optimizar flotación, respiración y propulsión, y apoyar la expresión corporal, así como la condición física general (salud, resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad) en el medio acuático.
- Aplicar juegos pedagógicos que incrementen la motivación y la capacidad de nado, favoreciendo el funcionamiento corporal y promoviendo relaciones equilibradas y colaborativas. Paralelamente, emplear técnicas específicas que mejoren la coordinación de piernas y brazos en natación, permitiendo movimientos más precisos y armónicos.

---

# CAPÍTULO 6

## PROPUESTA

---



## Tema

Guía metodológica para la enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de habilidades motoras con un enfoque psicopedagógico.

## Datos informativos

**Tabla 36**

*Datos informativos*

DATOS	UBICACIÓN RESPONSABLES
Nombre de la Institución	Centro Turístico La Rueda
Gerente Propietario	Ing. Mario Escobar Gortaire
Ubicación	Sector Urbano, el Carmelo
Provincia	Bolívar
Cantón	Guaranda
Parroquia	Veintimilla
Tiempo	7 meses
Investigador:	Lic. Olmedo Javier Mármol Escobar
Dirección:	Panamericana Sur Km 1 ½
Teléfono:	(03)- 2983624
Celular	0997835864- 0997834195
Correo	samytour_2006@yahoo.es comlarueda@yahoo.com

*Fuente Investigador Elaborado por:* Autores

## Antecedentes de la propuesta

El Centro Turístico La Rueda ofrece espacios para la práctica de la natación a niños, jóvenes y adultos; actualmente asisten 90 niños de jueves a domingo, con sesiones de 60 a 90 minutos. Sin embargo, la enseñanza que recibían era básicamente lúdica y tradicional: ingresaban a “jugar” sin guía técnica suficiente, por lo que presentaban dificultades al ejecutar los diferentes estilos. Tras el análisis del problema (mediante técnicas de recolección de datos y su respectiva interpretación) se determinó como causa central la ausencia de una planificación pedagógica adecuada para desarrollar las habilidades motrices. En consecuencia, se plantea el diseño de una guía metodológica que eleve dichas habilidades y optimice el trabajo en piscina con los niños y niñas que acuden al Centro. La implementación busca mejorar el desempeño motriz de los escolares de 6 a 12 años, articulando la práctica deportiva con las clases de Educación Física, actividades extracurriculares y prácticas previas. No se hallaron propuestas

equivalentes en el propio Centro; por ello, esta se presenta como una alternativa concreta de solución y un insumo de apoyo para fortalecer la educación, sirviendo de base para la fundamentación de la propuesta.

## **Justificación**

La natación es una disciplina que exige alta coordinación corporal para aplicar gestos técnicos correctos; el aprendiz necesita práctica progresiva para dominar los estilos y ejecutar la técnica apropiada durante el desplazamiento en el agua. En el Centro Turístico La Rueda, muchos niños y niñas evidencian dificultades al ingresar a la piscina: no controlan las fases iniciales (respiración y flotación), lo que limita su confianza y avance. De ahí la pertinencia de una guía metodológica actualizada que presente la natación como un deporte accesible y divertido desde la iniciación, fortalezca las capacidades coordinativas y promueva el disfrute del aprendizaje. La propuesta se sustentará en contenidos específicos de natación y en parámetros claros de ejecución, de modo que la primera experiencia en piscina sea positiva, con valor teórico-práctico y con impacto directo en el aprendizaje. Su aplicación en la ciudad, la provincia y el país representa una novedad formativa: se aspira a que los niños adquieran desde temprano competencias acuáticas para toda la vida. La comunidad usuaria del Centro seguirá de cerca las mejoras e impactos en cada sesión. La factibilidad está garantizada por el respaldo de la gerencia del Centro, interesada en elevar el nivel deportivo institucional mediante la enseñanza de la natación, contribuyendo al desarrollo motor y a la calidad de vida de los participantes. Finalmente, la guía será una fuente escrita de referencia y un instrumento operativo para el seguimiento y control de las actividades, además de servir como insumo para definir políticas y decisiones internas en el Centro Turístico La Rueda.

## **Objetivos**

### **Objetivo General.**

Elaborar una guía metodológica de natación que potencie las habilidades motoras de niños y niñas de 6 a 12 años, sustentada en un enfoque psicopedagógico.

### **Objetivos Específicos**

- Socializar las actividades contempladas en la guía metodológica de natación para favorecer el desarrollo de las habilidades motoras de los niños y niñas de 6 a 12 años, bajo un enfoque psicopedagógico.
- Ejecutar las actividades propuestas en la guía metodológica de natación con el fin

de mejorar las habilidades motoras de la población infantil de 6 a 12 años, desde un enfoque psicopedagógico.

- Evaluar la puesta en práctica de las actividades de la guía metodológica de natación para verificar su impacto en las habilidades motoras de niños y niñas de 6 a 12 años, aplicando el enfoque psicopedagógico.

## **Análisis de Factibilidad**

La implementación de la guía metodológica resulta viable, pues demuestra que la enseñanza de la natación contribuye de manera efectiva al fortalecimiento de las habilidades motoras en los niños y niñas que asisten al Centro Turístico “La Rueda”.

### **Factibilidad Técnica**

Se dispone de las condiciones indispensables: infraestructura adecuada y alta predisposición de los niños, lo que permite ejecutar las prácticas de natación orientadas a mejorar sus habilidades motoras. La propuesta es inclusiva y no discrimina por condición social u otra índole; el Centro recibe población diversa y la guía se dirige a niñas y niños entre 6 y 12 años, con equidad de género.

### **Factibilidad Legal**

El sustento jurídico se enmarca en la Constitución de la República del Ecuador (Título II, Derechos; Capítulo Segundo, Derechos del Buen Vivir; Sección Quinta, Educación, art. 26) y en la Ley del Deporte, Educación Física y Recreación (Título I, Preceptos Fundamentales del Deporte, arts. 3 y 11). Estas bases legales respaldan el fomento del conocimiento y el desarrollo del potencial motor mediante la enseñanza de la natación en la niñez.

### **Factibilidad Administrativa**

El Centro Turístico La Rueda cuenta con piscina, área de recepción equipada con material deportivo para trabajo en máquinas, camerinos, duchas, sala de masajes e hidromasajes, sauna, turco y equipos informáticos con acceso web. En estos espacios se desarrolló la fase teórica y se gestionará la operatividad de la propuesta.

### **Factibilidad Económica**

La implementación de la propuesta es viable, ya que el costo será asumido por el investigador y la gerencia del Centro Turístico La Rueda. Los recursos se destinarán principalmente a material didáctico y a mejorar la seguridad, con el fin de fomentar una mayor afluencia y sostener la aplicación de la guía metodológica. El equipamiento adquirido incluye tablas, *pull buoys*, gafas, cuerdas, pelotas, cronómetro, cámara

fotográfica y un sistema de vigilancia para el interior y exterior de la piscina.

## **Fundamentación Científica – Teórica**

### **Los Métodos en natación**

El ritmo y la forma de aprender varían entre individuos; en la niñez, aunque se asimilan con rapidez los estímulos de enseñanza, el rendimiento final en natación no depende exclusivamente de la velocidad de aprendizaje (Counsilman, 1995). De ahí la conveniencia de combinar métodos para optimizar la instrucción, especialmente en la iniciación (James Edward Counsilman).

### **Método Analítico o de las partes**

Es el enfoque más extendido por su eficacia: divide cada estilo en componentes que se enseñan por separado. Una vez dominadas, se integran hasta conformar el gesto completo del estilo.

### **Método Total o Sintético**

Propone practicar el estilo como un todo, sin fragmentarlo. Parte de la premisa de que habilidades como correr, saltar o lanzar se aprenden globalmente, y traslada ese principio a los estilos de nado.

### **Método de la parte progresiva**

Combina ambos enfoques: se enseñan primero una o dos partes del estilo y, de manera gradual, se van enlazando con las restantes hasta alcanzar la ejecución integral del estilo seleccionado.

### **Aprendizaje de la Natación**

Antes de abordar los estilos, todos los alumnos deben dominar cuatro aspectos básicos que les permitan desenvolverse con seguridad en el agua:

- Familiarización o ambientación.
- Flotación.
- Respiración.
- Propulsión.

### **Ambientación:**

Se entiende como la adaptación gradual al entorno acuático. En esta fase, niños y niñas descubren un medio muy distinto al terrestre: cambian las sensaciones de peso,

el equilibrio y la resistencia al avance. La secuencia metodológica sugerida es:

- Juegos con el agua
- Introducción al agua
- Desplazamientos (caminar, correr, saltar, etc.)
- Inmersión y exploración del medio

El propósito central es que el grupo se acostumbre al agua mediante actividades eminentemente lúdicas, evitando cualquier exigencia competitiva.

