

**UNIVERSIDAD SAN PEDRO FACULTAD DE  
EDUCACIÓN Y HUMANIDADES PROGRAMA DE  
ESTUDIO DE EDUCACION SECUNDARIA**



**Importancia de la enseñanza aprendizaje de la natación en  
estudiantes de la institución educativa José Teobaldo Paredes-  
Arequipa 2024**

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación  
Secundaria en la especialidad de Educación Física

**Autor:**

**Soto Espinoza, Donny Stanley**

**Asesor (ORCID: 0000-0003-4734-601X)**

**Mejía Murillo, Carmen Soledad**

**Chimbote – Perú**

**2024**

**ÍNDICE**

ÍNDICE.....	ii
PALABRA CLAVE .....	iii
KEYWORD.....	iii
LINIA DE INVESTIGACION .....	iii
TÍTULO .....	iv
RESUMEN .....	v
ABSTRACT .....	vi
INTRODUCCIÓN.....	1
METODOLOGÍA.....	20
RESULTADOS .....	22
ANALISIS Y DISCUSION.....	32
CONCLUSIONES .....	34
RECOMENDACIONES.....	35
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	36
ANEXOS .....	41

## Palabra Clave

Tema : Enseñanza aprendizaje – Natación  
Especialidad : Educación Secundaria

## Keyword

Theme : Teaching learning – Swimming  
Specialty : Secondary Education

## Línea de investigación

LINEA	ÁREA	SUB ÁREA	DISCIPLINA
La Enseñanza y el Aprendizaje	Ciencias sociales	Ciencias de La Educación	Educación General

## CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD



## CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El que suscribe, Vicerrector de Investigación de la Universidad San Pedro:

### HACE CONSTAR

Que, de la revisión del trabajo titulado "**Importancia de la enseñanza aprendizaje de la natación en estudiantes de la institución educativa José Teobaldo Paredes- Arequipa 2024**" del (a) estudiante: **SOTO ESPINOZA DONNY STANLY**, identificado(a) con Código N° **2008118905**, se ha verificado un porcentaje de similitud del **29%**, el cual se encuentra dentro del parámetro establecido por la Universidad San Pedro mediante resolución de Consejo Universitario N° 5037-2019-USP/CU para la obtención de grados y títulos académicos de pre y posgrado, así como proyectos de investigación anual Docente.

Se expide la presente constancia para los fines pertinentes.

Chimbote, 06 de enero de 2025

UNIVERSIDAD SAN PEDRO  
VICERRECTORADO DE INVESTIGACIÓN  
  
Dr. JAVIER MARTINEZ CARRION  
VICERRECTOR



**NOTA:** Este documento carece de valor si no tiene adjunta el reporte del Software TURNITIN.

## **RESUMEN**

El presente estudio tuvo como objetivo general analizar la enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredez Valdez, Arequipa. El tipo de investigación fue el descriptivo, mientras que su diseño fue el no experimental – transversal. La muestra quedó conformada por 53 estudiantes del 1er año de secundaria y 53 padres de familia. Los instrumentos de recolección de datos fueron dos cuestionarios. Se encontró que la natación en la Institución Educativa José Teobaldo Paredes de Arequipa es deficiente, ya que el 77% de padres de familia sostiene que sus hijos nunca han recibido clases de natación. Además, el 92% de padres de familia sostiene que la falta de apoyo de las autoridades hace que la enseñanza de la natación sea deficiente y que influye que en la práctica de esta disciplina.

## **ABSTRACT**

The general objective of this study was to analyze the teaching-learning of the discipline of swimming in students of the first grade of secondary education at the José Teobaldo Paredez Valdez educational institution, Arequipa. The type of research was descriptive, while its design was non-experimental – transversal. The sample was made up of 53 students from the 1st year of high school and 53 parents. The data collection instruments were two questionnaires. It was found that swimming at the José Teobaldo Paredes Educational Institution in Arequipa is deficient, since 77% of parents maintain that their children have never received swimming lessons. Furthermore, 92% of parents maintain that the lack of support from the authorities makes the teaching of swimming deficient and that it influences the practice of this discipline.

## INTRODUCCIÓN

### Antecedentes

Obregón (2024) tuvo el propósito de determinar niveles de aprendizaje de natación en estudiantes. Como enfoque cuantitativo, las variables corresponden De tipo descriptivo y diseño no experimental, se tuvo una muestra de 18 estudiantes y se aplicó el instrumento de la lista de verificación. Los resultados fueron los siguientes: para la capacidad de natación el 48% se mostró satisfecho, el 42% está aprendiendo, el 10% empezó a aprender y para los movimientos de las manos el 46% estaban satisfechos, el 44% en progreso, el 10% comenzó a aprender los movimientos de las piernas, el 42% satisfecho, el 48% en progreso 10% inició aprendizaje, 46% satisfecho en cuanto a respiración, 44% en proceso, 10% inició aprendizaje, 50% satisfecho en cuanto a coordinación técnica de natación, 40% en proceso, 10%. Las puntuaciones generales de coordinación en natación desde el inicio de este estudio fueron 42% satisfactorias, 48% en curso y 10% iniciadas. Se concluyó que mientras aprendía a nadar, I.E. Estudiantes de 6to grado no. 20394 46% satisfecho, 44% trabajando en ello y 10% iniciado.

Urcia (2022) su estudio tuvo como objetivo determinar la influencia que tiene la natación en el rendimiento competitivo en nadadores adolescentes de la piscina olímpica de Trujillo. El tipo de investigación fue descriptivo no experimental. La muestra fue de 39 nadadores, comprendidos entre los 13 y 18 años. La técnica de recolección de datos fue la encuesta y su instrumento el cuestionario. Los resultados encontrados fueron: un 30,8% posee un nivel malo de atención, un 20,5% posee un nivel regular de atención. Por otro lado, un 33,3% posee una buena atención y un 15,4% posee una baja excelente atención. También, un 12,8% posee un control Malo, un 79,5% posee un control Regular. Por otro lado, un 7,7% posee un control Bueno

Garrido (2023) desarrolló un estudio para la Universidad de Valladolid donde el propósito fue analizar el impacto de la natación como propuesta en estudiantes del

nivel primaria, además de identificar sus beneficios. El tipo de investigación fue descriptiva de diseño no transversal. La muestra fue aleatoria quedando comprendida por 11 nadadores del Club Natación Parquesol. El instrumento fue un cuestionario. Los resultados encontrados fueron que el 100% de los nadadores responden haber notado estas mejorías físicas; también el 100% se sentía satisfecho consigo mismo por practicar la natación. Por otro lado, el 72% consideraban que sí les ha ayudado en otras áreas diferentes a lo deportivo, frente a un 27% que no creen que les haya ayudado. Finalmente, Un 90% considera que la práctica de la natación sí ha mejorado sus habilidades sociales frente a un 10% que no cree que la natación haya incrementado sus habilidades sociales.

Arquinigo (2021) tuvo el objetivo de determinar en qué medida la práctica de la natación se relaciona con la calidad de la educación de los estudiantes de la carrera de Educación Física de la Facultad de Pedagogía de la Universidad Nacional Federico Villarreal. Se utilizó el diseño descriptivo correlacional y se realizó una secuencia mediante un enfoque hipotético-deductivo con una muestra de 64 estudiantes utilizando dos instrumentos de validez de pericia y natación (0.833) y el alfa de Cronbach 20 (0.892) de los estadísticos Kuder y la pauta de observación de la calidad educativa de Richardson. Resultados: se observa que 8 encuestados que representan el (12.5%) muestran un conocimiento teórico bajo del deporte de la natación. Mientras que 27 encuestados que representan el 42,2% muestran un conocimiento teórico medio del deporte de la natación. Finalmente 29 encuestados que representan el (45,3%) muestran un conocimiento teórico alto del deporte de la natación. Después de procesar los datos y presentar la estadística Rho de Spearman, se encontró una alta correlación positiva de 0,986 y un valor P de 0,000, lo que sugiere una correlación directa entre el entrenamiento de natación y el entrenamiento de natación.

Anahua (2019) desarrolló un estudio en la Institución Educativa Secundaria INA 73, distrito de Pomata, Puno, cuyo objetivo fue determinar la importancia de las habilidades fundamentales básicas de la natación en los estudiantes del VII ciclo de



la mencionada institución educativa. Este estudio fue de tipo descriptivo y de diseño no experimental, y contó con una muestra de 108 estudiantes del tercer, cuarto y quinto año de educación secundaria. Como instrumento de recolección de datos se empleó el cuestionario de habilidades fundamentales de la natación. Los resultados encontrados fueron: en la tabla 5 los resultados de la importancia de habilidades fundamentales básicas de la natación en estudiantes de la institución educativa secundaria, el 100% que representa a 108 estudiantes del tercero, cuarto y quinto año de la institución educativa secundaria INA 73 de Pomata fueron encuestados según la importancia de las habilidades fundamentales básicas de la natación, 103 estudiantes equivale a 95% de ellos tuvieron medianamente importante, 4 estudiantes equivale a 4% de las cuales tuvieron, muy importante en la natación y finalmente 1 estudiante equivale a 1% que menciona nada importante en la importancia habilidades básicas de la natación.

Huaycha y Prado (2019) el objetivo propuesto es determinar el impacto del uso de estrategias de aprendizaje en el aprendizaje de la brazada de natación. Se han logrado resultados significativos con la utilización de las herramientas desarrolladas para lograr este objetivo entre los estudiantes de 2do grado "A" de las instituciones educativas mencionadas. Esto se logra mediante el uso de métodos de investigación cuantitativos y experimentales y planificación preexperimental dentro de la Institución Educativa "Corazón de Jesús" en Ayacucho. La población estuvo conformada por estudiantes de secundaria del segundo grado "A". La muestra estuvo compuesta por 14 estudiantes. Los resultados mostraron que el 35,7% de los 14 estudiantes (lo que corresponde al 100%) se encontraban al mismo tiempo en un nivel deficiente, en el nivel el 64,3%. A juzgar por los resultados post-test, el 7,1% se encontraba dentro del rango regular. El 64,3% se encontraba el nivel bueno y el 28,6% en muy bueno. Con base en estos resultados, concluimos que aprender a nadar después de utilizar el programa de estrategia de enseñanza es significativo en niveles buenos y muy buenos.

La fundamentación científica se basó en los siguientes conceptos:

En cuanto al aprendizaje, se tiene los enfoques teóricos, según Hertel y Karlen (2021) la relación entre las teorías implícitas sobre el aprendizaje autorregulado y aspectos clave como las metas de logro, las estrategias de aprendizaje y la metacognición en los estudiantes. Se subraya la relevancia de integrar estas teorías, que están vinculadas a dominios específicos, en el estudio del aprendizaje autorregulado. Al hacerlo, se facilita una comprensión más profunda de cómo las creencias individuales sobre la capacidad de aprendizaje pueden influir en los procesos de autorregulación académica, lo que a su vez puede guiar la implementación de enfoques educativos más personalizados y efectivos.

Brayadi et al. (2022) examina la aplicación de teorías cognitivas para optimizar el aprendizaje, poniendo especial énfasis en el fortalecimiento de las habilidades cognitivas y el procesamiento de la información. Se aborda cómo estas teorías pueden ser utilizadas para diseñar enfoques pedagógicos que faciliten una comprensión más profunda y duradera de los contenidos. Además, se subraya la importancia de adaptar estas teorías a contextos educativos diversos, con el fin de potenciar el rendimiento académico y apoyar el desarrollo integral de los estudiantes, favoreciendo una mayor retención de la información y su aplicación práctica.

Voskoglou (2022) ofrece una comparación entre el conectivismo, una teoría contemporánea que se enfoca en el aprendizaje en entornos digitales, y las teorías tradicionales del aprendizaje, las cuales están más orientadas al proceso interno de adquisición de conocimientos dentro del individuo. Se analiza cómo el conectivismo enfatiza la interconexión de redes de información y la importancia de la tecnología en el aprendizaje, en contraste con los enfoques tradicionales que subrayan la internalización del conocimiento. Además, se destaca la necesidad de entender cómo ambas perspectivas pueden integrarse para abordar los desafíos educativos actuales, especialmente en un mundo cada vez más interconectado.

Por otro lado, de acuerdo a las definiciones conceptuales el aprendizaje aguarda una estrecha conexión con el ámbito educativo, ya que está directamente ligado al sistema de enseñanza. Se refiere a la tarea de adquirir conocimientos y al tiempo que implica dicho proceso. Además, se trata del procedimiento mediante el cual una persona se prepara para abordar situaciones, abarcando desde la obtención de información hasta la forma más sofisticada de recopilar y estructurar datos (Anchundia, 2019).

La adquisición de conocimientos es crucial para el desarrollo humano, ya que desde el momento del nacimiento, el individuo posee una serie de habilidades físicas e intelectuales que se activarán progresivamente a lo largo de las etapas de crecimiento, por otra parte, en los primeros años de vida, el aprendizaje ocurre de manera automática con escasa participación de la voluntad; sin embargo, con el tiempo, el componente voluntario cobra mayor relevancia (aprendizaje de la lectura, adquisición de conceptos, entre otros), dando lugar a reflejos condicionados, es decir, relaciones asociativas entre la respuesta y el estímulo, así mismo, en ocasiones, el aprendizaje se produce mediante ensayo y error, hasta alcanzar una solución válida (Anchundia, 2019).

Además, el concepto de aprendizaje es amplio, complejo y abarca diversas facetas con múltiples interrelaciones, así como con connotaciones variadas. Este concepto incorpora elementos de diversos ámbitos, llevando a los investigadores a explorar diferentes aspectos relacionados con él, entre estos, han surgido líneas de investigación que han despertado un interés creciente, destacándose los perfiles, enfoques y estilos de aprendizaje, así mismo, en la actualidad, las demandas de las actividades cotidianas requieren que los individuos sean integrales, contribuyendo a la construcción de una sociedad más justa y equitativa; en este contexto, el desafío para las Instituciones radica en formar alumnos capacitados para especializarse a lo largo de toda su vida, fomentando actitudes emprendedoras e investigativas. Se busca que utilicen los recursos disponibles para obtener información actualizada, especializada y confiable que facilite la internalización del aprendizaje (Cervantes et al., 2020).