Las tareas de aprendizaje deben priorizar juegos que desarrollen la coordinación motriz. En motricidad gruesa: coordinación dinámica general, equilibrio, respiración y relajación. En motricidad fina: coordinaciones segmentarias. Y, de forma complementaria, juegos que involucren fuerza muscular, velocidad, control y precisión del movimiento, reflejos, resistencia y confianza corporal. En paralelo, se incorporarán juegos de estructuración perceptiva:

- Juegos que fortalezcan el esquema corporal (conocimiento de las partes del cuerpo). Se transita del nivel del cuerpo vivenciado (hasta 3 años), al de discriminación perceptiva (3 a 6 años) y, finalmente, al de representación mental y autoconocimiento (6 a 12 años).
- Juegos de lateralidad. Hasta los cinco años, la utilización de ambos lados del cuerpo es poco diferenciada; por ello, las propuestas lúdicas serán globales y enriquecedoras a nivel segmentario. Entre los 6 y 7 años —cuando se consolida la lateralidad— se potenciará el descubrimiento segmentario; a partir de los 7 años, con la diferenciación derecha–izquierda, cobrarán mayor peso los trabajos analíticos y de disociación segmentaria (Daniela A).
- Juegos de estructuración espacio–temporal: reconocimiento y reproducción de formas geométricas; toma de conciencia de derecha/izquierda; nociones de arriba/abajo, delante/detrás; posiciones (dentro/fuera), tamaño (grande/pequeño) y direcciones (de aquí hacia allá). Con ello, el niño aprende a utilizar referencias distintas al propio cuerpo y a situarse desde nuevas perspectivas.
- Juegos de percepción visoespacial: relación parte–todo, figura–fondo, orientación y direccionalidad, posiciones y relaciones espaciales, y nociones topológicas (abierto/cerrado, etc.).
- Juegos de percepción rítmico–temporal: atención auditiva, ritmo, orientación y organización del tiempo.

- Juegos de percepción táctil, gustativa, olfativa, auditiva y visual; y juegos de organización perceptiva.

Al iniciar esta fase conviene observar algunas pautas didácticas: primero, consolidar las habilidades motoras básicas aplicadas al nuevo medio antes de abordar las habilidades motrices acuáticas específicas (que se trabajarán de forma indirecta). Las tareas serán globales más que analíticas; los métodos preferentes serán el descubrimiento guiado y la resolución de problemas. De forma puntual, puede emplearse la asignación de tareas propia del enfoque tradicional. Conforme expone Moreno Murcia (2008), el periodo de ambientación sigue un desarrollo estructurado bajo estos criterios.

## **Fundamentación Técnica**

La guía constituye una sistematización de procesos, actividades, prácticas y metodologías; permite describir, en una secuencia lógica, las operaciones a realizar, precisando quién las ejecuta, cómo, dónde, cuándo y con qué propósito, a fin de asegurar el cumplimiento del objetivo.

Este trabajo de investigación busca enseñar natación para potenciar las habilidades motoras. Resulta esencial considerar los beneficios de esta disciplina para mejorar la capacidad físico-motriz, promover la práctica regular de actividad física y propiciar experiencias sociales y recreativas que motiven a más niños y niñas a vincularse con la piscina.

Asimismo, se propone contrarrestar el temor a la inmersión y transformar el contacto con el agua en una vivencia segura y placentera. Para ello, se implementarán estrategias metodológicas eficaces que orienten el proceso y garanticen el logro del objetivo planteado.

Figura 35

Guía metodológica



*Fuente Investigador Elaborado por:* Autores

## Introducción

La presente Guía Metodológica está orientada a todas las personas vinculadas con el arte de enseñar a nadar. Esta disciplina, por su carácter formativo y riguroso, ha roto esquemas en el ámbito educativo: la práctica físico–deportiva se concibe hoy como participativa y enfocada en la solución significativa de problemas.

El propósito central es favorecer una familiarización progresiva y un vínculo agradable con el agua, promoviendo el paso natural entre la postura vertical y la horizontal (y viceversa) respetando siempre los tiempos individuales de adaptación.

Los instructores asumen un rol protagónico en el proceso de enseñanza–aprendizaje. En un escenario ideal, el niño desarrollaría en su escuela los niveles básicos de actividades acuáticas, con un enfoque amplio y polivalente entre los 6 y 12 años; fuera del horario escolar, podría entonces profundizar en natación.

Para ello, se recurre a secuencias metodológicas jerarquizadas que conduzcan al perfeccionamiento técnico, con o sin propósito competitivo. No obstante, en nuestra ciudad la práctica suele circunscribirse al periodo lectivo, o incluso a lapsos más breves, lo que limita tanto la educación motriz como la proyección deportiva futura.

El uso de esta guía pretende motivar el descubrimiento del medio acuático, habilitando numerosas acciones para situarse en el espacio y afrontar nuevos retos.

Conviene recordar que el niño se aproxima al agua de manera espontánea y natural; por ello, esta propuesta ofrece respuestas pedagógicas y psicológicas válidas que orientan su experiencia motriz.

### **Nadar ¿Por qué? y ¿Para qué?**

La natación, deporte y actividad recreativa recomendable desde edades tempranas, contribuye a conservar un sistema cardiovascular saludable.

- El agua es un entorno óptimo para entrenar una respiración alternada y controlada
- Favorece parámetros de presión sanguínea más estables durante la práctica.
- Reduce de forma notable el riesgo de lesiones.
- Involucra de manera coordinada todas las regiones corporales.
- Es un trabajo completo que activa la mayor parte de la masa muscular.
- La edad no es una barrera para iniciarse y aprender.

## **Normas de seguridad**

- Asegurar siempre condiciones higiénicas adecuadas del agua.
- Asistir acompañado por un adulto; evitar el ingreso en solitario.
- Verificar la profundidad de la piscina o del río antes de entrar.
- Evitar juegos bruscos, empujones y entradas violentas (saltos o zambullidas riesgosas).

## **Guía metodología para la enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de habilidades motoras con enfoque Pedagógico y Psicológico**

Esta guía está dirigida a docentes, instructores y monitores interesados en desarrollar las capacidades acuáticas. Se propone un instrumento metodológico (teórico y práctico) que facilite una formación eficaz y pertinente.

En concreto, la guía enfatiza el desarrollo de habilidades motoras mediante una planificación de adiestramiento estructurada en macrociclos, mesociclos, microciclos y sesiones; es, por tanto, un recurso didáctico para adquirir destrezas técnicas y tácticas de forma adecuada. Asimismo, explicita cómo se fortalecen dichas habilidades apoyándose en métodos de preparación acuática general y específica, sustentando todo el proceso en la evaluación.

Se evaluará la aplicación de la guía con instructores, monitores y con los niños y niñas del Centro Turístico La Rueda, desde un enfoque psicopedagógico.

## **Desarrollo de la Propuesta**

La práctica de la natación avanza por etapas sucesivas; dominar cada fase permite progresar de manera ordenada. A continuación, se describen las más relevantes.

## **Etapas de enseñanza aprendizaje de natación**

Como licenciado en Cultura Física, se empleará el mando directo: se explicará con claridad qué se va a enseñar para que los niños comprendan fácilmente las consignas. El instructor demostrará y, a continuación, los estudiantes ejecutarán varias repeticiones de las tareas, siguiendo la consigna inicial y la indicación final dirigida a todo el grupo.

## **Tiempo**

La dosificación temporal es esencial. La duración de cada actividad dependerá de la naturaleza del ejercicio o juego, así como del grado de familiarización del grupo, garantizando siempre una progresión segura y motivante.



- Caminata libre por la piscina con manos sueltas.
- A la señal del pito, mojar cabeza y rostro.
- Tomados de las manos, sumergir la cabeza.

## **Etapas de aprendizaje de natación**

### **Ambientación y familiarización en el agua**

Urbina, D. (2009) define la ambientación como la adaptación progresiva al medio acuático sin temor (p. 24). Por ello, esta fase es clave en el proceso de enseñanza–aprendizaje: favorece un vínculo positivo con el agua y la piscina, permite experimentar sensaciones nuevas y fortalece la confianza para superar los siguientes pasos.

- **Materiales:** traje de baño, gorro, gafas.
- **Tiempo:** 2 minutos por ejercicio, 2 repeticiones.
- **Objetivo:** Lograr el primer contacto con el agua evitando sensaciones desagradables.

#### **Descripción del ejercicio:**

Ingreso ordenado: niños bajan por la escalera uno a uno (de mayores a menores) sujetándose del borde. En ambientación, se consulta a padres si el niño sabe nadar y si le gusta el agua. Con esos datos se planifican actividades grupales e individuales según nivel y confianza. Se explican objetivos para alinear expectativas y reducir ansiedad. Finalmente, se recorre y reconoce la instalación para un primer contacto seguro con la piscina.