La natación se deriva de la palabra latina natatorium, que se refiere a las acciones y efectos de la natación.

Según la definición de la Real Academia de España, la natación es la acción y efecto de nadar, que es el hecho de que una persona se desplaza en el agua, realizando los movimientos necesarios, sin tocar el suelo u otros soportes.

Jardín (2001) define: “Natación es el uso de los movimientos de los brazos para desplazarse a través del agua sin importar el tiempo”.

Según Rodríguez (1997), es el medio por el cual las personas se sostienen y avanzan en el agua. También es un conjunto de movimientos cíclicos y coordinados que permiten a las personas desplazarse a través del agua, gracias a la propulsión de los miembros superiores e inferiores y a la completa coordinación de la respiración.

Los orígenes de la natación son antiguos, como lo demuestran los estudios de las civilizaciones más antiguas. Nadar y aprender sobre el agua ha sido parte de la adaptación humana desde que los primeros homínidos se volvieron bípedos y dominaron la superficie de la Tierra.

Desde el comienzo de la historia, el ser humano no ha tenido una capacidad instintiva para nadar, sino adquirida, que está esencialmente determinada por factores sensoriomotores y perceptivos motores muy.

Al igual que otros aprendizajes adaptativos, aprender a nadar no está integrado en los genes de los humanos, a diferencia de otras especies como los peces y los anfibios, que han desarrollado estrategias de adaptación acuática muy diferentes. La postura bípeda del ser humano marca una diferencia con respecto a otros animales, ya que su postura y equilibrio corporal natural les permite desplazarse por la tierra y el agua.

El primer campeón nacional fue Tom Morris, que ganó la milla del Támesis en 1869. Asociación Nacional.

En Estados Unidos, los clubes de aficionados comenzaron a celebrar torneos en la década de 1870. La primera organización de este tipo fue la Asociación Nacional de Natación, fundada en Londres en 1837.

La natación es uno de los deportes más completos. Con él, no sólo podrás entrenar tu cuerpo, sino también liberar tu mente de proyectos de programación. Existen varios métodos de enseñanza de natación especializados y diferentes disciplinas que puedes utilizar para enseñar natación.

Todo lo que necesitas para empezar a practicar es tu voluntad. Un ejemplo clásico, si no tienes mucha experiencia en natación, puedes hacer aeróbic acuático, también conocido como Gymswim, que consiste en ejercicios físicos bajo el agua. Con este deporte no sólo podrás adaptarte al medio acuático, sino también mejorar tu condición física.

Otra actividad de natación en la que puedes participar es la natación, natación de relajación. Esta variación te permite bailar en el agua. Si ya tienes experiencia en natación, puedes apuntarte a clases de deportes acuáticos que impliquen realizar diversas actividades bajo el agua, como peleas bajo el agua o ejercicios acrobáticos.

Con la práctica, desarrollarás muchas estrategias de meditación y respiración. Nuestro estudio sobre la acción constitucional y las ferias escolares entre estudiantes de secundaria encontró que algunos autores se centraron en esta población, pero en otros encontramos información al respecto.

Respecto a Dexter (1999), nos dijo que “en general, existe la mayor correlación positiva entre la capacidad académica y el rendimiento deportivo. Por lo tanto, encontrar un equilibrio entre los aspectos físicos y psicológicos de la educación integral de los estudiantes les permitirá tener éxito.

En otro estudio, Grissom (2005) hizo una evaluación de la relación entre la aptitud física y el rendimiento escolar entre estudiantes de quinto, séptimo y noveno grado en las escuelas públicas de California. Es decir, si mejora la puntuación de

condición física general, también mejorará la puntuación media de rendimiento. La relación entre el tamaño corporal y el rendimiento parece ser más fuerte en las mujeres que en los hombres.

### *Tipos de Natación*

Existen 4 tipos de natación, las cuales son:

*Natación deportiva*, que esté relacionada especialmente a los procedimientos y técnicas deportivas. Para aprender a nadar se emplean fundamentos adecuados que ayudan a desarrollar la parte motriz del individuo.

*Natación competitiva*, relacionada con un alto nivel de rendimiento y competición. Tiene como objetivo campeonatos y la participación en torneos importantes con el objetivo de conseguir logros y/o trofeos reduciendo los tiempos de competencia.

*Natación recreativa*, relacionada con la diversión y el recreo. Tiene como finalidad la relajación sin importar técnicas ni trofeos, solo gozar de los beneficios de estar en el mar o piscina.

*Natación utilitaria*, relacionada con el salvataje. Algunos autores lo llaman también natación de salvamiento porque está orientada a la recuperación de personas que se encuentren en situación de riesgo de ahogamiento.

### **Justificación**

Justificación teórica, ya que se lleva a cabo con la intención de añadir al conocimiento existente sobre el proceso del aprendizaje de la natación. En otras palabras, la investigación se lleva a cabo para contribuir a la información que ya está disponible.

Justificación práctica, este estudio se justifica al abordar directamente la necesidad de mejorar el aprendizaje de la natación de los estudiantes de secundaria.

Desde el punto de vista metodológico, la investigación se justifica al proponer un enfoque innovador que implica la aplicación de la natación como intervención pedagógica. Este método difiere de las prácticas convencionales, y su implementación permitirá evaluar la eficacia de esta estrategia en el contexto específico de la Institución Educativa “José Teobaldo Paredes”.

### **Problema**

Es conocido que la natación es el deporte menos practicado en comparación con otros deportes, lo que conlleva a tener una gran desventaja en su práctica y que influye de gran manera en el proceso enseñanza aprendizaje.

En el Perú, el MINEDU es quien regula todas las actividades educativas en los colegios a nivel nacional, entre ellas, las de Educación Física. Sin embargo este curso concibe falta de interés o poca información por parte de los profesores, o por la poca infraestructura para su ejecución. Y por supuesto la natación es uno de los deportes que genera la poca motivación para su práctica, por diversos motivos.

Las pocas horas dedicadas al deporte y el poco compromiso que los docentes de educación física le brindan a la natación hacen que sea un deporte poco practicado o desconocido para muchos.

En la región Arequipa existen pocos estudios acerca la enseñanza aprendizaje de la natación y cómo este deporte influye no solo en el bienestar de la persona sino también en su rendimiento académico. Mientras, que en la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez, Arequipa, se encontró que la mayoría de estudiantes nunca ha practicado natación ni sienten la motivación por hacerlo.

Es por eso que ante esta problemática actual, se realizó este trabajo de investigación, la cual presenta la siguiente interrogante:

¿Cómo se viene dando la enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez de la Región Arequipa?

### **Conceptualización y operacionalización de las variables**

**Definición Conceptual**, de acuerdo con Jardín (2001) la natación es un deporte en el cual consiste en desplazarse en la superficie del agua mediante movimiento de los brazos sin tener en cuenta el tiempo.

**Definición Operacional**, esta variable se midió mediante la aplicación de dos cuestionarios, uno para los padres de familia y otro para los estudiantes.

### **Hipótesis**

La enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez.

### **Objetivos**

#### **Objetivos General**

Analizar la enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez.



### **Objetivos Específicos**

- Evaluar la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredez Valdez.
- Determinar las dificultades que tienen los niños y profesores en el proceso de enseñanza – aprendizaje de natación de la institución educativa José Teobaldo Paredez Valdez.
- Diseñar una guía didáctica práctica con técnicas de enseñanza- aprendizaje para potencializar la natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredez Valdez.

## METODOLOGIA

En cuanto al tipo de investigación se eligió de la clasificación realizada por Sánchez y Reyes (2006, p. 38). Es una investigación descriptiva porque permitirá organizar la teoría bajo una descripción que busca la veracidad de los hechos para poder describirla y explicarla.

El diseño fue el no experimental transversal; es decir que se emplea para estudios de hechos y fenómenos en un determinado tiempo; es decir la evaluación se realiza en el momento; según (Carrasco, 2010, p. 72).

El esquema del diseño:

M-----O

M= Muestra

O= La observación

### Población y muestra cuantitativa

a) **Población:** Tamaño de la población.

I. E. Secundaria	Total de estudiantes nivel secundaria
José Teobaldo Paredes Valdez	750

FUENTE: Nómina de matrícula.

b) **Muestra:** La muestra fue elegida mediante el muestreo aleatorio.

Muestra	Total
Estudiantes 1° secundaria	53
Padres de familia	53

FUENTE: Nómina de matrícula.

En lo que respecta a la técnica de recolección de la información se empleó la encuesta. De acuerdo con Pardinas (2006) es una técnica que contiene una serie de preguntas que tiene la finalidad de obtener datos para un estudio o investigación.

Mientras que el instrumento empleado fue el cuestionario. Pardinas (2006) sostiene que es un instrumento empleado para la recolección de manera ordenada la información que permitirá conocer las variables de interés para el estudio en particular. Los cuestionarios tuvieron una serie de preguntas de carácter cerrado que es el instrumento cuantitativo. Seleccionadas y dirigidas a explorar y conseguir la opinión de los docentes con respecto al tema de investigación.

En el tratamiento estadístico para los resultados se consideró la parte de la estadística que corresponde a la descriptiva y también a la inferencial.

En lo que corresponde a la estadística descriptiva permitió la recolección, el agrupamiento y la presentación de los datos en forma sencilla y de fácil interpretación.

La intención de la estadística descriptiva es describir la información recolectada en la muestra para ser considerada como una base sólida en la elaboración de las estadísticas inferenciales.

La Estadística inferencial proporcionó los fundamentos teóricos necesarios que nos permitan inferir hacia la generalización de la muestra hacia la población, mediante el cálculo de coeficientes y fórmulas. Para el análisis de datos se empleó el paquete estadístico SPSS V22 (Statistica Package for the Social Sciences) y el programa Excel 2010.

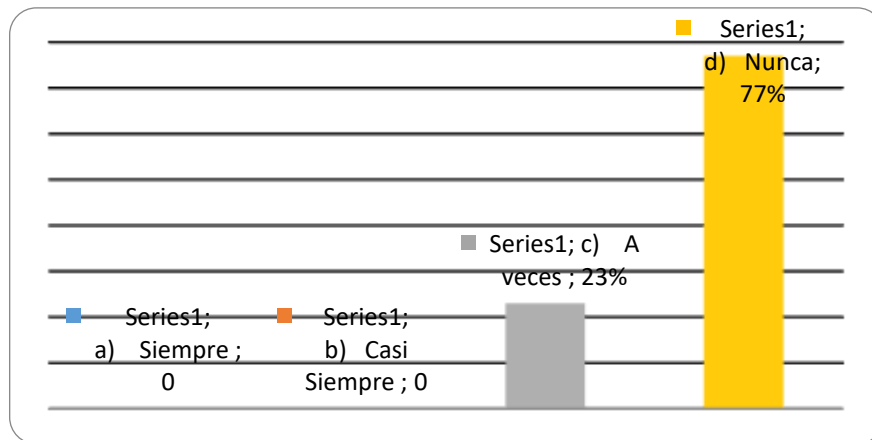
## RESULTADOS

**Tabla 1**

*Su niño ha recibido clases de natación*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Siempre	0	0
b) Casi Siempre	0	0
c) A veces	12	23
d) Nunca	41	77
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de familia de los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



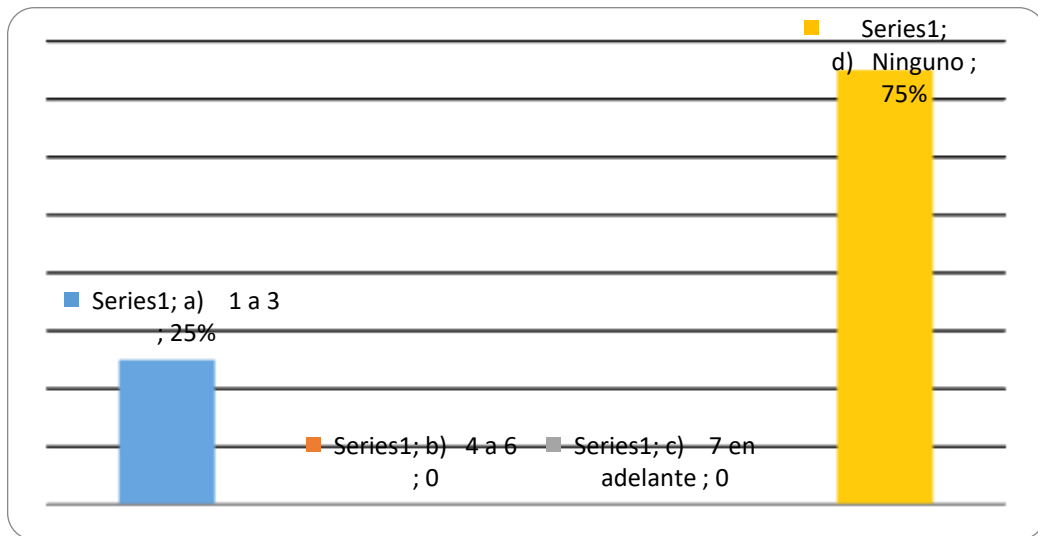
En la presente tabla N° 01 se observa que el 77 % afirma que nunca, equivalentes a 41 padres de familia; seguidamente el 23 % asevera que a veces, equivalentes a 12 padres de familia.

**Tabla 2**

*Si su respuesta es positiva, cuantas veces ha recibido en el año*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) 1 a 3	13	25
b) 4 a 6	0	0
c) 7 en adelante	0	0
d) Ninguno	40	75
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de familia de los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



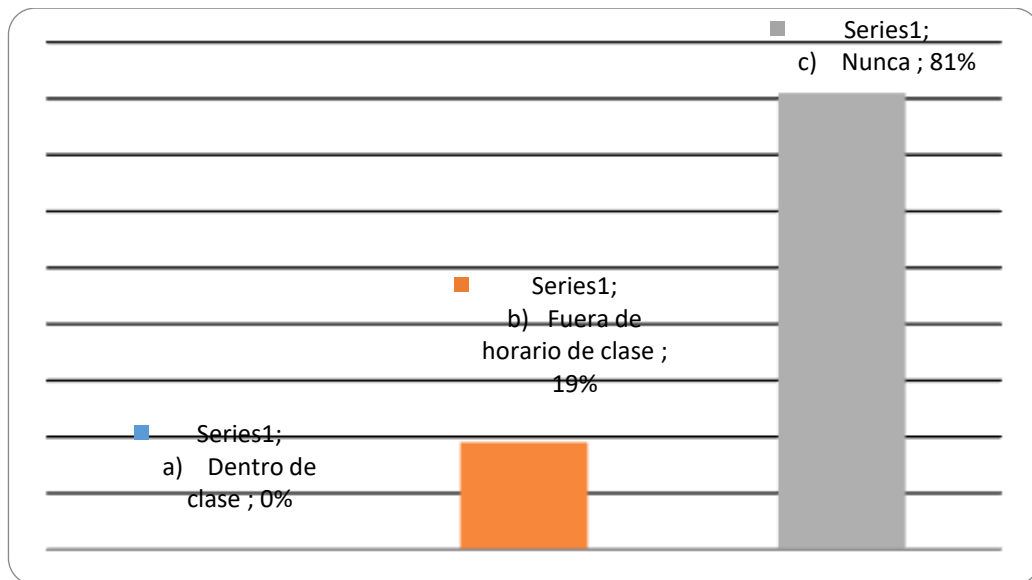
En la presente tabla, se observa que la el 75 %, equivalentes a 40 padres de familia asevera que su niño en el trascurso de todo el año no ha recibido ninguna clase de natación; seguidamente el 25 %, equivalentes a 13 padres de familia, asevera que solo entre 1 a 3 veces su niño ha recibido clases de natación.

**Tabla 3**

*El profesor de Educación física le enseña la disciplina de natación a su hijo*

<b>ALTERNATIVAS</b>	<b>fi</b>	<b>%</b>
<b>a)</b> Dentro de clase	0	0
<b>b)</b> Fuera de horario de clase	10	19
<b>c)</b> Nunca	43	81
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de familia de los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



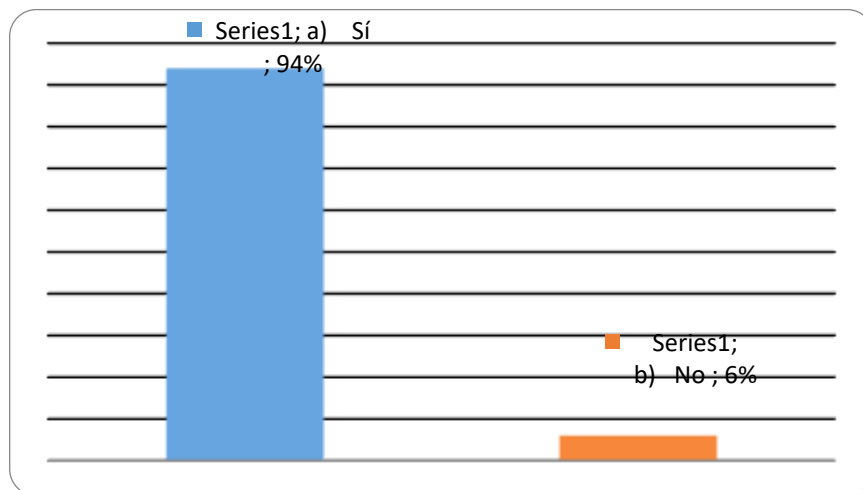
En la presente tabla se observa que el 43 % asevera que nunca, equivalentes a 43 padres de familia; seguidamente el 19 % asevera solo fuera del horario de clases, equivalentes a 12 padres de familia.

**Tabla 4**

*Usted está de acuerdo que el profesor le enseñe a nadar adecuadamente a su hijo/a*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Sí	50	94
b) No	3	6
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de familia de los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



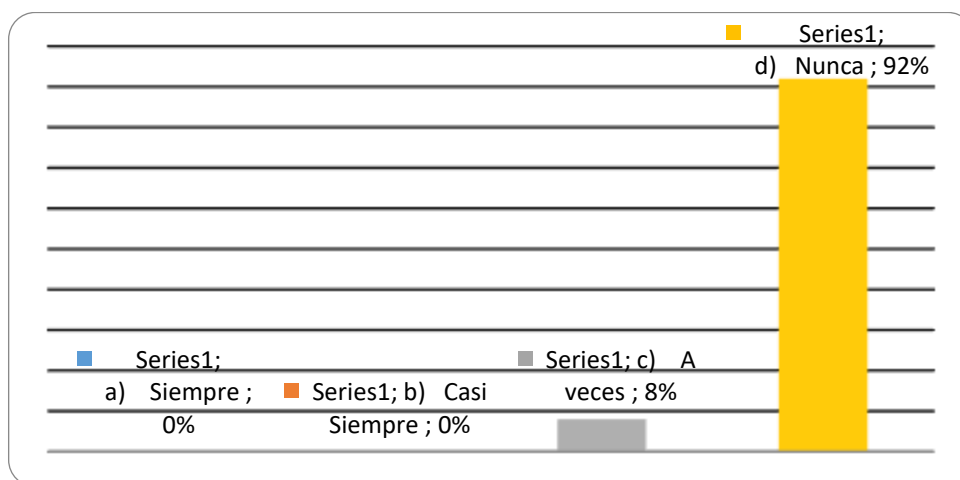
En la presente tabla se observa que el 94 % asevera que sí, equivalentes a 50 padres de familia; seguidamente el 6 % asevera que no, equivalentes a 3 padres de familia.

**Tabla 5**

*Las autoridades de la Institución apoyan a la enseñanza de la natación en los niños*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Siempre	0	0
b) Casi Siempre	0	0
c) A veces	4	8
d) Nunca	49	92
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de familia de los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



En la presente tabla, se observa que el 92 % asevera que no, equivalentes a 49 padres de familia; seguidamente el 8 % asevera que a veces, equivalentes a 4 padres de familia.

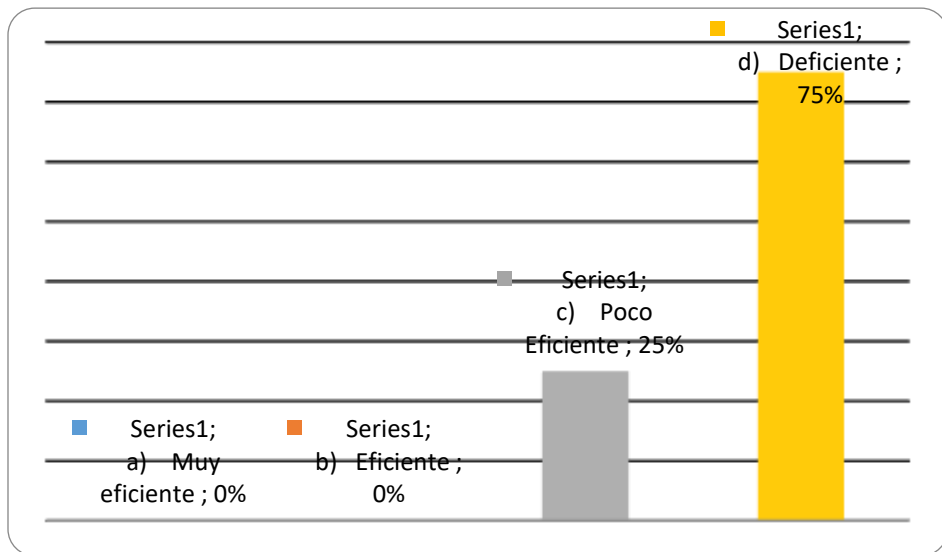


**Tabla 6**

*La natación en tu localidad cómo considera usted su desarrollo*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Muy eficiente	0	0
b) Eficiente	0	0
c) Poco Eficiente	13	25
d) Deficiente	40	75
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de familia de los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



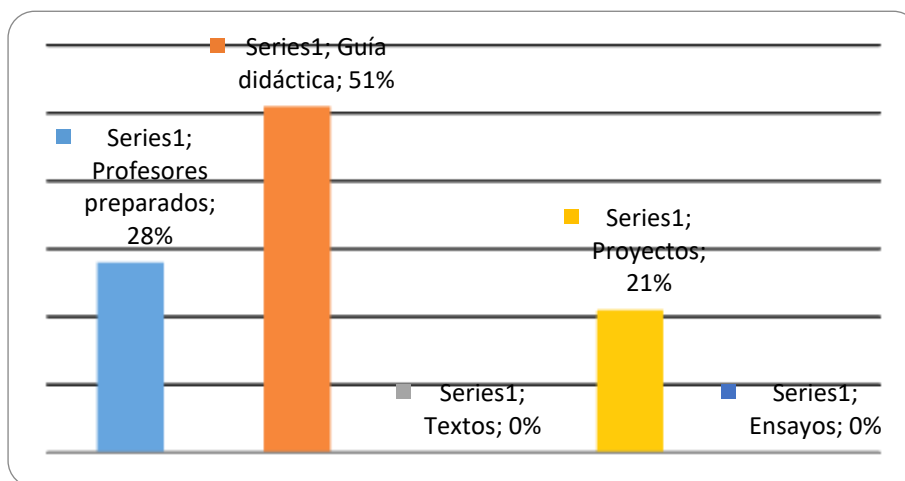
En la presente tabla N° 6, se puede observar que el 75 % de encuestados, equivalentes a 40 padres de familia, considera que el desarrollo de la natación en su localidad es deficiente; seguidamente el 25 %, equivalente a 13 padres de familia, lo considera poco eficiente.

**Tabla 7**

*Cúales de las siguientes alternativas piensa usted que ayudarían para el desarrollo de la natación en las instituciones educativas*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Profesores preparados	15	28
b) Guía didáctica	27	51
c) Textos	0	0
d) Proyectos	11	21
e) Ensayos	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los padres de familia de los estudiantes del primer grado de educación secundaria.

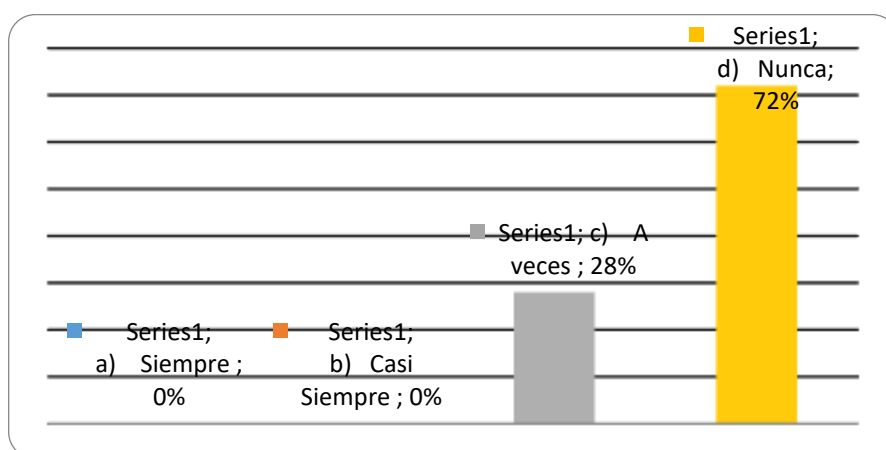


En la presente tabla N° 07, se puede observar que el 51 % de encuestados, equivalentes a 27 padres de familia, considera como alternativa para el desarrollo de la natación en las instituciones educativas la guía didáctica; mientras que el 28 %, equivalente a 15 padres de familia, consideran a los profesores preparados; finalmente el 21 %, equivalentes a 11 padres de familia, consideran que son los proyectos.

**Tabla 8***Ha recibido clases de natación*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Siempre	0	0
b) Casi Siempre	0	0
c) A veces	15	28
d) Nunca	38	72
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

FUENTE: Encuesta aplicada a los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



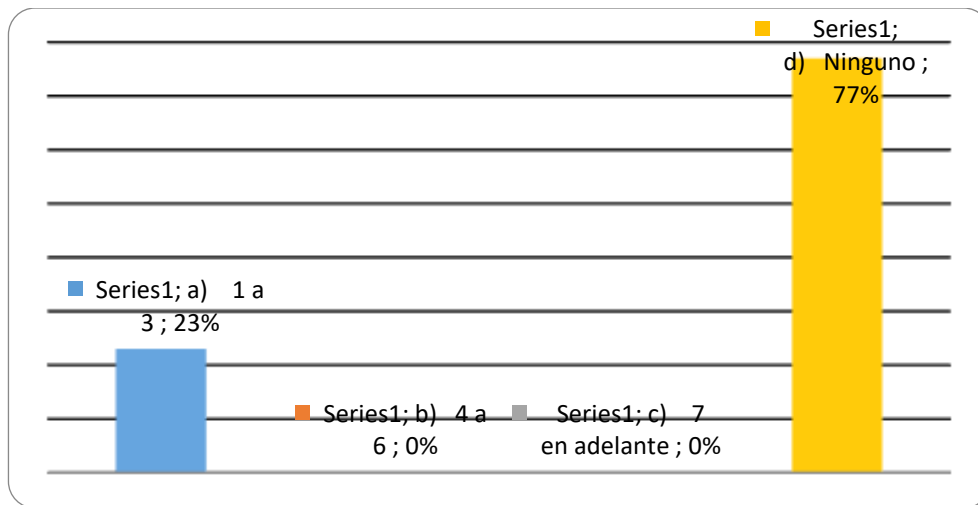
En la presente tabla N° se puede observar que el 72 % de encuestados, equivalentes a 38 estudiantes, asevera que nunca ha recibido clases de natación; mientras que el 28 %, equivalente a 15 estudiantes, consideran a veces ha recibido clases de natación.

**Tabla 9**

*Si su respuesta es positiva, cuantas veces ha recibido en el año*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) 1 a 3	12	23
b) 4 a 6	0	0
c) 7 en adelante	0	0
d) Ninguno	41	77
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los estudiantes del primer grado de educación secundaria.