#### **Figura 37:**





##### *Ambientación*



*Elaborado por:* Autores


**Tabla 37**

*Ambientación y familiarización del agua*

ACTIVIDAD N° 1	
<b>Objetivo:</b> Realizar los ejercicios en forma ordenada y disciplinada	
<b>Tema:</b> Ambientación y familiarización en el agua.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina pito cronómetro
	<p><b>Caminar en el contorno de la piscina:</b></p> <p>Con las dos manos se da un recorrido a ella, sin sobrepasar las partes en donde hay más profundidad.</p> <p>Este paso permite que se sumerjan en el agua perdiendo el miedo mientras se avanza en las demás actividades.</p>
	<p><b>Sentarse en la piscina:</b></p> <p>No importa la edad de los niños y niñas que participen en la experiencia, se precisa la familiarización de ellos con el agua sentándose en el extremo de la misma para “no tenerle miedo”.</p>
	<p><b>Mover los pies:</b></p> <p>Agitarlos en el agua, chapoteando mientras se juega con los pies, dando patadas en el agua para sentir el placer de tocarla.</p>
	<p><b>Darse la vuelta:</b></p> <p>esta posición permitirá que los niños y niñas puedan introducirse en la piscina hasta una altura adecuada sin que se caigan o se resbalen.</p>
<p><b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida.</p> <p><b>EVALUACIÓN:</b> Los niños realizaron los ejercicios con disciplina y responsabilidad.</p>	




*Elaborado por:* Autores

**Tabla 38***Juegos Recreativos Ambientación y familiarización en el agua*

<b>ACTIVIDAD N° 2</b>	
<b>Objetivo:</b> Lograr que el niño pierda el miedo	
<b>Tema:</b> Juegos recreativos de ambientación y familiarización.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Pelotas música piscina pito
	<b>Jugar:</b> Pueden realizarse actividades simples en el agua: salpicar, dar palmadas sobre la superficie, arrojar objetos de un lado a otro y caminar dentro de la piscina sin ir a zonas profundas.
	<b>Atrapa la pelota</b> Lanzar la pelota en vertical; avanzar agachados hasta el instructor; localizar al compañero.
	<b>Baile</b> Buscar un lugar sin toparse entre los niños para bailar en el agua.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los niños realizaron los ejercicios con disciplina y responsabilidad.	




*Elaborado por:* Autores

**Tabla 39***Técnica de respiración fuera y dentro del agua*

ACTIVIDAD N° 3	
<b>Objetivo:</b> Mantener la respiración a 4, 6 y 8 tiempos y expulsar por la nariz progresivamente	
<b>Tema:</b> Técnica de respiración fuera y dentro del agua.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	<p>Se les pregunta si saben las cuantas vocales hay y a manera de juego se empieza a indicarles cómo se respira al momento de ingresar a la piscina a nadar.</p> <p>Se les hace repetir por varias ocasiones la vocal A inhalando hacia adentro contamos 4 y botamos por la nariz sin abrir la boca.</p>
	<p><b>Respiración contraria</b></p> <p>Lo que se requiere en la natación es que la inspiración se lo realice por la boca y la espiración por la nariz lo que permite una mayor cantidad de ingreso de aire y menor la que es eliminada, de esta forma tendremos la oportunidad de inspirar con mayor facilidad la próxima vez, este ejercicio es inverso a lo normal.</p>
	<p>Indicándoles que si abren la boca se toman agua y pueden coger miedo de hacerlo.</p> <p>Este ejercicio de respiración se hace todos los días hasta coger ritmo respiratorio.</p> <p>Cuando el niño pueda realizar el ejercicio de respiración pasaremos a la siguiente etapa.</p>
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los niños realizaron los ejercicios con disciplina y responsabilidad.	



*Elaborado por:* Autores

**Tabla 40***Técnica de respiración continua.*

ACTIVIDAD N° 4	
<b>Objetivo:</b> Mantener la respiración a 4, 6 y 8 tiempos y expulsar por la nariz progresivamente	
<b>Tema:</b> Técnica de respiración fuera y dentro del agua.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Al iniciar el ejercicio de respiración la cabeza debe moverse cuando el cuerpo gira hacia el lado derecho y en ese mismo instante inspira, para que la espiración se haga mientras la cabeza está dentro del agua.
	Agarrados al borde, inspiramos por la boca nos vamos hacia abajo del agua contamos cuatro tiempos y soplamos el aire por nariz. y salimos esto lo realizamos tres veces si sale burbujas el niño está realizando bien el ejercicio.
	Batimos las piernas metiendo la cabeza inspiramos por la boca soplamos el aire por nariz y salimos esto lo realizamos tres veces.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida. <b>EVALUACIÓN:</b> Con disciplina y responsabilidad los niños realizaron los ejercicios.	

*Elaborado por:* Autores




**Tabla 41***Técnica de respiración continua.*

ACTIVIDAD N° 5	
<b>Objetivo:</b> Mantener la respiración a 4, 6 y 8 tiempos y expulsar por la nariz progresivamente	
<b>Tema:</b> Respiración extendiendo los brazos y piernas hacia atrás	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Es necesario contener el aire en los pulmones y controlar en el momento preciso del ejercicio. Puede ser incluso que se adquiera experiencia para la inspiración de forma bilateral, es decir por ambos lados o en su lugar en personas zurdas se lo hará por el lado izquierdo.
	Es preciso comprender que la respiración en el agua se vuelve inspiración y se realiza por la boca y la espiración por boca – nariz, a excepción de la que se hace en el estilo de natación espalda.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Con disciplina y responsabilidad los niños realizaron los ejercicios.	

*Elaborado por:* Autores




**Tabla 42**

*Juegos de respiración.*

<b>ACTIVIDAD N° 6</b>	
<b>Objetivo:</b> Incentivar en forma progresiva el cuidado entre los compañeros	
<b>Tema:</b> Juegos de respiración.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Llevando las pelotas se coloca una señal como portería a los extremos de la piscina, y otra contraria que marcará el inicio o partida de los jugadores. La idea es que lleven las pelotas desde el inicio hacia la portería caminando sin lanzar Gana el grupo que mayor cantidad de pelotas logre meterlas.
	<b>Velocidad con la tabla</b> Se utiliza una tabla de y en grupos de 4 niños. Se colocan uno dos al frente al otro tiene que llevar la tabla al compañero sin sacar al nivel del agua en la piscina.
	Cuando da la señal el instructor debe desplazarse hacia su compañero para que éste la devuelva a su otro compañero de la misma manera, como si fuese un barco. Gana el grupo que ha llegado primero.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida. <b>EVALUACIÓN:</b> Con disciplina y responsabilidad los niños realizaron los ejercicios.	

*Elaborado por:* Autores




**Tabla 43***Sumersión progresivamente con 5 repeticiones continuas.*

ACTIVIDAD N° 7	
<b>Objetivo:</b> Mantener la respiración debajo del agua y saltar progresivamente	
<b>Tema:</b> Sumersión progresivamente con 5 repeticiones continuas.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Los ejercicios de sumergimiento previo a la inmersión total deben partir de ejercicios previos, como: realizar calentamiento previo.
	Una vez que sepa respirar bien, se procede a sumergirse varias veces conteniendo el aire cogiéndose del borde.
	Caminamos por toda la piscina y nos bajamos cogiendo la respiración por la boca y soltando por la nariz. Realizando un círculo grande a la orden del instructor se sumerge.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Con disciplina y responsabilidad los niños realizaron los ejercicios.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 44**




*Sumersión estirándose hacia atrás por debajo del agua.*

<b>ACTIVIDAD N° 8</b>	
<b>Objetivo:</b> Brindar apoyo al compañero	
<b>Tema:</b> Sumersión estirándose hacia atrás por debajo del agua.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Punto extendido con los brazos a lo largo de todo el costado de su cuerpo mientras flota.
	Ejercicios de respiración y mantenimiento del aire a través de sesiones.
	Patinaje en el agua, deslizado el lado derecho e izquierdo mientras recorre la piscina. Patinaje subacuático, iniciando la inmersión por tiempos cortos hasta conseguir dominio de tiempos largos.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida. <b>EVALUACIÓN:</b> Con disciplina y responsabilidad los niños realizaron los ejercicios.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 45**



*Repeticiones de sumersión, estiramos las piernas y soltamos el borde de la piscina.*