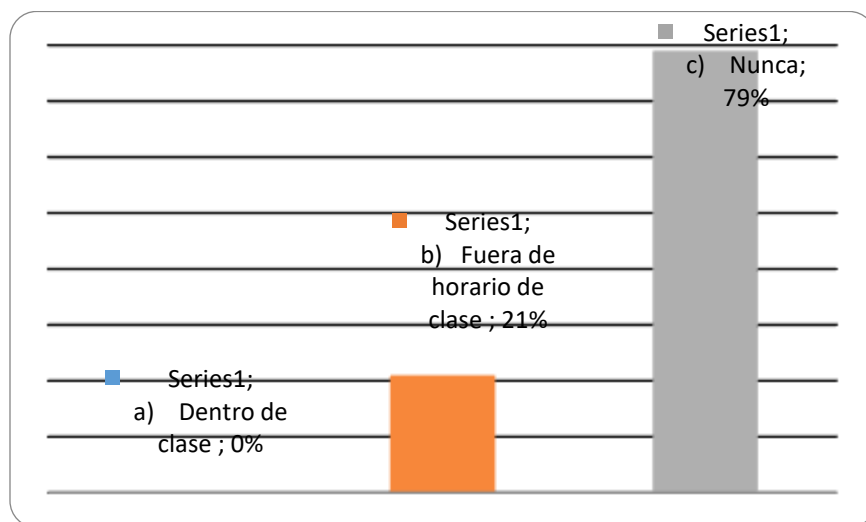


En la presente tabla N° 09, se observa que el 77 %, equivalentes a 41 estudiantes, asevera que en el transcurso de todo el año solo no ha recibido ninguna clase de natación; seguidamente el 23 %, equivalentes a 12 estudiantes, asevera que solo ha recibido entre 1 a 3 veces clases de natación.

**Tabla 10***Su profesor le enseña la disciplina de natación*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Dentro de clase	0	0
b) Fuera de horario de clase	11	21
c) Nunca	42	79
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



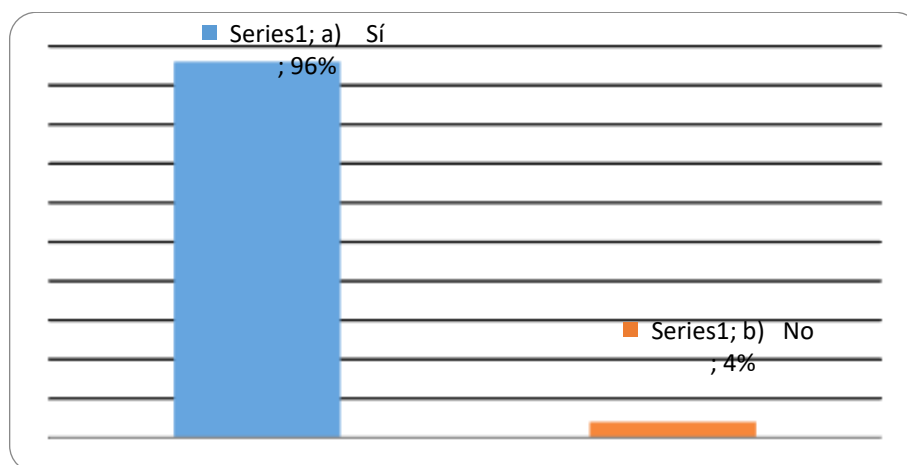
En la presente tabla N° 10 se puede observar que el 79 % de encuestados, equivalentes a 42 estudiantes, asevera que nunca su profesor la ha enseñado la disciplina de natación; mientras que el 21 %, equivalente a 11 estudiantes, consideran que ha recibido fuera del horario de clases..

**Tabla 11**

*Usted está de acuerdo que su profesor te enseñe a nadar adecuadamente*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Sí	51	96
b) No	2	4
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



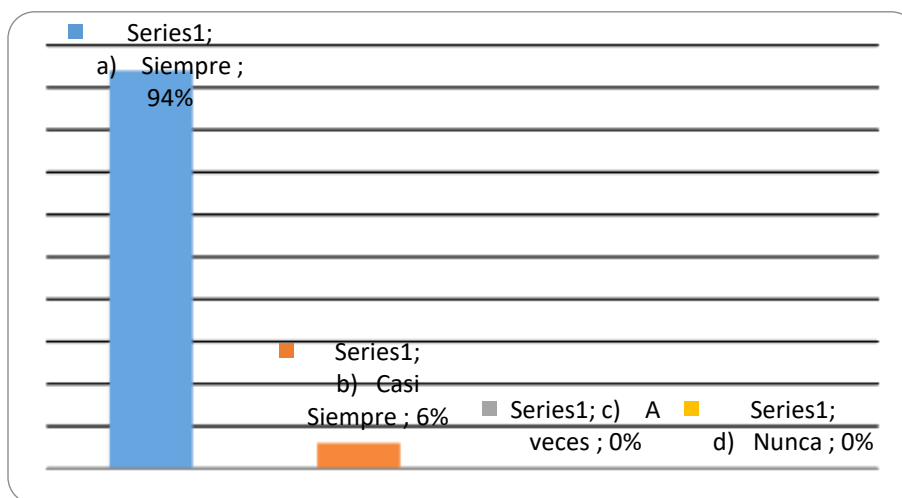
En la presente tabla N° 11 se puede observar que el 96 % de encuestados, equivalentes a 51 estudiantes, asevera que si está de acuerdo que el profesor de educación física le enseñe a nadar correctamente; mientras que el 4 %, equivalente a 2 estudiantes, consideran que no.

**Tabla 12**

*Usted cree que las autoridades de su Institución deben apoyar para la enseñanza de la natación*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Siempre	50	94
b) Casi Siempre	3	6
c) A veces	0	0
d) Nunca	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



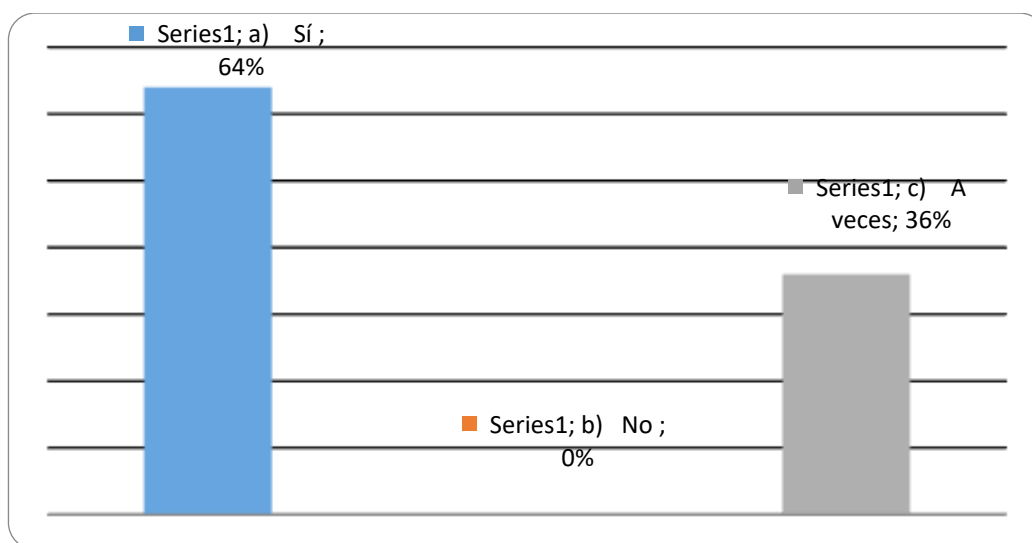
En la presente tabla N° 12 y su respectivo gráfico, se puede observar que el 94 % de encuestados, equivalentes a 50 estudiantes, confirma que siempre las autoridades de la institución educativa deben apoyar par la enseñanza de la natación; mientras que el 6 %, equivalente a 3 estudiantes, consideran que casi siempre.

**Tabla 13**

*Su maestro de educación física acepta sugerencias de los estudiantes para que les enseñe natación*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Sí	34	64
b) No	0	0
c) A veces	19	36
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



En la presente tabla N° 13 se puede observar que el 64 % de encuestados, equivalentes a 34 estudiantes, confirma que siempre los docentes aceptan sugerencias de los estudiantes para que les enseñe natación; mientras que el 36 %, equivalente a 19 estudiantes, consideran que a veces.

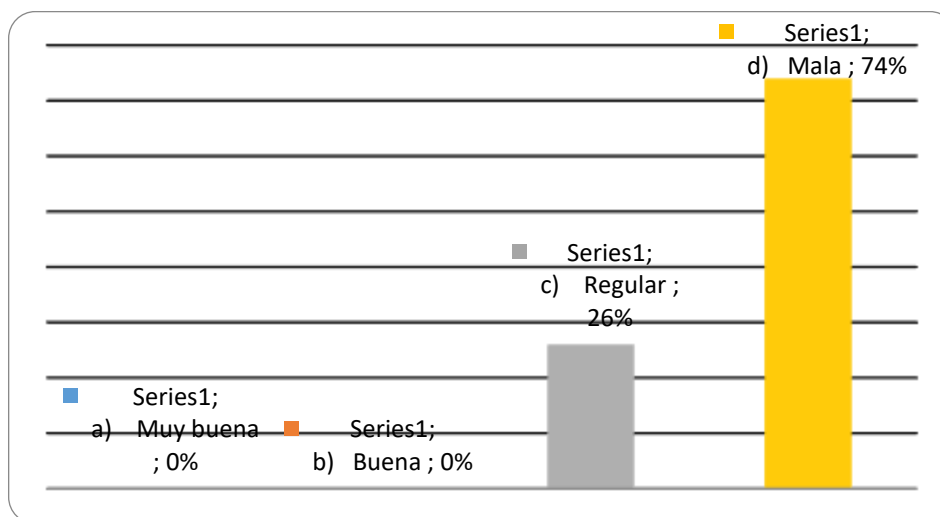


**Tabla 14**

*La práctica de la natación en su localidad es:*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Muy buena	0	0
b) Buena	0	0
c) Regular	14	26
d) Mala	39	74
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



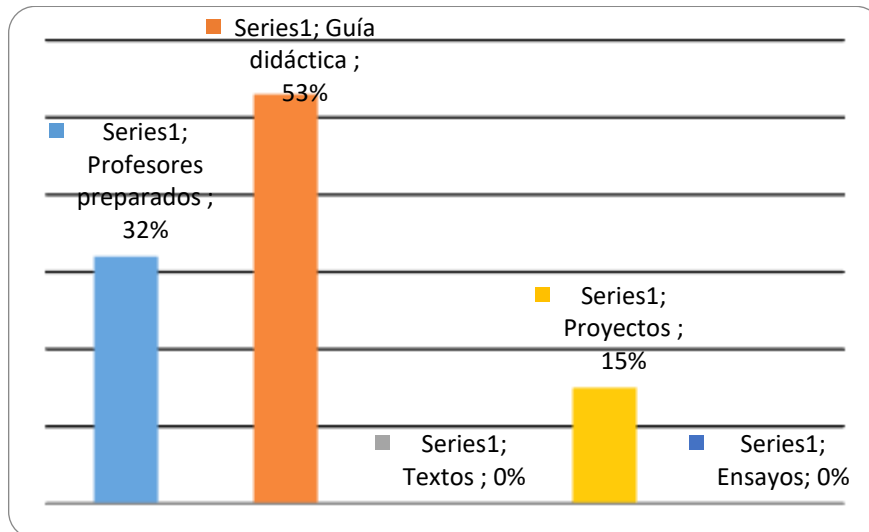
En la presente tabla N° 14, se puede observar que el 74 % de encuestados, equivalentes a 39 estudiantes, confirma que la práctica de la natación en su localidad es mala; mientras que el 26 %, equivalente a 14 estudiantes, consideran que es regular.

**Tabla 15**

*Cuáles de las siguientes alternativas piensa usted que ayudarían para el desarrollo de la natación en la Institución Educativa*

ALTERNATIVAS	fi	%
a) Profesores preparados	17	32
b) Guía didáctica	28	53
c) Textos	0	0
d) Proyectos	8	15
e) Ensayos	0	0
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

**FUENTE:** Encuesta aplicada a los estudiantes del primer grado de educación secundaria.



En la presente tabla N° 15, se puede observar que el 53 % de encuestados, equivalentes a 28 estudiantes, considera como alternativa para el desarrollo de la natación en las instituciones educativas a la guía didáctica; mientras que el 32 %, equivalente a 17 estudiantes, consideran a los profesores preparados; finalmente el 15 %, equivalentes a 8 estudiantes, consideran que son los proyectos.

## ANÁLISIS Y DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo principal analizar la enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez. Los resultados hallados en esta investigación determinan que la natación en la mencionada institución educativa es deficiente, ya que el 77% de padres de familia sostiene que sus hijos nunca han recibido clases de natación. Por otro lado el 92% de padres de familia sostiene que la falta de apoyo de las autoridades hace que la enseñanza de la natación sea deficiente y que influye que en la práctica de esta disciplina.

Estos resultados se compararon con el estudio de Arquinigo (2021) quien desarrolló su trabajo para la Universidad Nacional Federico Villarreal, con una muestra de 64 estudiantes, y se encontraron coincidencias puesto que en sus resultados halló que 8 encuestados que representan el (12,5%) muestran un conocimiento teórico bajo del deporte de la natación. Mientras que 27 encuestados que representan el 42,2% muestran un conocimiento teórico medio del deporte de la natación. Finalmente 29 encuestados que representan el (45,3%) muestran un conocimiento teórico alto del deporte de la natación. Después de procesar los datos y presentar la estadística Rho de Spearman, se encontró una alta correlación positiva de 0,986 y un valor P de 0,000, lo que sugiere una correlación directa entre el entrenamiento de natación y el entrenamiento de natación.

También se hallaron coincidencias con el estudio de Urcia (2022) quien en su tesis desarrollada en la piscina olímpica de Trujillo determinó que un 30,8% posee un nivel malo de atención, un 20,5% posee un nivel regular de atención. Por otro lado, un 33,3% posee una buena atención y un 15,4% posee una baja excelente atención. También, un 12,8% posee un control Malo, un 79,5% posee un control Regular. Por otro lado, un 7,7% posee un control Bueno

A su vez, en el estudio de Garrido (2023) se coincide puesto que el autor sostiene que de acuerdo a sus resultados que el 100% de los nadadores responden haber notado estas mejorías físicas; también el 100% se sentía satisfecho consigo mismo por practicar la natación. Por otro lado, el 72% consideraban que sí les ha ayudado en otras áreas diferentes a lo deportivo, frente a un 27% que no creen que les haya ayudado. Finalmente, Un 90% considera que la práctica de la natación sí ha mejorado sus habilidades sociales frente a un 10% que no cree que la natación haya incrementado sus habilidades sociales.

Finalmente en el estudio de Huaycha y Prado (2019) también se encuentran ciertas semejanzas puesto que los autores concluyeron que las estrategias de enseñanza aprendizaje de la natación tiene diversos beneficios, tal como lo muestra los siguientes resultados: el 35,7% de los 14 estudiantes (lo que corresponde al 100%) se encontraban al mismo tiempo en un nivel deficiente, en el nivel el 64,3%. A juzgar por los resultados post-test, el 7,1% se encontraba dentro del rango regular. El 64,3% se encontraba el nivel bueno y el 28,6% en muy bueno. Con base en estos resultados, concluimos que aprender a nadar después de utilizar el programa de estrategia de enseñanza es significativo en niveles buenos y muy buenos.

## **CONCLUSIONES**

Se concluye que la natación en la Institución Educativa José Teobaldo Paredes de Arequipa es deficiente, ya que el 77% de padres de familia sostiene que sus hijos nunca han recibido clases de natación.

Se concluye que el 92% de padres de familia sostiene que la falta de apoyo de las autoridades hace que la enseñanza de la natación sea deficiente y que influye que en la práctica de esta disciplina.

Se concluye que se necesita un recurso didáctico con la finalidad de potencia la enseñanza de este deporte, ya que sería de gran apoyo no solo para dentro del aula sino también para fuera de él.

### **RECOMENDACIONES**

Se recomienda a la institución educativa a fomentar y motivar la práctica de la natación ya que es un deporte de gran ayuda para las capacidades físicas y emocionales de los estudiantes.

Se recomienda a los docentes de educación física a prepararse en natación y aplicar diferentes estrategias para enseñar este deporte, y fortalecer así las capacidades físicas de los estudiantes.

Se recomienda que esta investigación sea difundida en los docentes de educación física con el objetivo de emplear técnicas para la enseñanza de la natación y mejorar su calidad de vida.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez, P. (2006) *Aprenda y enseñe a nadar*, Imprenta litográfica Arte, México.
- Anahua, J. (2019) *Importancia de habilidades fundamentales de la institución educativa secundaria INA 73 del Distrito de pomata – 2017*. Universidad Nacional del Altiplano.
- Arancibia, V. (2001) *Manual de Psicología Educacional* Edit, Jumeró, Chile.
- Arquinigo, D. (2021) *El Deporte De La Natación y Su Relación Con La Calidad Educativa De Los Estudiantes De La Escuela Profesional De Educación Física De La Facultad De Educación De La Universidad Nacional Federico Villarreal*. Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Artieda, C. (2010) *La natación en el sistema escolar de la ciudad de Atuntaqui en el año 2010*. Universidad Técnica del Norte. Ecuador.
- Armeiro, R. (2005), *Guías Didácticas Innovadoras*, Edit, Buena Fe, México D.F
- Ballesteros, D. (2005) *Clave de la Calidad Educativa*, Edit Kliros, Argentina.
- Barnes, W. (2006) *La Guía una Herramienta de Aprendizaje*, Editorial Kapelusz. Argentina
- Blásquez, D. (2005). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*, Barcelona: INDE
- Benavides, J. (2004) “*Sociología Contemporánea*” Edit, Buena Fe, México D.F.
- Brayadi, B., Supriadi, S., & Manora, H. (2022). *Information Processing And Cognitive Theories Of Learning*. *Ej*, 4(2), 347–355. Recuperado de <https://doi.org/10.37092/ej.v4i2.363>
- Brockmann, P. (2002) *Natación: ayudas metodológicas para la enseñanza*, Editorial Kapelusz. Argentina.
- Cancela, J. y Ramírez, E. (2003). *La iniciación deportiva: la natación*, España.
- Conde, J. (2004) “*Boletín Informativo del Deporte Ecuatoriano*” Edit. América Quito.
- Garrido, D. (2023) *Investigación Descriptiva Sobre Los Beneficios De La Natación De Un Grupo Concreto De Nadadores Durante Su Etapa En Educación Primaria*. Universidad de Valladolid - España.
- González, J. (1997). *Psicología del deporte*. Biblioteca Nueva. Madrid.

- Guerrero, R. (2005), Guía de las actividades acuáticas. Ed. Dúplex S.A., Barcelona.
- Giraldes, M. (2004) Metodología de la Educación Física. Editorial Stadium. Argentina.
- Huaycha, E. y Prado, J. (2019) Estrategias de enseñanza en el aprendizaje de la natación en el estilo de nado crol en estudiantes del segundo grado “A” de secundaria de la institución educativa “Corazón de Jesús”Ayacucho. Universidad Nacional San Cristóbal de Huamanga
- Jardín, C. (2001). Jugar en el agua. Barcelona: Paidotribo.
- Joven, A. y Solé, J. (1999). Didáctica del entrenamiento de la natación. Estrategias y recursos de motivación. Actas 19 Congreso Internacional A.E.T.N. A Coruña.
- Klaus, R. (2001) Biomecánica de la natación, Edit. Gymnos, España.
- Le Boulch, J. (2003): “El desarrollo Psicomotor desde el nacimiento a los 6 años”. Ed. Doñantes, España.
- Maglisco, E. (2005) “Nadar más rápido”. Editorial Hispano Europea, Barcelona.
- Martín-Albo, L. (1998). La motivación en los deportes de equipo: análisis de las motivaciones de inicio, mantenimiento, cambio y abandono. Un programa piloto de intervención. Tesis Doctoral. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Martín-Albo, L.; Núñez, J.L. (1999). Las motivaciones deportivas: ¿Cuestión de tiempo? Revista de Psicología del Deporte, 8: 283-293.
- Mantileri, A. (2004): Los Niños y el Agua. Ed. Narcea S. A., España.
- Morilla, M. (1994). El papel del entrenador en la motivación deportiva. El Entrenador Español de Fútbol, 60: 26-31.
- Navarro, F. (2004). Pedagogía de la Natación. Editorial. Miñon. Madrid.
- Obregón, C. (2024) Nivel de aprendizaje de natación en estudiantes de sexto grado de primaria de la Institución Educativa N° 20394 - año 2022. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión.
- Pardinas, F. (2006). Metodología y Técnicas de Investigación en Ciencias Sociales. Quinta. Edición. Editorial Siglo XXI, Bogotá.
- Perea, J. (2003) Natación. Teoría y Práctica. Editorial. Trillas. 1ª Edición, México.



- Pinyol, J. (2004) "Moverse en el agua" Edit. Paidotribo – Barcelona.
- Reeve, J. (1994). Motivación y emoción. McGraw-Hill Interamericana. Madrid.
- Roger, W. (2006) “La Natación un Deporte Completo” Edit. Gymnos, España.
- Torres, G. (2005) “Psicología Evolutiva” Edit. Vida nueva Madrid.
- Thomson, H. (2006) “Actividad Física o Deporte” Edit. Fizar Canadá.
- Urcia, F. (2022) Aspectos Psicológicos y Su Influencia en el Rendimiento Competitivo en Nadadores Adolescentes de la Piscina Olímpica, Trujillo 2022. Universidad César Vallejo.
- Voskoglou, M. (2022). Connectivism vs Traditional Theories of Learning. *American Journal of Educational Research*, 10(4), 257–261. Recuperado de <https://doi.org/10.12691/education-10-4-15>
- Villa, O. (2005) “El Arte de Educar” Edit Buena fe Argentina, Edit. Habana Cuba.
- Villacorte, L. (2007) “Salud y Familia” Edit. Paidotribo – Barcelona.
- Zapata. O. (2002) Psicopedagogía de la Educación Motriz en la etapa de aprendizaje escolar. Editorial. Trillas. México.

# **ANEXOS**

**ANEXO 1: MATRIZ DE OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES**

<b>VARIABLES</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ESCALA</b>
<b>Variable</b>  Enseñanza aprendizaje de la Natación	Directivos	Apoyo de autoridades.	Nominal
	Profesores de educación física	Apoyo de los docentes de educación física.	
	Padres de Familia	Colaboración de los padres de familia.	
	Motivación	Dialogar. Incentivar. Entiende procesos.	
	Intrínsecos	Biológicos Mecánicos Técnicos Psicológicos	
Extrínsecos	Implementos Escenarios Padres de familia Autoridades		

## ANEXO 2: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	VARIABLE	HIPÓTESIS	OBJETIVOS	METODOLOGÍA
<p>¿Cómo se viene dando la enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez de la Región Arequipa?</p>	<p>Enseñanza aprendizaje de Natación</p>	<p>La enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez.</p>	<p><b>Objetivos General</b></p> <p>Analizar la enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Evaluar la disciplina de natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez.</li> <li>▪ Determinar las dificultades que tienen los niños y profesores en el proceso de enseñanza – aprendizaje de natación de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez.</li> <li>▪ Diseñar una guía didáctica práctica con técnicas de enseñanza-aprendizaje para potencializar la natación en los estudiantes del primer grado de educación secundaria de la institución educativa José Teobaldo Paredes Valdez.</li> </ul>	<p><b>Tipo de investigación</b></p> <p>DESCRIPTIVO</p> <p><b>Diseño de investigación</b></p> <p>NO EXPERIMENTAL</p> <p><b>Muestra</b></p> <p>53 estudiantes y 53 padres de familia</p> <p><b>Técnicas e instrumentos</b></p> <p>ENCUESTA Y CUESTIONARIO</p>

### **ANEXO N° 3**

#### **ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA DE LOS ALUMNOS DEL PRIMER GRADO DE EDUCACIÓN SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ TEOBALDO PAREDES VALDEZ AREQUIPA**

##### **Estimado (a) Padre de Familia:**

El presente cuestionario tiene por objeto recoger la información sobre el proceso de aprendizaje de natación de sus hijos, los datos son reservados, anónimos y de exclusiva utilidad para este estudio por lo que se solicita que sus respuestas sean sinceras y concretas.

##### **INSTRUCTIVO:**

Seleccione la respuesta que Ud. Considere correcta o constante, de manera breve, a cada una de las preguntas que se le proponen.

##### **PREGUNTAS**

###### **1. Su niño ha recibido clases de natación**

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

**2. Si su respuesta es positiva, cuantas veces ha recibido en el año**

- a) 1 a 3
- b) 4 a 6
- c) 7 en adelante
- d) Ninguno

**3. El profesor de Educación física le enseña la disciplina de natación**

- e) Dentro de clase
- f) Fuera de horario de clase
- g) Nunca

**4. Usted está de acuerdo que el profesor le enseñe a nadar adecuadamente**

- a) Sí
- b) No

**5. Usted cree que las autoridades de la Institución apoyan para la enseñanza de la natación en los niños.**

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

**6. La natación en la localidad es**

- a) Muy buena
- b) Buena
- c) Regular
- d) Mala

**8. Cuáles de las siguientes alternativas piensa usted que ayudarían para el desarrollo de la natación en las instituciones educativas**

- a) Profesores preparados
- b) Guía didáctica
- c) Textos
- d) Proyectos
- e) Ensayos

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

**ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO  
DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ  
TEOBALDO PAREDES VALDEZ**

El presente cuestionario tiene por objeto recoger la información sobre las técnicas que Ud. ha desarrollado en el proceso de aprendizaje de natación los datos son reservados, anónimos y de exclusiva utilidad para este estudio por lo que se solicita que sus respuestas sean sinceras y concretas.

**INSTRUCCIONES:**

Lea atentamente cada una de las interrogantes y marca con una (X) la alternativa que crea conveniente.

**INFORMACIÓN CIENTÍFICA:**

**1. Ha recibido clases de natación**

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

**2. Si su respuesta es positiva, cuantas veces ha recibido en el año**

- a) 1 a 3
- b) 4 a 6
- c) 7 en adelante
- d) Ninguno

**3. Su profesor le enseña la disciplina de natación**



- a) Dentro de clase
- b) Fuera de horario de clase
- c) Ninguna de las alternativas

**4. Usted está de acuerdo que su profesor le enseñe a nadar adecuadamente**

- a) Si
- b) No
- c) A veces

**5. Usted cree que las autoridades de su Institución apoyan para la enseñanza de la natación**

- a) Siempre
- b) Casi Siempre
- c) A veces
- d) Nunca

**6. Su maestro de educación física acepta sugerencias de los estudiantes para que les enseñe natación**

- a) Si
- b) No
- c) A veces

**7. La práctica de la natación en su localidad es:**

- a) Muy buena
- b) Buena
- c) Regular
- d) Mala

**8. Cuáles de las siguientes alternativas piensa usted que ayudarían para el desarrollo de la natación en la Institución Educativa**

- a) Profesores preparados
- b) Guía didáctica
- c) Textos
- d) Proyectos
- e) Ensayos

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

## **ANEXO 4: PROPUESTA PEDAGÓGICA**

### **Denominación**

GUÍA DE TÉCNICAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE PARA DESARROLLAR LA DISCIPLINA DE NATACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA JOSÉ TEOBALDO PAREDES VALDEZ.

### **Introducción**

La natación es un deporte muy completo que involucra todos los grupos musculares en los niños, este ejercicio genera fuerza, propulsión, resistencia, equilibrio, salud y supervivencia, fundamentalmente es aeróbico y realizado de manera regular provoca no sólo un disfrute activo sino una reducción de los factores de riesgo de enfermedad cardiovascular.

El medio acuático es el espacio físico más completo que existe para el desarrollo de las aptitudes físicas y neurológicas. La natación es una disciplina donde el niño aprende diferentes habilidades acuáticas como manejo de la respiración, ingresos y salidas al agua de forma autónoma y segura, desplazamientos, saltos e inmersiones, además la técnica de las patadas de los estilos libre, espalda, mariposa y crol.

La finalidad de realizar este documento es presentar las pautas para que los niños inicien el desarrollo de esta disciplina basada en juegos, talleres recreativos y novedosas técnicas para aprender a nadar.

### **Justificación:**

La educación es uno de los vehículos más preponderantes para la transformación, debido a que por medio de esta, los seres humanos tienen la oportunidad de participar en un proceso que facilita el desarrollo de sus

potencialidades y la adquisición de capacidades, para luego, utilizarlas en una contribución positiva para la sociedad. En este sentido la educación tiene ante todo la tarea de formar y educar al niño sobre los conocimientos científicos- prácticos y prepararlos para convertirlos en un agente de cambio y de transformación donde la ejercitación corporal y el desarrollo de disciplinas deportivas cumplan un rol determinante en su formación holística y preparación para la vida y su supervivencia.