<b>ACTIVIDAD N° 9</b>	
<b>Objetivo:</b> Mantener la respiración debajo del agua para oxigenar a los pulmones	
<b>Tema:</b> 5 repeticiones de sumersión, estiramos las piernas y soltamos el borde de la piscina.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	<p>El nado largo debe concentrarse más rápido en respirar por el lado izquierdo después de realizar el ejercicio de patinaje por el derecho.</p> <p>En todos ejercicios de técnica, concentrarse en girar un poco más allá del punto dulce cuando gire la nariz hacia arriba para respirar.</p>
	<p>En todos los nados largos debe concentrarse en mantener la posición del cuerpo como si fuera una aguja cuando va hacia el aire para respirar (Laughlin).</p> <p>La serie de ejercicios debe basarse en sesiones de nado largo y corto en los que debe respirar de lado a lado combinados, además se recomienda ejercitar.</p>
	<p>Realizar series de nado y ejercicios de técnica para deslizarse por el agua, descansando entre tres y cinco respiraciones.</p> <p>Series de ejercicio nado completo para integrar las técnicas de los ejercicios en el nado completo. Los largos mejoran las sensaciones de equilibrio y de alineación.</p>
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida. <b>EVALUACIÓN:</b> Con disciplina y responsabilidad los niños realizaron los ejercicios.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 46**

*Repeticiones de sumersión, estiramos las piernas y soltamos el borde de la piscina.*

ACTIVIDAD N° 10	
<b>Objetivo:</b> Mantener la respiración debajo del agua para oxigenar a los pulmones	
<b>Tema:</b> Juegos de sumersión	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	<p>Es una variante del primer juego, se deben colocar objetos que no floten por el fondo de la piscina para que los niños y niñas recolectan la mayor cantidad de ellas mientras se sumergen, no con los pies sino sumergiéndose en el agua.</p> <p>Se les planteará un tiempo determinado y deberán colocar cada objeto en el borde de la piscina.</p>
	<p><b>Sumérgete o te atrapo</b></p> <p>El juego consiste en que entre los niños que están en la piscina deben rotar por toda el área, previamente se les dará un número en secreto a cada uno de ellos.</p> <p>Cuando el instructor diga el número el niño se sumerge e intenta atrapar a los compañeros que no lo han hecho, se salva quien sí se sumerge en el agua, pero quien no lo hace podrá ser atrapado.</p>
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Con disciplina y responsabilidad los niños realizaron los ejercicios.	

*Elaborado por:* Autores

## Flotación

Flotar consiste en permanecer sobre la superficie del agua; dominar esta habilidad es clave en el aprendizaje de la natación, pues brinda al niño autonomía y confianza dentro del medio acuático. La edad y el sexo influyen en la capacidad de flotación, aunque todas las personas pueden hacerlo en mayor o menor grado gracias a factores naturales como el tejido adiposo y el aire contenido en los pulmones al inspirar. No obstante, también intervienen elementos externos como la presión atmosférica y la densidad del agua. Como señala Urbina, D. (2009), la flotación depende de la composición corporal y el somatotipo; inciden la relación entre la densidad del cuerpo y la del agua, así como el nivel de familiarización y confianza, lo cual permite enfocarse en flotar sin miedo a hundirse o ahogarse.

**Figura 38**

*Flotación*



*Responsable: Autores*

**Figura 39**




*Flotación*



*Responsable: Autores*

**Tabla 47**



*Los tipos de flotación que se requieren cumplir.*

<b>ACTIVIDAD N° 11</b>	
<b>Objetivo:</b> Utilizar el aire de forma progresiva para poder flotar	
<b>Tema:</b> 5 repeticiones de sumersión, estiramos las piernas y soltamos el borde de la piscina.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	<b>Flotación vertical con desplazamiento.</b> Daremos un paso hacia el frente al mismo tiempo que estiramos los brazos hacia adelante y nos damos un pequeño impulso en la misma dirección.
	Con el impulso anterior y los brazos totalmente estirados dejamos que nuestro cuerpo adopte la posición horizontal, sin mover nada, ni pies ni brazos y cuerpo relajado.
	Inmediatamente metemos la cabeza dentro del agua, entre los brazos, observando que nuestras piernas suben aún más hacia la superficie, las cuales deberán estar juntas. Dejamos que nuestro cuerpo se deslice por la superficie del agua. Aguantamos un poco la respiración con la cabeza dentro y el cuerpo bien estirado hasta que llegemos al borde.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida. <b>EVALUACIÓN:</b> Con disciplina y responsabilidad los niños realizaron los ejercicios.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 48**



*Juegos de flotación.*

<b>ACTIVIDAD N° 12</b>	
<b>Objetivo:</b> Deslizarse al agua sin soltarse Mantener la posición sin alterar la colocación de las manos	
<b>Tema:</b> Juegos de flotación.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	<b>El muertito</b> Cogerse la cabeza. Inspirar con la boca. Deslizarse al agua sin soltarse la cabeza Mantener la posición sin alterar la colocación de las manos. Mantener la flotación.
	<b>El sin manos</b> Manos a la espada. Pies unidos. Inspirar con la boca. Deslizarse al agua. Sin alterar la posición de las manos. Mantener la flotación.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Las actividades trabajadas lo desarrollaron de una manera activa. <b>EVALUACIÓN:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 49**

*Juegos de flotación.*

<b>ACTIVIDAD N° 13</b>	
<b>Objetivo:</b> Utilizar el aire de forma progresiva para poder flotar sin ningún temor	
<b>Tema:</b> Juegos de flotación.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	<b>El relevo con implemento</b> Los niños colocados en el borde de la piscina, deben trasladarse al otro lado de la piscina y topar a su compañero de equipo en posición ventral y cuyo apoyo será la tabla.
	<b>El relevo sin implemento</b> Unidas las manos sin despegar deben trasladarse flotando al otro lado de la piscina ida y vuelta. Gana el equipo que logre trasladarlos sin problemas.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Las actividades trabajadas lo desarrollaron de una manera activa. <b>EVALUACIÓN:</b> Los niños y niñas ejecutaron con agilidad la práctica establecida.	

*Elaborado por:* Autores

## La Patada

Aprender a dar patadas en el agua requiere que los niños tomen conciencia de su cuerpo, sentir el movimiento de las piernas y la tensión necesaria para dar las patadas sin salir del agua.

**Figura 38**



*Flotación*



*Responsable:* Autores

**Tabla 50**




*La patada.*

ACTIVIDAD N° 14	
<b>Objetivo:</b> Estirar bien las piernas, pies hacia abajo y no doblar las rodillas	
<b>Tema:</b> La patada.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Se debe familiarizar las piernas con el agua realizando ejercicios en el borde
	Suavemente bombear los pies hacia arriba y hacia abajo, acostumbrarse a la resistencia del agua
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Con la ayuda del instructor todos los niños ejecutaron los movimientos.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los movimientos establecidos por el instructor, lo hicieron muy bien.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 51**




*La patada, bien estirados las piernas y los pies.*

ACTIVIDAD N° 15	
<b>Objetivo:</b> Estirar bien las piernas, pies hacia abajo y no doblar las rodillas en posición ventral	
<b>Tema:</b> La patada bien estirados las piernas y los pies.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	La cadera, la pierna y la rodilla forman una sola paleta en el agua.
	Con las manos al borde de la piscina gradualmente aumentamos la velocidad de las patadas como cuando el agua está a punto de ebullición.
	Colocando el cuerpo de manera horizontal con los brazos extendidos no soltar el implemento acompañados de la patada nos trasladamos hacia el otro extremo la cabeza debajo del agua.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Con la ayuda del instructor todos los niños ejecutaron los movimientos.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los movimientos establecidos por el instructor, lo hicieron muy bien.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 52**



*La patada con y sin implementos*

<b>ACTIVIDAD N° 16</b>	
<b>Objetivo:</b> Estirar bien las piernas, pies hacia abajo y no doblar las rodillas metidos la cabeza nos trasladamos al otro extremo	
<b>Tema:</b> La patada con y sin implementos.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Colocando el cuerpo de manera horizontal con los brazos extendidos no soltar el implemento acompañados de la patada nos trasladamos hacia el otro extremo la cabeza debajo del agua.
	De vez en cuando, levantar la cabeza y escuchar el sonido de su patada. Patear de modo que los pies apenas se eleven de la superficie del agua.
	Realizar ejercicios con las manos: al frente unido, alternadas, en la cabeza, espalda, piernas manos a mientras se dan patadas.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Con la ayuda del instructor todos los niños ejecutaron los movimientos.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los movimientos establecidos por el instructor, lo hicieron muy bien.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 53**