En este contexto la natación es un deporte muy completo que involucra todos los grupos musculares, en los niños y adolescentes, este ejercicio fundamentalmente aeróbico y realizado de manera regular, provoca no sólo un disfrute activo del ocio, sino una reducción de los factores de riesgo de enfermedad cardiovascular ya que el medio acuático es el espacio físico más completo que existe para el desarrollo de las aptitudes físicas, psíquicas y neurológicas, donde el docente de Cultura Física potencia esta disciplina transformando su accionar educativo en un escenario dinámico, motivador basado en guías de aprendizaje en cuya estructura integren las técnicas que permitan el desarrollo de la natación tomando en cuenta el trabajo individual y de equipo, que propicie actitudes de solidaridad y cooperación entre compañeros, que oriente las acciones de aprendizaje que cultive hábitos de entrenamiento deportivo, procesamiento e interpretación de información y el desarrollo de actitudes que orienten al individuo hacia una conciencia participativa, impulsando destrezas que a su vez favorezcan su formación integral mediante la participación activa; haciendo realidad el protagonismo de cada individuo en su propio aprendizaje y que además, se sienta partícipe de las actividades acuáticas que se desarrollan.

### **Fundamentación**

Con la finalidad de sustentar adecuadamente la presente investigación se realizó un análisis de documentos bibliográficos y de Internet que contienen información sobre los ámbitos de esta investigación, seleccionando aquellas propuestas teóricas

más relevantes que fundamenten la concepción del problema y la elaboración de la propuesta de solución al mismo.

### **Fundamentación Pedagógica**

El fundamento pedagógico atiende de manera especial al papel de la educación, del maestro y de la escuela. Para interpretar ese papel es necesario entender la posición que frente a la educación adoptan las teorías cognitivas que consideran al estudiante como un agente activo de su propio aprendizaje, es decir que el niño es quien construye nuevos aprendizajes y el maestro actúa como profesional reflexivo y crítico, mediador entre los contenidos y el estudiante, constituye un ente que favorece y facilita que los estudiantes puedan procesar y asimilar la información que reciben., es el profesional experto que propone experiencias, contenidos, materiales, adecuadamente planificados para contribuir a que el estudiante aprenda.

También se ha considerado como aporte importante en esta fundamentación a la pedagogía activa según la cual la educación debe ayudar al estudiante a desarrollar su autonomía como individuo y como ser social, un ser activo, en vez de alguien meramente pasivo y receptivo, para ello el maestro debe ser guía y orientador, un polemizador, una persona abierta al dialogo.

## **Fundamentación Psicológica**

La estructuración de La Guía con técnicas para desarrollar la disciplina de natación toma como base el fundamento psicológico que considera tanto al desarrollo del niño, como a los procesos de aprendizaje, en este contexto es importante conocer el ambiente, el momento de su desarrollo donde se desenvuelven los estudiantes y la vida afectiva de los mismos son decisivos en el aprendizaje, se considera como parte central el aprendizaje significativo, propuesto por Ausubel ya que toma como punto de partida los conocimientos previos y su relación con los nuevos conocimientos. Toma como referencia la teoría del aprendizaje en función de un modelo social, propuesto por Bandura, y su enfoque ecléctico que combina ideas y conceptos y la mediación cognitiva, Esta teoría es compatible con muchos enfoques y en particular con enfoques humanísticos que hacen referencia al aprendizaje de valores y de la moral.

## **Técnicas de los estilos de natación**

Podríamos definir la técnica de la natación como el modelo o patrón de movimientos a realizar y cuyo fin principal es el ahorro de energía, sin olvidar la optimización de la fuerza propulsora, cuanto más perfecta es la técnica menos energía es necesaria para obtener un buen resultado.

El Mejorar la técnica es algo que la mayoría de nosotros busca a la hora de nadar, pues de ello depende la optimización de la energía, el cumplimiento de las metas, y poder avanzar en los entrenamientos y aumentar las marcas poco a poco. Para conseguirlo simplemente debemos seguir una serie de puntos sencillos que nos ayudarán a desenvolvemos mucho mejor dentro del agua, y es que habitualmente la mala técnica es la que hace que no rindamos de forma adecuada en la piscina.

Antes de nada debemos tener en cuenta que una de las precauciones a la hora de rendir en la piscina es permanecer relajados durante todo el tiempo que dure la actividad, el relax forma parte de este deporte, y de nada nos sirve estar tensos, ya que el cansancio y la fatiga muscular serán mayores que si nos mantenemos

tranquilos. De esta manera los movimientos serán más relajados y el esfuerzo será mucho menor. Para conseguirlo debemos tener un importante dominio de nuestro cuerpo, y nada de miedo al agua.

Es importante que a la hora de flotar mantengamos una postura recta que consiga que nuestro cuerpo esté alineado, todos los movimientos que vamos a llevar a cabo deben estar acordes con esta alineación corporal, ya que los giros y las vueltas lo único que hacen es restar efectividad al movimiento, por ello es importante que no rotemos la cabeza para cada lado cada vez que demos una brazada, sino que tenemos que dejarla sumergida en el agua y elevarla cada vez que queramos coger aire.

A la hora de llevar a cabo la brazada debemos evitar que esta sea corta y rápida, es decir, hay que hacerla lo más profunda posible para lograr un mayor desplazamiento a lo largo del agua, es importante que coloquemos el brazo estirado, relajado, con la palma de la mano cerrada de modo que demos un mayor impulso. El recorrido debe ser desde arriba hasta que los brazos queden pegados a nuestro cuerpo para volver a empezar. Lo que tenemos que intentar es dar el menos número posible de brazadas para evitar un cansancio innecesario.

Otro aspecto a considerar es el movimiento de las piernas, ya que no solamente la brazada nos impulsa, sino que las piernas y su oscilación tienen mucho que ver, es importante que el movimiento no recaiga sobre los pies, que es lo que suele pasar más a menudo, el impulso es pobre y necesitamos mover mucho los pies para obtener resultados. Lo ideal es propulsarnos desde la cadera, el movimiento debe ser uniforme y tiene que comenzar desde la cadera hasta llegar al pie que es donde terminará. De esta manera conseguiremos una mayor propulsión con el mínimo cansancio.

El aspecto físico es importante para restar resistencia al agua, por ello debemos evitar el exceso de pelo en el cuerpo, ya que la fricción nos resta velocidad. La ropa es otro punto que debemos tener en cuenta. Cuanto más cómodo sea el bañador

mejor, por ello debemos utilizar prendas ajustadas que nos resulten cómodas y se adapten a nuestro cuerpo y al movimiento del mismo. Es aconsejable el uso de un gorro de piscina para evitar que el pelo nos impida realizar correctamente la actividad

### **Estilos de natación para niños**

La técnica de los estilos natatorios está en constante evolución, apoyada por las últimas tecnologías y por los métodos científicos más innovadores, el interés esencial de esta investigación es mostrar los movimientos básicos para un correcto nado en los niños de 10 a 12 años que comprende los cuatro estilos básicos de estilo libre, espalda, pecho y mariposa, además diferentes habilidades acuáticas como, salidas de competencia, inmersiones y el manejo seguro y divertido del agua.

### **Estilo Crol**

El Crol es el más famoso y, por lo general, el primero que se les enseña a quienes dan sus primeras brazadas, si bien la técnica de nado crol no es en realidad tan fácil como puede parecer, los instructores de natación lo utilizan pues es aquel que involucra la mayor cantidad de músculos. La forma correcta de practicar este estilo consiste en mantener el cuerpo estirado y la cabeza mirando hacia el frente por debajo del agua, mientras se dan brazadas y se acompaña con patadas cada vez que sea necesario respirar, la cabeza saldrá del agua acompañando el giro que da el brazo.

Para que el niño pueda incorporar cada uno de los movimientos involucrados en este estilo de natación, los docentes suelen enseñarlos por separado, puesto que consideran que, hasta que el niño no pueda dominar cada uno por separado, no logrará reunirlos todos a la vez. En cuanto a la respiración, es aconsejable intentar respirar de forma bilateral, es decir, poder respirar tanto a la par del brazo izquierdo como a la par del derecho.

En cuanto al reglamento para el desarrollo de este estilo se especifica que:



- ✓ Cualquier parte del cuerpo del niño deberá tocar la pared al completar éste cada largo de la prueba, incluyendo la llegada.
- ✓ Alguna parte del niño deberá romper la superficie del agua durante el desarrollo de la prueba, a excepción de las salidas y los virajes, en los cuales el niño podrá estar sumergido una distancia no mayor a los 15 metros.

### **Estilo Mariposa**

El estilo mariposa es probablemente el más vistoso y el segundo más practicado, después del crol, aun así, quienes apenas se inician en la práctica de este estilo de natación deben encararla con mucho cuidado, ya que puede ocasionar importantes dolores de espalda en caso de no contar con el desarrollo muscular abdominal que se requiere. La patada es probablemente la parte más compleja de este estilo, ya que las piernas deben estar pegadas y generando impulso gracias a una ondulación que comienza en la cadera y se extiende hasta los pies, es por eso que es la técnica de nado que requiere el mayor gasto de energía, por lo que es importante conocer las limitaciones de nuestro cuerpo y no exigirlo de más este estilo requiere que el niño actúe en forma simétrica bilateralmente, es decir, que ambos lados del cuerpo hagan exactamente lo mismo, recuerde que el movimiento de piernas parte de la cadera en un enérgico "latigazo", practique ejercicios de flexibilidad de brazos y tobillos.

### **Estilo Pecho**

En cuanto al estilo conocido como pecho, podemos decir que es la técnica más lenta de todas, pero no por ello la más sencilla, en el estilo pecho, del cual se evolucionó al estilo mariposa, el niño debe empujar sus manos juntas desde el pecho, mientras que sus codos deben permanecer siempre debajo del agua, la fuerza de avance será proporcionada, en gran medida, por las piernas, en relación a esto, podemos destacar como un inconveniente que este tipo de patada tan enérgica (que no es complicada en cuanto a la técnica en sí) puede provocar fuertes dolores de rodilla en nadadores inexpertos como lo niños.

## **Estilo Espalda**

El estilo espalda no posee tantas restricciones como los anteriores, aunque sí es cierto que los niños deben permanecer de espalda todo el tiempo, por sus características, podríamos afirmar que este estilo es una variante del crol, casi su precisa inversión para practicar este estilo, el niño debe, al estar boca arriba, efectuar las brazadas hacia atrás, alternadamente, mientras pateo con las piernas de una forma parecida a la que se lleva a cabo en el estilo crol, si bien los niños pequeños también pueden iniciarse en la práctica de este estilo, se recomienda especialmente para personas mayores o con problemas en la zona de la espalda (mala postura, constantes dolores de cuello).

El error más común en los pies de espalda es el de efectuar, durante el batido hacia arriba, un movimiento como de pedaleo en bicicleta. Este defecto es muy llamativo porque sobresalen del agua el muslo y la rodilla, en algunos casos este error hace que el niño o futuro nadador vaya marcha atrás, es decir, no sólo no avanza, sino que retrocede. Recuerde que el pie debe extenderse adecuadamente para que realice correctamente su papel, de lo contrario perderemos estabilidad y propulsión.

Otro error que cometen algunos niños cuando dan una patada demasiado profunda en el impulso, si este se ejerce hasta una profundidad excesiva, la resistencia de forma aumenta, lo que hará que se produzca un freno a la velocidad de avance.

Los aspectos más importantes que se debe tener en cuenta para el movimiento de las piernas son:

- Iniciar el movimiento en las caderas.
- Las caderas bajo el agua.
- Las rodillas se encuentran bajo la superficie del agua y no llegarán a tocar la superficie.

- Sentir cómo las piernas están "extendidas y alargadas", con los tobillos relajados y sueltos.
- Los dedos de los pies romperán levemente la superficie.

Para poder practicar correctamente cualquiera de estos cuatro estilos de natación no es una tarea sencilla, pero con constancia y disciplina es posible adquirir los movimientos específicos de cada uno de ellos y disfrutar poniéndolos en práctica todos a la vez y en forma coordinada.

### **Objetivos**

- Desarrollar los principios básicos y las técnicas de la natación en los niños de la José Teobaldo Paredes Valdez – Arequipa.
- Fortalecer el proceso enseñanza – aprendizaje de natación con técnicas para desarrollar esta disciplina en los niños de la José Teobaldo Paredes Valdez - Arequipa

### **Desarrollo de la Propuesta**

#### **Metodología para la enseñanza de natación en los niños**

Antes de comenzar con las sesiones en la piscina, los padres de familia deben contar con todos los utensilios necesarios para la natación, tanto para su hijo como para ellos, sobretodo el bañador en el caso del gorro, es conveniente que los niños utilicen es recomendable los de tela para que no opriman demasiado la cabeza del niño, es conveniente colocarle gafas para bucear. Asimismo, tanto niños como padres, deberán llevar zapatillas para evitar deslizamientos y problemas de higiene.

Hay que tener en cuenta y concienciar al niño de que la natación es un momento de juego, en donde además de aprender mucho, servirá de diversión para padres e hijos. Por ello, no podemos mostrar expresiones de miedo o preocupación hacia el niño, sino regalarle cariños, risas y juegos divertidos. En primer lugar, hay que tener

en cuenta que la piscina debe tener una profundidad de 1,40 m y, una temperatura de 32 ° C.

El punto nuclear de la metodología será elaborar las sesiones de trabajo uniendo lo vivido en la vida cotidiana del niño/a con la experiencia acuática (“nos lavamos la cara”, “escribimos y dibujamos en el agua de la piscina”, “soplamos el agua para hacer un hoyo”, creamos un poco de lluvia”, etc.). Se trata de elaborar actividades recreativas que proporcionen al niño/a experiencias, conocidas o no, en un nuevo medio; con el objeto de lograr una transferencia positiva en ambos sentidos, de la vida cotidiana a la piscina y viceversa.