*Juegos con patada.*

<b>ACTIVIDAD N° 17</b>	
<b>Objetivo:</b> No doblar las rodillas para no salpicar agua	
<b>Tema:</b> Juego con patada.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	<b>Sobre una pelota</b> Colocando la pelota en los brazos y en el pecho de forma paulatina se harán carreras entre equipos de estudiantes mientras se dan patadas correctas, sin chapotear en el agua ni doblarlas. Gana el equipo que llegue primero hacia el otro extremo de la piscina.
	<b>Lanzar la pelota al aire</b> Siguiendo el mismo ejercicio anterior, pero lanzando la pelota al aire con fuerza nos sumergimos y cogemos la pelota antes que caiga al agua hasta llegar al otro extremo de la piscina.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Con la ayuda del instructor todos los niños ejecutaron los movimientos.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los movimientos establecidos por el instructor, lo hicieron muy bien.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 54**




*La patada con y sin implementos*

ACTIVIDAD N° 18	
<b>Objetivo:</b> Extender bien los brazos en forma progresiva alternadamente	
<b>Tema:</b> La brazada.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Cogiendo el borde de la piscina alternamos los brazos, derecho a izquierdo bien estirados tocándonos el muslo para que el ejercicio se realice correctamente para cuando estemos en el agua, poder hacerlo con fuerza accionando con las piernas y deslizarse con facilidad.
	Cuando ya está bien elaborada la horizontalidad del cuerpo y el niño puede mantener la cara en el agua para no perder la posición de nado, está preparado para iniciar el aprendizaje de este movimiento.
	Ante cualquier acción acuática será la de extendidos adelante, ya que favorece la horizontalidad del cuerpo y, consecuentemente, la hidrodinámica.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Con la ayuda del instructor todos los niños ejecutaron los movimientos.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los movimientos establecidos por el instructor, lo hicieron muy bien.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 55**

*Combinación de brazos y piernas*

ACTIVIDAD N° 19	
<b>Objetivo:</b> Incorporar a todos los ejercicios de: flotaciones, salidas del borde, entrada de la cabeza, etc. A fin de lograr la automatización del gesto	
<b>Tema:</b> Combinación de brazos y piernas.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Con el brazo derecho estirado cabeza dentro del agua y el brazo izquierdo en la espalda procedemos a patallar y nos trasladarnos al otro extremo de la piscina.
	Con el brazo izquierdo estirado cabeza dentro del agua y el brazo derecho en la espalda procedemos a patallar y nos trasladarnos al otro extremo de la piscina.
	Brazada completa alternados los brazos derecho izquierdo.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Con la ayuda del instructor todos los niños ejecutaron los movimientos.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los movimientos establecidos por el instructor, lo hicieron muy bien.	

*Elaborado por:* Autores

## Propulsión

La propulsión es el uso coordinado de brazos y piernas para avanzar en el agua, y se adquiere de manera gradual. Conviene evitar ejercicios estáticos y, en su lugar, fomentar experiencias dinámicas que permitan al niño construir control y fluidez. La preparación psicológica para el salto exige vencer el temor al agua y al impulso inicial; para ello, el niño debe aprender la postura de partida y comprender cómo esta rompe la resistencia del agua frente a su cuerpo.

**Figura 41**

*Propulsión*



*Elaborado por: Autores*

Se permite que visualicen su caída en el agua y sobre todo mantener el ejercicio de la respiración, propulsión, flotación y los ejercicios de patadas y brazos. Es preciso contar al inicio con el apoyo para saber elevarse una vez realizado el salto.

**Figura 42**



*Propulsión*



*Elaborado por: Autores*

**Tabla 56**



*Propulsión*

ACTIVIDAD N° 20	
<b>Objetivo:</b> Incorporar a todos los ejercicios de: flotaciones, salidas del borde, entrada de la cabeza, etc., a fin de lograr la automatización del gesto	
<b>Tema:</b> Propulsión.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	Una vez indicado el ejercicio nos damos media vuelta a la piscina en posición cuclillas cogemos respiración y saltamos al agua.
	Se repite el ejercicio pero en esta ocasión los niños tendrán que braccar para trasladarse al otro lado de la piscina.
	Cada lanzamiento tiene su dificultad para ello tendrán que realizar varias repeticiones para mejorar el impulso.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Todos los niños demostraron lo aprendido sin ningún temor. <b>EVALUACIÓN:</b> Con mucha disciplina y responsabilidad todos los niños realizaron este ejercicio.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 57**




*Juegos de propulsión*

<b>ACTIVIDAD N° 21</b>	
<b>Objetivo:</b> Incorporar a todos los ejercicios de: flotaciones, salidas del borde, entrada de la cabeza, etc., a fin de lograr la automatización del gesto	
<b>Tema:</b> Juegos de propulsión.	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	<b>Saltos para atrapar</b> El instructor dispersa por toda el área de la piscina objetos que floten, los niños y niñas se deben colocar a los bordes de ella para localizar con la vista los objetos más cercanos.
	La intención es que salten lo más cerca posible de los objetos y atrapen la mayor cantidad de ellos.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Todos los niños demostraron lo aprendido sin ningún temor.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Con mucha disciplina y responsabilidad todos los niños realizaron este ejercicio.	

*Elaborado por:* Autores

**Tabla 58**


*Impulso desde fuera*

ACTIVIDAD N° 22	
<b>Objetivo:</b> Incorporar a todos los ejercicios de: flotaciones, salidas del borde, entrada de la cabeza, etc., a fin de lograr la automatización del gesto	
<b>Tema:</b> <i>Impulso desde fuera.</i>	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	La aplicación de los aprendizajes de forma combinada se evidencia en la ejecución del crol combinado o completo, en donde los niños realizan el impulso y/o propulsión desde diferentes puntos en la piscina.
	Desde el exterior de la piscina combinando el salto, propulsión, impulso, y el nado mismo.
	Aplicación de la técnica del estilo libre.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Con mucha alegría porque todos los niños se impulsaron desde fuera de la piscina para ejecutar la actividad estilo libre.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los niños ejecutaron utilizando todo lo aprendido.	

*Elaborado por:* Autores

## Tabla 59

### Estilo libre

ACTIVIDAD N° 23	
<b>Objetivo:</b> Mejorar la técnica de estilo libre	
<b>Tema:</b> <i>Estilo libre.</i>	<b>Tiempo:</b> 60 minutos <b>Material:</b> Piscina, pito y cronometro
	El perfeccionamiento de la natación debe superar los estilos iniciales del aprendizaje para pasar a otros niveles, orientando a los niños y niñas hacia uno que les sea adecuado para actividad física, disposición psíquica o contextura física.
<b>RESULTADO OBTENIDO:</b> Con mucha alegría porque todos los niños se impulsaron desde fuera de la piscina para ejecutar la actividad estilo libre.	
<b>EVALUACIÓN:</b> Los niños ejecutaron utilizando todo lo aprendido.	

*Elaborado por:* Autores

### Perfeccionamiento

Debe superar los estilos iniciales del aprendizaje para pasar a otros niveles, orientando a los niños y niñas hacia uno que les sea adecuado para actividad física, disposición psíquica o contextura física.

### Figura 43

#### *Perfeccionamiento*



*Elaborado por:* Autores

## **Novedades del enfoque Psicopedagógico**

### **Enfoque Psicológico**

La guía metodológica contribuye a comprender la conducta humana y a influir positivamente en el desempeño corporal, técnico y estratégico, potenciando el rendimiento y la interacción. Al aplicar sus actividades, se fortalecen las destrezas mentales, el afrontamiento y recuperación de lesiones, la enseñanza de habilidades técnicas y la detección de talentos; además, se ordenan factores como la planificación (días y horas de entrenamiento), la disponibilidad de materiales y la coordinación con otros especialistas.

### **Enfoque Pedagógico**

El aporte pedagógico de la guía radica en proponer una estructura sistémica con contenidos orientados a metas claras, prácticas y secuenciadas, estableciendo directrices óptimas para favorecer el aprendizaje. Considera las particularidades de cada niño para definir el enfoque didáctico, promoviendo la interacción docente-estudiante y una enseñanza asertiva y coherente entre teoría y práctica.

Las metodologías dentro y fuera del agua han evolucionado desde enfoques tradicionales hasta modelos actuales que combinan mando directo y propuestas mixtas: se asignan tareas precisas para minimizar errores, mientras los niños trabajan el componente cognitivo. En esta progresión histórica de métodos, se prioriza finalmente una metodología alineada con las exigencias contemporáneas de la enseñanza de la natación.

## Matriz del Plan de Acción

**Tabla 60**

### *Matriz del plan de acción*

FASE O ETAPAS	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	RESPONSABLE	TIEMPO
¿Cómo?	¿Para qué?	¿Qué?	¿Cuánto?	¿Quién/ Es?	¿Cuándo?
SOCIALIZACIÓN	Concientizar a los instructores que acuden al Complejo Turístico La Rueda, apliquen la Guía Metodológica para la enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras de los niños.	Incitar a los Instructores de natación para que ejecuten la guía metodológica.	Proyector Laptop Videos.	Autores	2 horas a partir del mes de septiembre 2017
PLANIFICACIÓN	Las actividades planificadas ayudarán a llevar a cabo la ejecución de la propuesta con mucha responsabilidad.	Las actividades planificadas deben cumplirse con dedicación para el desarrollo de la propuesta.	Computador, impresora y material de oficina.	Autores	Horario de 17h00 a 18h00
EJECUCIÓN	Desarrollar las actividades, para la enseñanza aprendizaje de la natación y para el dominio de las habilidades motoras de los niños.	Desarrolle todas las actividades para la enseñanza de la natación para el dominio de las habilidades motoras de los niños y niñas.	Recursos Materiales para cada ejercicio.	Autores	2 horas diarias a partir de enero de 2017
EVALUACIÓN	Cumplir minuciosamente la guía metodológica enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras de los niños y niñas.	El seguimiento del cronograma se realizará de manera conjunta para asegurar el cumplimiento de la planificación establecida por el proponente y los instructores	Encuesta, Ficha de observación y Ficha técnica.	Autores	Septiembre a febrero

**Responsable:** Autores

## Administración de la Propuesta

La implementación estuvo a cargo del Lic. Olmedo Javier Mármol Escobar, con la supervisión del gerente y propietario del Centro Turístico La Rueda, Ing. Mario Escobar Gortaire, MBA. Participaron además docentes del Departamento de Cultura Física de la Universidad Estatal de Bolívar, los instructores y las familias. La intervención se desarrolló de octubre a marzo con niños y niñas de 6 a 12 años, organizados en tres grupos de trabajo y en el horario que se detalla a continuación.

### Jornadas de trabajo para la Enseñanza Aprendizaje de la Natación en el Centro Turístico La Rueda

#### Días a la semana

#### Tabla 61

#### *Horario de entrada y salida*

Nº	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
1	08h00 a 10h00	08h00 a 10h00	08h00 a 10h00	08h00 a 10h00
2	10h00 a 12h00	10h00 a 12h00	10h00 a 12h00	10h00 a 12h00
3	12h00 a 14h00	12h00 a 14h00	12h00 a 14h00	12h00 a 14h00

**Responsable:** Autores

Debiendo manifestar que cada sesión de trabajo se apoyó en la guía metodológica para la enseñanza–aprendizaje de la natación, la cual fue bien acogida por todos los niños y niñas. Gracias a ello, aprendieron de manera gradual las distintas actividades y, al concluir, pudieron evidenciar las habilidades motoras adquiridas con movimientos coordinados y seguros.

#### Previsión de la Evaluación

La Guía Metodológica de Enseñanza–Aprendizaje de la Natación para el Dominio de las Habilidades Motoras en niños y niñas de 6 a 12 años del Centro Turístico La Rueda (aplicada de octubre a marzo) se evaluó antes y después de cada actividad. Se realizó una fase inicial de preparación con la presencia de las autoridades de la institución, docentes universitarios, instructores y familias, a fin de establecer el nivel de ingreso de los participantes. Al cierre del proceso de perfeccionamiento deportivo, los niños demostraron lo aprendido, y se entregó un certificado de aprobación del proceso de Enseñanza–Aprendizaje de la Natación orientado al dominio de las habilidades motoras.

**Tabla 62***Horario de entrada y salida*

<b>Preguntas Básicas</b>	<b>Explicación</b>
<b>1. ¿Quiénes quieren evaluar?</b>	Lic. Olmedo Javier Mármod Escobar Docentes de la universidad e instructores
<b>2. ¿Por qué evaluar?</b>	Para saber grado de efectividad de la guía Metodología
<b>3. ¿Para qué evaluar?</b>	Para determinar cómo perfeccionaron la enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras
<b>4. ¿Qué evaluar?</b>	Las diferentes actividades y los logros obtenidos de la guía metodológica
<b>5. ¿Quién evalúa</b>	El director de mi trabajo de investigación Docentes de la universidad e instructores
<b>6. ¿Cuándo evaluar?</b>	En la finalización y clausura del proceso enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras
<b>7. ¿Cómo evaluar?</b>	Por intermedio de la información y observación directa e indirecta
<b>8. ¿Con qué técnicas va evaluar?</b>	Por medio de una ficha técnica
<b>9. ¿Con qué?</b>	Cuestionario estructurado

*Responsable:* Autores

## BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, E. Pedagogía y aprendizaje para la natación durante la etapa de desarrollo. La Habana: Pueblo y Educación., 2012.
- Andrade, C. La natación y su incidencia en el desarrollo psicomotriz de los niños de 06 a 10 años en la escuela colombiana, de la parroquia de alóag, cantón mejía, de la provincia de pichincha. Universidad técnica de Ambato. Ambato, 2014.
- Arellano, Franco Pedro, Navarro Fernando. Natación habilidades acuáticas para todas las edades 7° premio Herakles (7 ed.). 7 . Barcelona: Hispano Europea., 1980 1992.
- Argot, Carmita. Fortalecimiento de la convivencia mediante la aplicación de ejercicios en el agua. La Habana: Félix Varela, 2013.
- Aviléz, Pino. «Enciclopedia Del Ecuador.» Historia de la natación. Ruiz, 2012.
- Baracco, N. Motricidad y Movimiento. Vol. 1. 2010.
- Barreda, P. «Actividades recreativas del bebe en el agua.» Revista medica de Pediatría N° 42 42 (2005).
- Beatriz, H. N. Los métodos de enseñanza en la educación física. Buenos Aires., 2009.
- Berrocal, D. Educación, calidad y deporte. Tortillas, 2013.
- Blazquez, D. La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: Inde, 1995.
- Botero, C. Aporte en el mejoramiento de la calidad educativa mediante el deporte y la natación. La Habana, 2007.
- Carreño Vega, José Enrique. La iniciación deportiva en la práctica contemporánea del ejercicio físico. Matanzas: Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”, 2016.
- Counsilman, Jonás. La natación, ciencia y técnica. La Habana: Científico Técnica, 2013.
- Crespo, M. La natación . Trillas., 2010.
- Cruz, M. El docente y los recursos para desarrollar la psicomotricidad durante la etapa infantil. . La Habana, 2011.
- Cuevas, Leopoldo. Capacidades Físicas. Barcelona - España: Ediciones Deportivas, 2008.
- Diaz, J. La enseñanza y aprendizaje de las habilidades y destrezas motrices básicas. Inde Publicaciones., 2010.
- Edgardo Romero Frómata. Memoria de curso: Metodología de Educación de las

- Capacidades Motoras con medios del Atletismo. Habana: Pueblo Nuevo, 1998.
- Educación, Ministerio de. Fortalecimiento Curricular. Quito, 2010.
- Espinoza, Jaime Velez. Hipoxia Hipobárica sobre los 3000 m.s.n.m. de altura. Huelva: Hispano- Europeo, 2007.
- Espinoza, Jaime Vélez. «Hipoxica Hipobarica sobre los 3000m.s.n.m. de altura.» La natación, en el desarrollo motor y el equilibrio corporal. Huelva: Paidós, 2007.
- F, Zintl. Entrenamiento de la resistencia. Barcelona: Martínez Roca, 1991. Famose, P. Aprendizaje motor y dificultad de la tarea. Barcelona: Paidotribo, 2009. Franco, A. Deporte y Sociedad. México: Lexus, 2009.
- García Vaca, Daniela Mariana. Formas para planificar, organización y control del entrenamiento durante la natación. Madrid: La Española, 2012.
- García, Marta y Estefanía Toledo. La contaminación de residuos urbanos en la situación actual y propuestas de mejora. Valencia - España: Ediciones ABD, 2012.
- George, J.D.; Fisher, A.G.; Vehrs, P.R. “. Test y pruebas físicas. Barcelona : Paidotribo; 1996.
- Gonzalez, Maritza. Bases para el entrenamiento de natación. Madrid: Gymnos, 2012.
- Granda, Jonás. Manual de Aprendizaje y Desarrollo Motor. Una Perspectiva Educativa. Barcelona: Paidós, 2001.
- Illuzzi, L. M. “Preschool aquatic programs: an analysis of aquatic motor patterns and swimming skill acquisition. 1999.
- James Edward Counsilman. Natación ciencia y técnica para la preparación de campeones. Barcelona: Editorial Hispano Europea,, 1995.
- Knapp, B. La habilidad en el deporte. 2008.
- Laughlin, T. Inmersión Total. Badalona - España: Editorial Paidotribo, 2009. Lawther, J. Aprendizaje de las habilidades motrices. Barcelona : Paidós., 2010. Linares, Rafael. Psicología y natación en la etapa infantil. Argentina: Brujas, 2015.
- Lizano, Magali. Nadar con rapidez, seguridad y confianza. Madrid: Hispano Europeo, 2000.
- Martín, Belén. Influencia de la altitud sobre la regulación de la presión arterial en el ejercicio físico. Gymnos, 2004.
- Mendoza, A. La natación como un ejercicio y una actividad lúdica, tipos de natación. 2015.