La cantidad de sesiones depende pura y exclusivamente de la disponibilidad del docente. Las sesiones que son básicas, previas a la iniciación de la flotación se lleva a cabo en piscinas pequeñas preparada para ambientación y recreación acuática, el ambiente será atractivo en base a la existencia de balones, flotadores y todo tipo de elementos de formas y colores atractivos, cada niño debe ir provisto de bañador, gorro de baño, zapatillas de baño y toalla grande, además de elementos de aseo. El número de niños adecuado para llevar a cabo esta actividad, oscilaría entre cinco y diez alumnos por profesor, es imprescindible, unida a la autorización de los padres para la actividad, la ficha médica del niño/a en la que no conste ninguna contraindicación de carácter médico para realizar la experiencia en el agua.

Debemos tener en cuenta que, previamente y en clase, ya hemos trabajados contenidos relacionados con el tema, tales como diferentes manifestaciones del agua presentes en la vida del niño/a, vivencias anteriores relacionadas con el agua (vacaciones en la playa, paseo al lado del río, etc.), normas de seguridad a seguir, hábitos de higiene personal, así como la planificación del día de piscina.

- Llegada a las instalaciones: conducimos a los niños/as al vestuario (único) para ambos sexos, debemos contar con su asombro y despiste del primer día, supervisamos y ayudamos a que se coloquen el bañador, zapatillas y el gorro de baño, sin estar excesivamente encima de ellos.

- A continuación existen tres pasos insustituibles antes del baño, uno es sonarse la nariz para despejar las vías respiratorias, otro es ir al baño y por último nos metemos en la ducha donde tomamos el primer contacto con el agua (es necesario inculcar a los niños la obligatoriedad de la ducha previa).
- Entramos andando y recorremos todo el recinto de la piscina, podemos ver que hay mucho material de diversas formas y colores (balones, flotadores, manguitos, etc.) pero todavía no jugamos con ellos, estamos conociendo el lugar.
- Vamos a sentarnos en el borde de la piscina y meter los pies dentro para comprobar que el agua está calentita, damos unas pataditas, no obligamos (bajo ningún punto de vista) a un niño a meterse al agua si no quiere.
- Bajamos, ya dentro de la piscina, vamos a fabricar olas pequeñas y grandes con nuestras manos, también cascadas, lluvia, chapoteos, dejamos actuar a los niños para comprobar el alcance de su fantasía ante nuestra propuesta.
- Vamos a lavarnos todas las partes de nuestro cuerpo recogiendo agua de la piscina.
- A continuación la propuesta incluye los Desplazamientos: “damos un paseo con el compañero de la mano”, “ahora solos”, “damos una carrerilla”, “andamos de espaldas”, incluimos aquí las variantes posibles. A los Desplazamientos unimos otras Cualidades Motrices

Básicas, tales como saltos, giros, etc., tratando de lograr su combinación.

- A partir de aquí incluimos el trabajo recreativo con material, de acuerdo a la preferencia de cada niño/a. En el caso de elección de flotador, manguitos o burbuja, damos una breve explicación y demostración de colocación y uso. El objetivo no es rendimiento ni calidad de movimiento acuático sino proporcionar a los niños una variante de disfrute dentro del agua.

- La sesión finaliza con la salida ordenada de la piscina, ducha y aseo final.

Entre los aspectos que debemos considerar para las siguientes sesiones en la piscina tenemos:

- Realizamos una breve entrada en calor por medio de los desplazamientos y variantes ya conocidos.
- Vamos todos a desplazarnos, de rodillas o “agachaditos”, por toda la piscina (con el agua a la altura de los hombros).
- En posición estática, “con el agua en los hombros”, soplamos la superficie para hacer un hoyo grande en ella.
- Ahora acercamos más la cara y fabricamos burbujas “con ruido”.
- Tratamos de hacerlo con la boca dentro del agua... ¿Quién puede?
- Ahora tratamos de mirar el fondo, abriendo mucho los ojos y acercándolos a la superficie del agua.
- ¿Quién puede agacharse hasta sumergir su boca y fabricar burbujas grandes?
- ¿Quién lo puede hacer sumergiéndose hasta mojarse todos los pelos? ¿Quién puede sumergirse y “mirar por debajo del agua”?
- Las posibilidades en este sentido (inmersión) son innumerables.
- Una vez lograda la inmersión, empezaremos con el trabajo de iniciación para lograr la flotación (el cuál plantearíamos a más largo plazo).
- Al introducirse en el agua deben agarrarse al borde, metiendo la cara y soltando el aire por la boca y nariz.
- Nos metemos en el agua y los batimos las piernas metiendo la cabeza.

- Les colocaremos de forma dorsal con la cabeza apoyada en el bordillo, batiremos las piernas.
- Colocamos unas burbujas y saltaran de uno a uno, llegando a la corchera.
- Igual al anterior, pero sin burbujas.
- Colocaremos un aro en el agua, los niños tendrán que saltar y entrar en el agua por el aro.
- Se adoptara la postura del muerto con ayuda del monitor.
- Juegos ejemplo: Tobogán, colocando la colchoneta en una zona alta pero segura, se mojara y se le coloca una burbuja a cada niño, harán entradas en el agua.

La evaluación depende, casi en su totalidad, de la observación realizada durante la clase, a la cual podemos agregar una breve entrevista informal y posterior con los niños con el objeto de recoger sus vivencias. No olvidemos que cada niño/a tiene su ritmo de aprendizaje, por ende, de adquisición de las diferentes capacidades; por lo tanto es importante no caer en el error de pensar que un niño/a que no ha logrado el desarrollo de alguna capacidad (por ejemplo: la inmersión), no ha cumplido los objetivos que nos hemos propuesto. Más aún si uno de los objetivos didácticos propuestos es por ejemplo en este caso iniciación a la inmersión. La fase evaluativa se puede completar perfectamente, recogiendo datos por medio de los padres, acerca de comportamientos y actitudes de cada niño en lo referente al tema del agua en la vida cotidiana.

El diseño de la presente Propuesta de trabajo a través de una Guía con técnicas de enseñanza – aprendizaje para desarrollar la disciplina de natación en los niños, responde a los resultados obtenidos del diagnóstico efectuado a los docentes, estudiantes y padres de familia, quienes han evidenciado la necesidad de integrar técnicas para desarrollar las disciplina de natación que contribuyan a la formación integral de los niños, que conlleven a un bienestar individual y social.

Se ha tomado como referente para la elaboración de la guía las técnicas y los contenidos a desarrollar establecidos por la Reforma Curricular de Cultura Física así como a la consideración de que las condiciones del mundo científico y tecnológico actual que llevan al docente a la necesidad de no seguir pensando en “que enseñar” sino atender a los procesos de “cómo aprender” y del “para qué aprender” que consideran al estudiante como elemento activo de la clase. Esta propuesta pretende que cada maestro trabaje con nuevas prácticas, concepciones y actitudes para formar seres humanos creativos, participativos, comprometidos con los más altos valores humanos.

La Guía de aprendizaje de natación, constituye un recurso valioso como instrumento de orientación en la clase, el mismo que estructurado técnicamente propicia el desarrollo de los estudiantes mediante el trabajo individual y de equipo, desarrolla actitudes de solidaridad y cooperación entre compañeros de aula, orienta las acciones de aprendizaje de los contenidos cognitivo, procedimental y actitudinal, cultiva los hábitos de lectura, recopilación, procesamiento e interpretación de temas de interés para los niños favorece los roles dinámicos de docentes y estudiantes en el proceso de aprendizaje, desarrolla actitudes críticas en los estudiantes y crea situaciones de auto evaluación en las que se puede valorar los resultados del esfuerzo y capacidades de los estudiantes

La Guía de aprendizaje con técnicas para potenciar la disciplina de natación en los niños se elaboró tomando en cuenta varios aspectos destacándose como parte estructural los objetivos, estrategias y técnicas de participación y proceso, imágenes ilustrativas y vistosos organizadores gráficos.

### **Actividades Iniciales**

Debemos tener en cuenta que, previamente y en clase, ya hemos trabajados contenidos relacionados con el tema en cuestión, tales como diferentes manifestaciones del agua presentes en la vida del niño/a, vivencias anteriores relacionadas con el agua (vacaciones en la playa, paseo al lado del río, etc.), normas



de seguridad a seguir, hábitos de higiene personal, así como la planificación del Día de piscina.

La experiencia se lleva a cabo en una piscina pequeña preparada para Ambientación y Recreación Acuática, lo que significa, fundamentalmente, la temperatura del agua es de 30° C (nunca menor de 28°C), la profundidad de la piscina oscila entre 50 y 60 cm., el suelo no debe ser resbaladizo, el ambiente será atractivo en base a la existencia de balones, flotadores y todo tipo de elementos de formas y colores atractivos. Cada niño debe ir provisto de bañador, gorro de baño, zapatillas de baño y toalla grande, además de elementos de aseo.

Es imprescindible, unida a la autorización de los padres para la actividad, la ficha médica del niño/a en la que no conste ninguna contraindicación de carácter médico para realizar la experiencia en el agua.

- Llegada a las instalaciones: conducimos a los niños/as al vestuario supervisamos y ayudamos a que se coloquen el bañador, zapatillas y el gorro de baño, sin estar excesivamente encima de ellos.
- A continuación, existen tres pasos insustituibles antes del baño, uno es sonarse la nariz para despejar las vías respiratorias, otro es ir al baño por último nos metemos en la ducha donde tomamos el primer contacto con el agua (es necesario inculcar a los niños la obligatoriedad de la ducha previa).
- Entramos andando y recorremos todo el recinto de la piscina, podemos ver que hay mucho material de diversas formas y colores (balones, flotadores, manguitos, etc.) pero todavía no jugamos con ellos, estamos conociendo el lugar.
- Vamos a sentarnos en el borde de la piscina y meter los pies dentro para comprobar que el agua está calentita.

- Bajamos, ya dentro de la piscina, vamos a fabricar olas pequeñas y grandes con nuestras manos, también cascadas, lluvia, chapoteos, dejamos actuar a los niños para comprobar el alcance de su fantasía ante nuestra propuesta.
- Vamos a lavarnos todas las partes de nuestro cuerpo recogiendo agua de la piscina.
- A continuación la propuesta incluye los Desplazamientos: “damos un paseo con el compañero de la mano”, “ahora solos”, “damos una carrerilla”, “andamos de espaldas”, saltos, giros, tratando de lograr su combinación.
- A partir de aquí incluimos el trabajo recreativo con material, de acuerdo a la preferencia de cada niño/a. En el caso de elección de flotador, manguitos o burbuja, damos una breve explicación y demostración de colocación y uso. El objetivo no es rendimiento ni calidad de movimiento acuático sino proporcionar a los niños una variante de disfrute dentro del agua.

## **Sección 1**

### **EL AGUA UNA AMIGA QUE DIVIERTE**

#### **Actividades**

- Al ser el primer día nos presentaremos e iremos por toda la piscina enseñándoles las instalaciones a los niños.
- Los sentaremos en el borde, les diremos que batan las piernas en el agua, para que lo entiendan que tienen que hacer pompas y levantar agua.
- Pedimos a los niños que se echen agua en la cara, y echarle al compañero más cercano
- Posteriormente se pide a los niños bajen uno a uno la escalera para volver a subir.

- Metidos dentro del agua agarrados en el borde les diremos a los niños que tienen que meter la cabeza y soltar el aire por la nariz.
- Agarrados al bordillo nos desplazaremos sin soltarnos unos metros a la derecha y otros a la izquierda.
- El tiempo restante utilizaremos para juegos por ejemplo: Colocamos en todos los niños una burbujita y con una patata montaran a caballito, entre otros.
- La sesión finaliza con la salida ordenada de la piscina, ducha y aseo final.

## **Sección 2**

### **EN CONTACTO CON EL AGUA**

#### **Actividades**

- Solicite a los niños sentarse en el borde de la piscina batiendo las piernas.
- De rodillas en el borde, meteremos la cara en el agua y soltaran el aire por la nariz.
- Les diremos que se metan en el agua y uno a uno, meterán la cabeza en el agua y tendrán que decir el número de dedos que saca el profesor.
- Tendrán que batir las piernas agarrados al borde.
- Igual al anterior pero deberán meter la cara en el agua.
- Subiremos a los niños y les colocaremos una burbujita y le diremos a los niños que se coloquen en fila, se saltarán uno a uno y tendrán que llegar al otro lado y volver, siempre acompañado del monitor.
- Igual que el anterior, pero prescindiremos de las burbujas.

- Colocaremos al niño en posición dorsal agarrándolo por la espalda y la cabeza.
- Juegos por ejemplo, colocaremos una colchoneta entre el borde y el agua tendrán que dar un gran salto del trampolín y llegar al otro lado para escapar.
- La sesión finaliza con la salida ordenada de la piscina, ducha y aseo final

### **Sección 3**

#### **RESPIRANDO BAJO EL AGUA**

##### **Actividades**

- Sentados en el borde batido de piernas.
- Se meterán en el agua agarrados al borde, metiendo la cara y soltando el aire por la boca y nariz.
- Todos los niños se meten en el agua y los batimos las piernas metiendo la cabeza.
- El maestro colocará de forma dorsal con la cabeza apoyada en el bordillo, batiremos las piernas.
- Colocamos unas burbujas y saltaran de uno a uno, llegando al otro lado.
- Igual al anterior, pero sin burbujas.
- Colocaremos un aro en el agua, los niños tendrán que saltar y entrar en el agua por el aro.
- Se adoptara la postura del muerto con ayuda del profesor.

- Juegos ejemplo: Tobogán, colocando la colchoneta en una zona alta pero segura, se mojará y se le coloca una burbuja a cada niño, harán entradas en el agua.
- La sesión finaliza con la salida ordenada de la piscina, ducha y aseo final.

#### **Sección 4**

### **A MOVERNOS EN EL AGUA**

#### **Actividades**

- Los niños sentados en el borde batirán las piernas.
- Les diremos que se metan en el agua y uno a uno, meterán la cabeza en el agua y tendrán que decir el número de dedos que saca el monitor.
- Tendrán que batir las piernas agarrados al borde.
- Igual al anterior pero tendrán que meter la cara en el agua.
- Nos vamos de excursión, saltarán uno a uno, provistos de burbujas, irán hasta el otro lado y esperarán al resto de los compañeros y se desplazarán por esta hasta llegar a la escalera por la cual subiremos Esta será convertida en un túnel.
- Colocaremos al niño en posición dorsal agarrándolo por la espalda y la cabeza.
- Con una burbuja se irán tirando uno a uno, la patata se colocara en la barriga, de forma que se posicionen de forma horizontal, propulsándonos y desplazándonos gracias a los batidos.
- Con tabla, deslizarse desde la pared en posición dorsal con la tabla en el vientre.