- Meza Cascante, L. G. El paradigma positivista, la adquisición del conocimiento y la natación para el dominio de movimientos. Barcelona: Ariel, 2012.
- Mignolo, W. The darker side of western modernity. New York., 2011.
- Moreno Murcia, Juan Antonio. ¿Hacia dónde vamos en la metodología de las actividades acuáticas? La Habana: Pueblo Nuevo, 2013.
- Navarro Ortiz, Mesias. Consejos para el dominio de la natación . Madrid: Gymnos, 2014.
- Navarro, A. Hacia el camino de la natación, influyendo en el desarrollo motor. Madrid: Edit Gymnos., 2011.
- Oña Sicilia, A. Control y Aprendizaje Motor. Madrid, 1999.
- Pacheco, José. Condición física y Salud. Barcelona - España: Ediciones Edusport, 2007.
- Pacheco, José. Cuido mi condición física. Quito - Ecuador: Editorial El Telégrafo, 2010.
- Panis, Gabriela. Educación Física y Salud. Valencia - España: Ediciones Aerogym, 2009.
- Pozo, Alba. La natación en el bienestar del niño. La Habana: Pueblo Nuevo, 2014.
- Querol, Santi. «Educación Física.» 10 de abril de 2008. 27 de 03 de 2014 <<http://educac-fisica.blogspot.com>>.
- Ramírez Torrealba, Jorge A. Ontología de la natación. La Habana: Pueblo Nuevo, 2014.
- Regal, R. El desarrollo del ser humano y las habilidades motrices. Bogotá, 2014.
- Romero, Edgardo. Metodología de educación de la resistencia, rapidez y la fuerza. Mérida: s/e, 1992.
- Romero, R. J. y Becali, A. E. «Metodología del entrenamiento deportivo.» CJEC Vega (2014): 17.
- Ruiz Pérez, L. Deporte y Aprendizaje. Procesos de Adquisición y Desarrollo de Habilidades. Madrid: Visor, 1997.
- Ruiz, J. Competencia Motriz. Elementos para comprender el Aprendizaje motor en educación física escolar. Madrid:: Gymnos, 2007.
- Ruiz, Mirtha Leonor. Los alumnos preescolares y la natación. Buenos Aires: Centro Nacional de Natación Argentina, 2006.

Sánchez Acosta, María Elisa. La preparación psicológica del deportista. Barranquillas: Kinesis, 2000.

Sanchez Bañuelos, F. Didáctica de la Educación Física. Pearson Prentice Hall., 2005.

Sanz Arribas, I., Martínez de Haro, V., & Cid Yagüe, L. «Influye la especialización en los estilos de natación sobre la extensibilidad isquiosural? .» Revista internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física del Deporte (U. A. Deporte, Ed.) (2016): 55-68.

Sevillano García, M. Didáctica del siglo XXI. Madrid. España: McGraw-Hill, 2007.

Strnad, Armando. Qué es, Significado y Concepto. Argentina: Independiente, 2014.

Tejedor, José Carlos. «Revista Digital .» efdeportes (2006).

Urbina, Daniela. Actividades motrices de contacto con la naturaleza, y natación. México D.F. - México: Castell, 2009.

Valbuena, Rolando. Evaluación y normas para la clasificación de la capacidad física. Caracas - Venezuela: Ediciones Maracay, 2007.

Vanzan, J. Desarrollo Motor. Buenos Aires:IPEF., 2003.

Verjoshanski, I. El entrenamiento deportivo. Planificación y Programación. Barcelona: Ediciones Martínez Roca, 1990.

Zevi, S. Aprendizaje Motor, Maduración y Desarrollo. Buenos Aires: Indugraf, 2000.

Zurita, Melba. Los valores en la natación. Quito: Serie Educación y Desarrollo, 2015.

## LINKOGRAFÍA

Agustín, E. (18 de abril de 2011). *Aptitud Física*. Recuperado el 28 de JULIO de 2015, de <http://aptitudfisica37.blogspot.com/2011/04/beneficios-de-una-buena-aptitud-fisica.html>

Asamblea Nacional. (29 de julio de 2010). *Ley del Deporte , Educación Física y Recreación*. Recuperado el 26 de 12 de 2015, de <http://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/03/Ley-del-Deporte.pdf>

Asamblea, C. (2010). *Constitución de la República del Ecuador*. Recuperado el 25 de 03 de 2014, de <http://www.efemerides.ec/1/cons/index2.htm#Educaci%C3%B3n>

.Biolaster. (2009). *Rendimiento Físico*. Recuperado el 29 de JULIO de 2015, de [http://www.biolaster.com/hipoxia/rendimiento\\_fisico](http://www.biolaster.com/hipoxia/rendimiento_fisico)

Cabeza, R. (2007). *Perfeccionamiento de la técnica de estilos en jóvenes nadadores*. Obtenido de Revista Digital N. 110. Buenos Aires - Argentina: <http://www.efdeportes.com/efd110/perfeccionamiento-de-la-tecnica-de-estilos-en-jovenes-nadadores.htm>

Casanova, E. (2009). *Actividad Física*. Recuperado el 29 de JULIO de 2015, de Ministerio de Salud Pública Bolivia: <http://www.msal.gob.ar/ent/index.php/informacion-para-ciudadanos/actividad-fisica>

Cherre, A. (2009). *Geografía y ciencias de la tierra*. Recuperado el 23 de 12 de 2015, de <http://www.monografias.com/trabajos79/geografia-ciencias-tierra/geografia-ciencias-tierra.shtml#ixzz3vMs0PHqM>

Daniela A, U. R. (s.f.). *actividades motrices de contacto con la naturaleza y natación*. Recuperado el 12 de 01 de 2017, de <https://es.scribd.com/doc/52008892/>.

Fernández, F., Gil, Y., Moriel, A., & et.all. (2000). *Links of sciences for kids*. Recuperado el 23 de 12 de 2015, de La fuerza y sus efectos: [www.quimicaweb.net/grupo\\_trabajo\\_ccnn\\_2/tema2/](http://www.quimicaweb.net/grupo_trabajo_ccnn_2/tema2/)

Firman, D. G. (s.f.). *FISIOLOGIA HUMANA - FACULTAD DE MEDICINA DE LA UNNE, CORRIENTES ARGENTINAS*. Recuperado el 01 de 04 de 2014, de [http://www.intermedicina.com/Avances/Interes\\_General/AIG05.html](http://www.intermedicina.com/Avances/Interes_General/AIG05.html)

Gil, J. (25 de Septiembre de 2014). *Educación Física* . Recuperado el 28 de JULIO de 2015, de La velocidad: <http://educac-fisica.blogspot.com/2008/09/blog-post.html>

Hernández, A. (2002). *Ejercicios de aprendizaje de flotación*. Obtenido de <http://www.i-natacion.com/articulos/ejercicios/aprendizaje/flotacion2.html>