- Juegos por ejemplo: El barco de chanquete: Colocamos a los niños una burbuja y colocaremos la plancha en el agua y subiremos a los niños encima, estos tendrán que propulsarla con batida de pies.

## **Sección 5**

### **A JUGAR BAJO EL AGUA**

#### **Actividades**

- Sentados en el borde batido de piernas.
- Les diremos que se metan en el agua y uno a uno, meterán la cabeza en el agua y tendrán que decir el número de dedos que saca el profesor.
- Metidos dentro del agua agarrados en el borde les diremos que tienen que meter la cabeza y soltar el aire por la nariz.
- Nos metemos en el agua y los batimos las piernas metiendo la cabeza.
- Les colocaremos de forma dorsal con la cabeza apoyada en el bordillo, batiremos las piernas.
- Con una tabla en la mano mantener la forma vertical.
- Con la tabla en el abdomen batiremos las piernas de forma dorsal.
- Impulsarse desde el rebosadero al fondo.
- Hacer el muerto con dos tablas, una en cada mano.
- Juego: Tiburón. Los niños se colocaran una burbuja, estarán en el agua el monitor se tirara al agua y será el tiburón, los niños tendrán que desplazarse con piernas y manos.
- La sesión finaliza con la salida ordenada de la piscina, ducha y aseo final

## **Sección 6**

### **SALTEMOS EN EL AGUA**

#### **Actividades**

- Sentados en el borde batido de piernas.
- Colocados los niños en el agua de forma ventral, batido de piernas con brazos estirados y metiendo la cara en el agua, intentando soltar el aire.
- Nos colocamos de forma dorsal, con la cabeza en el borde, batiendo las piernas.
- Saldrán del agua y agarrados al Profesor se tiraran al agua para luego salir y agarrarse al borde por sus propios medios.
- Con tabla saltaremos de la parte alta, tendremos que batir piernas y meter la cara en el agua soltando el aire.
- Con burbuja en la mano uno a uno, ira hacia el otro lado con el impulso de la patada en la pared.
- Con la burbuja se realizará un nado elemental, con piernas y manos metiendo la cara en el agua.
- Juegos. Pásala que quema. Con material auxiliar y pelotas colocarlos en el agua y que se pasaran la pelota unos a otros.
- La sesión finaliza con la salida ordenada de la piscina, ducha y aseo final.

## **Sección 7**

### **A MOVERNOS CON EL AGUA**

#### **Actividades**

- Sentados en el borde batido de piernas.
- Colocados los niños en el agua de forma ventral, batido de piernas con brazos estirados y metiendo la cara en el agua, intentando soltar el aire. Tiempo.5´
- Nos colocamos de forma dorsal, con la cabeza en el borde, batiendo las piernas.
- Sentados en el bordillo realizar el batido de pies con la flexión plantar.
- Agarrados al rebosadero en posición ventral batido de pies con respiración libre.
- Flotación dorsal con una sola tabla en mano.
- Flotación medusa durante 5”.
- Juegos Carreras de caballitos.
- La sesión finaliza con la salida ordenada de la piscina, ducha y aseo final.

### 5.3. Actividades en el Proceso





## **ESTILO CROL**

El crol es el más famoso y, por lo general, el primero que se les enseña a quienes dan sus primeras brazadas. Si bien la técnica de nado crol no es en realidad tan fácil como puede parecer, los instructores de natación lo enseñan con el cuerpo estirado y la cabeza mirando hacia el frente por debajo del agua, mientras se dan brazadas y se acompaña con patadas. Cada vez que sea necesario respirar, la cabeza saldrá del agua acompañando el giro que da el brazo

### **Actividades**

- El cuerpo deberá adoptar una posición hidrodinámica: elevado, extendido, alineado, relajado y natural. Para ello la cabeza se sitúa ligeramente elevada, con la cara en el agua y la mirada dirigida hacia abajo y adelante, tronco cadera y piernas horizontales mientras los pies realizan el batido.
- El rolido es un giro en el eje longitudinal del cuerpo de unos 45° esencial en los nados asimétricos.
- El nadador no se desplaza plano sobre el agua, realiza el rolido que cumple las siguientes funciones: Facilitar el recobro de los brazos, realizar una tracción profunda y eficaz. Respirar de manera natural, sin elevar la cabeza.
- Evitar resistencia al avance hasta un 60%

### **ESTILO MARIPOSA**

Quienes apenas se inician en la práctica de este estilo de natación deben encararla con mucho cuidado, ya que puede ocasionar importantes dolores de espalda en caso de no contar con el desarrollo muscular abdominal que se requiere. La patada es probablemente la parte más compleja de este estilo, ya que las piernas deben estar pegadas y generando impulso gracias a una ondulación que comienza en la cadera y se extiende hasta los pies.

### **Actividades**

- El cuerpo deberá adoptar una posición hidrodinámica: elevado, extendido, alineado, relajado y natural. Para ello la cabeza se sitúa ligeramente elevada, con la cara en el agua y la mirada dirigida hacia abajo y adelante, tronco cadera y piernas horizontales mientras los pies realizan el batido.
- El nadador no se desplaza plano sobre el agua, realiza el rolido que cumple las siguientes funciones: Facilitar el recobro de los brazos, realizar una tracción profunda y eficaz. Respirar de manera natural, sin elevar la cabeza.

### **ESTILO DE ESPALDA**

Por sus características, podríamos afirmar que este estilo es una variante del crol, casi su precisa inversión (de hecho, durante mucho tiempo se lo denominó el “crol de espaldas”). Para practicar este estilo, el nadador debe, al estar boca arriba, efectuar las brazadas hacia atrás, alternadamente, mientras patea con las piernas de una forma parecida a la que se lleva a cabo en el estilo crol. Si bien los niños pequeños también pueden iniciarse en la práctica de este estilo.

### **Actividades**

- El cuerpo deberá adoptar una posición hidrodinámica: elevado, extendido, alineado, relajado y natural. Para ello la cabeza se sitúa ligeramente elevada, con la cara hacia arriba y adelante, tronco cadera y piernas horizontales mientras los pies realizan el batido.
- El nadador no se desplaza plano sobre el agua, realiza el rolido que cumple las siguientes funciones: Facilitar el recobro de los brazos, realizar una tracción inversa profunda y eficaz. Respirar de manera natural.

### **ESTILO DE PECHO**

#### **Actividades**

la técnica más lenta de todas, pero no por ello la más sencilla. En el estilo pecho, del cual se evolucionó al estilo mariposa, el nadador debe empujar sus manos juntas desde el pecho, mientras que sus codos deben permanecer siempre debajo del agua. La fuerza de avance será proporcionada, en gran medida, por las piernas.

### **Actividades**

- El cuerpo deberá adoptar una posición hidrodinámica: elevado, extendido, alineado, relajado y natural. Para ello la cabeza se sitúa ligeramente elevada, con la cara en el agua y la mirada dirigida hacia abajo y adelante, tronco cadera y piernas horizontales mientras los pies realizan el batido.
- El nadador no se desplaza plano sobre el agua, realiza el rolido que cumple las siguientes funciones: Facilitar el recobro de los brazos, realizar una tracción profunda y eficaz. Respirar de manera natural, sin elevar la cabeza.

REPOSITORIO INSTITUCIONAL



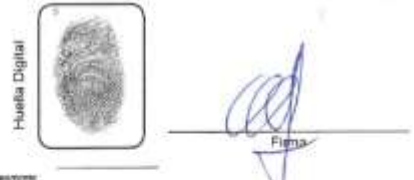
REPOSITORIO INSTITUCIONAL DIGITAL

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE DOCUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

DONNY STANLY, SOTO ESPINOZA		41321220	sotoespinozadonny@gmail.com			
Apellidos y Nombres		DNI	Correo Electrónico			
2. Tipo de Documento de Investigación						
<input checked="" type="checkbox"/>	Tesis	Trabajo de Sufoiencia Profesional	Trabajo Académico	Trabajo de Investigación		
3. Grado Académico o Título Profesional						
<input type="checkbox"/>	Bachiller	<input checked="" type="checkbox"/>	Título Profesional	Título Segunda Especialidad	Mestría	Doctorado
4. Título del Documento de Investigación						
Importancia de la enseñanza aprendizaje de la natación en estudiantes de la institucion educativa José Teeobaldo Paredes – Arequipa 2024						
5. Programa Académico						
TITULO PROFESIONAL EN EDUCACIÓN FISICA						
6. Tipo de Acceso al Documento						
<input checked="" type="checkbox"/>	Abrido o Público (incluye repositorios institucionales)	Acceso restringido (archivo repositorio institucional/acceso (*)				
(*) En caso de restringido sustentar motivo						

- A. Originalidad del Archivo Digital  
Por el presente deajo constancia que el archivo digital que entrego a la Universidad, es la versión final del trabajo de investigación sustentado y aprobado por el Jurado Evaluador y forma parte del proceso que conduce a obtener el grado académico o título profesional.
- B. Otorgamiento de una licencia CREATIVE COMMONS  
El autor, por medio de este documento, autoriza a la Universidad, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.<sup>1</sup>

Lugar	Día	Mes	Año
Chimbote	06	03	2025



1. Según Resolución de Consejo Directivo N° 007/2019-01/USP/CD, Reglamento del Registro Nacional de Trabajo de Investigación con el que Declara Académico y Título Profesional, art. 8, inciso 2.2.  
2. Ley N° 30321 que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto y D.S. 003-2021-PER.  
3. Si el autor quiere el título de acceso abierto o público, debe ir a la Universidad San Pedro de Arequipa en persona, para que se pueda hacer entrega de forma abierta y pública en el Repositorio Institucional Digital. Ingresando mediante Derechos de Autor y Propiedad Intelectual al sistema y en el Menú de la Ley 30321.  
4. En caso de ser el autor de la investigación, documento se publica los datos de autor y resumen de autor, de acuerdo lo dispuesto en el Decreto Ley 30321, artículo 11, inciso 2.2.  
5. La licencia Creative Commons (CC) es una organización internacional que ofrece herramientas de disposición de los autores en materia de licencias flexibles y de acceso abierto tecnológico que facilitan la difusión de información, recursos educativos, obras artísticas, científicas, entre otros. Estas licencias tienen como objetivo que el autor autorice el título por escrito.  
6. Según artículo 11.2.2 del artículo 11.7 del Reglamento del Registro Nacional de Trabajo de Investigación con el que Declara Académico y Título Profesional (RNTD) se define el acceso abierto de información y autor de acceso abierto de información, en tanto que el autor autoriza a la Universidad, publicar su trabajo de investigación en formato digital en el Repositorio Institucional Digital, al cual se podrá acceder, preservar y difundir de forma libre y gratuita, de manera íntegra a todo el documento.  
Nota: En caso de haberse en los datos, se procederá de acuerdo con el artículo 11.7 del artículo 11.7 del Reglamento del Registro Nacional de Trabajo de Investigación con el que Declara Académico y Título Profesional (RNTD).

## REPORTE DE SIMILITUD

Importancia de la enseñanza aprendizaje de la natación en estudiantes de la institución educativa José Teobaldo Paredes- Arequipa 2024

### INFORME DE ORIGINALIDAD



### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.unfv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>dspace.unl.edu.ec</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>3%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.unap.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.usanpedro.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>6</b>	<b>repositorio.unsm.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>7</b>	<b>repositorio.unsch.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2%</b>
<b>8</b>	<b>repositorio.unprg.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

9	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	1%
10	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	1%
11	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
12	repositorio.unheval.edu.pe Fuente de Internet	1%
13	repositorio.ug.edu.ec Fuente de Internet	<1%
14	Submitted to Universidad Nacional de Educacion Enrique Guzman y Valle Trabajo del estudiante	<1%
15	notasrodrigotic.blogspot.com Fuente de Internet	<1%
16	rid.ugr.edu.ar Fuente de Internet	<1%
17	www.coursehero.com Fuente de Internet	<1%
18	Submitted to Universidad Católica de Santa María Trabajo del estudiante	<1%
19	Submitted to Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga Trabajo del estudiante	<1%

20	<a href="https://dspace.ups.edu.ec">dspace.ups.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
21	<a href="https://urp.edu.pe">urp.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
22	<a href="https://repositorio.unac.edu.pe">repositorio.unac.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
23	<a href="https://www.repositorio.autonmadeica.edu.pe">www.repositorio.autonmadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
24	Submitted to Universidad de Yacambú Trabajo del estudiante	<1 %
25	<a href="https://repositorio.uta.edu.ec">repositorio.uta.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
26	Submitted to Universidad de San Buenaventura Trabajo del estudiante	<1 %
27	<a href="https://oldsite.slusd.us">oldsite.slusd.us</a> Fuente de Internet	<1 %
28	<a href="https://www.sobrentrenamiento.com">www.sobrentrenamiento.com</a> Fuente de Internet	<1 %
29	Submitted to 88061 Trabajo del estudiante	<1 %
30	<a href="https://eresmama.com">eresmama.com</a> Fuente de Internet	<1 %
31	<a href="https://repositorio.unh.edu.pe">repositorio.unh.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %



		<1 %
32	<a href="http://revistas.upc.edu.pe">revistas.upc.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
33	<a href="http://sgr-virtualis.revistavirtualis.mx">sgr-virtualis.revistavirtualis.mx</a> Fuente de Internet	<1 %
34	<a href="http://uvadoc.uva.es">uvadoc.uva.es</a> Fuente de Internet	<1 %
35	<a href="http://www.ti.autonomadeica.edu.pe">www.ti.autonomadeica.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
36	<a href="http://1library.co">1library.co</a> Fuente de Internet	<1 %
37	<a href="http://issuu.com">issuu.com</a> Fuente de Internet	<1 %
38	<a href="http://repositorio.uti.edu.ec">repositorio.uti.edu.ec</a> Fuente de Internet	<1 %
39	<a href="http://revistas.udc.es">revistas.udc.es</a> Fuente de Internet	<1 %

Excluir citas

Apagado

Excluir coincidencias < 10 words

Excluir bibliografía

Activo