- Jiménez, M. (2011). *Ejercicio Físico*. Recuperado el 03 de 04 de 2014, de <http://www.monografias.com/trabajos/ejerfisico/ejerfisico.shtml#ixzz2xvIQqNrx>
- Maltrana, A. (2014). *Dominar la respiración en la piscina*. Obtenido de <http://www.sportlife.es/deportes/natacion/articulo/domina-respiracion-piscina#>
- Martinez, C. (2015). *Aclimatización: adaptaciones del organismo para la altitud* . Recuperado el 20 de 12 de 2016, de <http://carlosmartinezdoc.com/aclimatacion-adaptaciones-del-organismo-a-la-altitud/>
- Martínez, L. (2010). *Fisiología*. Recuperado el 20 de 12 de 2015, de <http://www.monografias.com/trabajos61/fisiologia/fisiologia2.shtml#ixzz3vOZCiOBn>
- Merchel, M., Kaczmarek, A., & et.all. (15 de Febrero de 2015). *Clima en Ecuador*. Recuperado el 21 de 03 de 2014, de <http://www.en-ecuador.com/clima.php>
- Mignolo, W. (2011). *The darker side of western modernity*. New York., Estados Unidos.
- Minguez, A. (Noviembre de 2001). *Sistema respiratorio y altura. Actividad física y enfermedades respiratorias*. Recuperado el 22 de 12 de 2015, de Revista Digital Efdeportes. Año 7 N. 42.: <http://www.efdeportes.com/efd42/altura.htm>
- Monroy, O. (26 de Agosto de 2007). *Efectos del Entrenamiento Psicológico Durante La Preparación Deportiva en Altura* . Recuperado el 23 de 12 de 2015, de <http://ucha.blogia.com/2007/082601-efectos-del-entrenamiento-psicologico-durante-la-preparacion-deportiva-en-altura.php>
- Negrín, R., & Salt, M. (Abril de 2004). *Efdeportes*. Recuperado el 25 de JULIO de 2015, de Adaptación, entrenamiento deportivo y: <http://www.efdeportes.com/efd71/adap.htm>
- Perez, Z. (6 de junio de 2014). *Condición Física*. Recuperado el 02 de 04 de 2014, de <http://www.juntadeandalucia.es/averroes/emilioprados/EF/confis.htm>
- Polar, E. (2008). *Aclimatización en la altura*. Recuperado el 01 de 04 de 2014, de [http://www.polar.com/es/entrena\\_con\\_polar/articulos\\_entrenamiento/mejora\\_tu\\_rendimiento/outdoor/acclimatization\\_to\\_high\\_altitude](http://www.polar.com/es/entrena_con_polar/articulos_entrenamiento/mejora_tu_rendimiento/outdoor/acclimatization_to_high_altitude)
- Querol, S. (10 de 2008). *Educación Física*. Recuperado el 27 de 03 de 2014, de <http://educac-fisica.blogspot.com>
- Rodríguez, J. (2012). *Capacidades condicionales y perfil de la composición corporal de los jugadores que integran los clubes de fútbol*. Obtenido de <http://es.slideshare.net/arielrest/articulo-abfutbol>

Rojas, F. (12 de Septiembre de 2012). *Modos de vida*. Obtenido de <http://modosdevidaenelmundo.blogspot.com/2012/09/modos-de-vida-valles-llanuras-desiertos.html>

Rovello, M. (2014). *Adaptación sanguínea*. Recuperado el 22 de 12 de 2015, de Lo que debe saber un poliglobulico: <http://www.monografias.com/trabajos81/lo-que-debe-saber-poliglobulico/lo-que-debe-saber-poliglobulico2.shtml#ixzz3vOALYe6h>

RUBIO, N. L. (14 de 06 de 2010).

[http://www.consumer.es/web/es/salud/investigacion\\_medica/2010/06/14/193680.php](http://www.consumer.es/web/es/salud/investigacion_medica/2010/06/14/193680.php). Recuperado el 21 de 07 de 2015

Ruiz, M. L. (29 de Diciembre de 2006).

<http://www.monografias.com/trabajos42/natacion-preescolares>.

Sarmiento, J. (25 de octubre de 2011). *Acondicionamiento Físico*. Recuperado el 02 de 04 de 2014, de <http://acondicionamientofisico-daniel.blogspot.com/2011/10/definicion.html>

Segovia, A. (2001). *Anatomía y Fisiología Humana*. Recuperado el 20 de 12 de 2015, de <http://www.monografias.com/trabajos-pdf2/anatomia-fisiologiahumana/anatomia-fisiologia-humana.pdf>

Serrano, J., Pacheco, S., & et.all. (2013). *Aptitud Física*. Recuperado el 28 de JULIO de 2015, de <http://sportandhealthuft.blogspot.com/2013/06/aptitud-fisica.html>

Significados. (2012). *Significados*. Recuperado el 23 de 12 de 2015, de Fuerza: [www.significados.com/fuerza/](http://www.significados.com/fuerza/)

Sigweb. (26 de Febrero de 2014). *Sistemas Integrados de Gestión*. Recuperado el 23 de 12 de 2015, de Lo que debes saber sobre la Hipobaria Intermitente Crónica: <http://www.sigweb.cl/sitio/2014/02/lo-que-debes-saber-sobre-la-hipobaria-intermitente-cronica/>

Vargas Sanchez, A. (06 de 06 de 2012). *Entrenamiento Deportivo I*. Obtenido de <http://entrenamientodeportivouno.blogspot.com/>

Velasquez, A. (2014). *Pruebas de valoración de la condición física*. Obtenido de <http://slideplayer.es/slide/1713151/>

Vilaplana, M. (2014). *Ejercicio Físico*. Recuperado el 03 de 04 de 2014, de <http://www.farmacaceuticonline.com/es/familia/591-ejercicio-fisico>



### **Trayectoria profesional del autor**

Mi formación académica y experiencia profesional me han permitido integrar enfoques locales y globales en la docencia universitaria. He trabajado como docente y gestor académico en instituciones de educación básica y superior, participando en proyectos de investigación y adaptando constantemente mis estrategias pedagógicas para ofrecer una educación inclusiva y contextualizada.

Soy Profesor de Segunda Enseñanza en Educación Física, Deportes y Recreación; Licenciado en Ciencias de la Educación en las menciones de Educación Física y de Informática Educativa. Poseo dos maestrías: en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo, y en Gerencia Educativa; además de un Diplomado en Gestión y Planificación Educativa. Actualmente curso un Doctorado.

En lo profesional, me he desempeñado como presidente de la Federación Deportiva de Bolívar, gerente de la Academia de Natación XAVIMAR, presidente de la Asociación de Profesores de la Universidad Estatal de Bolívar y, en la actualidad, Decano de la Facultad de Ciencias de la Educación, Sociales, Filosóficas y Humanísticas. También he sido docente de posgrado en universidades como la Estatal de Bolívar, Península de Santa Elena, Católica de Cuenca y Estatal de Milagro.

Mi línea investigativa se orienta a vincular la teoría con la práctica, impulsando propuestas educativas integrales que respondan a las necesidades reales de la sociedad.

***El agua no solo enseña a nadar. Enseña a confiar en uno mismo, a tener disciplina y a encontrar libertad donde antes había miedo***



### **Trayectoria profesional del autor**

Estudios primario escuela gustavo lemos. estudios secundario centenario colegio nacional pedro carbo. estudios de tercer nivel universidad estatal de bolívar. título obtenido profesor de segunda enseñanza en educación física deportes y recreación, licenciado en educación física deportes y recreación. título de cuarto nivel universidad técnica de ambato, título obtenido maestría en educación física deportes y recreación.

Trabajo en escuela José H. González, Unidad Educativa Ángel Polibio Chávez, Universidad Estatal de Bolívar.

*Me gusta la gente capaz de pensar que el mayor error del ser humano es intentar sacarse de la cabeza aquello que no sale del corazón*



### **Trayectoria profesional del autor**

Mi trayectoria educativa se ha construido sobre una base sólida y diversa. Inicié como Licenciado en Ciencias de la Educación Básica, y luego me especialicé en Educación Física y Deporte a nivel de maestría. Posteriormente, amplié mi visión pedagógica con dos másteres internacionales: uno en Educación y otro en Educación Superior. Esta formación me ha permitido integrar enfoques locales y globales en mi práctica docente universitaria. He trabajado como docente y gestor académico en instituciones de distintos niveles, desde educación básica hasta superior. He formado parte de equipos educativos en colegios, universidades y centros de formación técnica, lo que me ha permitido adaptar mis estrategias a contextos diversos y fortalecer mi compromiso con la calidad educativa. He publicado investigaciones sobre el uso de recursos audiovisuales en el aula y actualmente desarrollo un estudio sobre la escalada deportiva como herramienta formativa en contextos escolares. Mi enfoque investigativo busca siempre vincular teoría y práctica, promoviendo propuestas educativas integrales y contextualizadas.


*Sumergirse en el agua es más que aprender a nadar: es descubrir confianza, disciplina y libertad en cada brazada*



### **Trayectoria profesional del autor**

Magister en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo, Licenciado en Educación Física, Deportes y Recreación, docente de Educación Física en los niveles de educación básica general, bachillerato en la Unidad Educativa Pedro Carbo, Docente contratado en la facultad de Ciencias de la Educación en varias asignaturas, docente de la escuela de Educación Física de la Universidad Estatal de Bolívar de la cátedra de Natación, Docente en el Departamento de Educación Física de la Universidad de Bolívar, Docente en la Maestría de Entrenamiento Deportivo de la Universidad Estatal de Bolívar y Universidad Estatal de Milagro, Asesor de trabajos de titulación de Pregrado y Posgrado.

*La natación es una herramienta de supervivencia y una forma de disfrutar la vida al máximo*



**ingenius**  
Académico

La enseñanza y aprendizaje de la

# NATACIÓN

PARA EL DOMINIO DE LAS HABILIDADES  
MOTORAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 12  
AÑOS EN EL CENTRO TURÍSTICO LA RUEDA

ISBN: 978-9907-0-0129-7



9 789907 001297

    
ingenius