



UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTAS
ESCUELA DE ADMINISTRACIÓN EDUCATIVA
CARREARA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

TÉCNICAS METODOLÓGICAS DE NATACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTORAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 10 A 12 AÑOS EN LA ESCUELA "MARCOS LAUTARO DURANGO" DEL SECTOR LAS COCHAS, PARROQUIA GUANUJO, CANTON GUARANDA PROVINCIA BOLÍVAR, AÑO LECTIVO 2017-2018.

AUTORES:
ALLÁN ALARCÓN SEGUNDO PEDRO
QUINTANA ESCOBAR ALEX FABRICIO

TUTOR:
Lcdo. MARCO CAMACHO ESCOBAR MsC.

PROYECTO DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PRESENTADO EN OPCIÓN A OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADOS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.

2018





UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTAS
ESCUELA DE ADMINISTRACIÓN EDUCATIVA
CARREARA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

TÉCNICAS METODOLÓGICAS DE NATACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTORAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 10 A 12 AÑOS EN LA ESCUELA "MARCOS LAUTARO DURANGO" DEL SECTOR LAS COCHAS, PARROQUIA GUANUJO, CANTON GUARANDA PROVINCIA BOLÍVAR, AÑO LECTIVO 2017-2018.

AUTORES:
ALLÁN ALARCÓN SEGUNDO PEDRO
QUINTANA ESCOBAR ALEX FABRICIO

TUTOR:
Lcdo. MARCO CAMACHO ESCOBAR MsC.

PROYECTO DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA PRESENTADO EN OPCIÓN A OBTENER EL TÍTULO DE LICENCIADOS EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.

2018

I DEDICATORIA

Primeramente, doy gracias a Dios, por estar conmigo y guiarme por el camino correcto, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente para culminar todo lo que me he propuesto lograr en mi vida; aquellas personas que fueron mi compañía durante todo mi proceso de estudio. Agradecer a mi esposa quien fue mi soporte a mis hijas y a mis nietos quienes son el impulso para seguir adelante en mi periodo académico todo el esfuerzo realizado por ellos. A mis docentes quienes hicieron posible impartirme conocimientos para terminar mi carrera y ahora pueda ser un profesional con un objetivo planteado hacia mis estudiantes.

Pedro

A Dios Por haberme permitido llegar hasta este punto y haberme dado salud para lograr mis objetivos, además de su infinita bondad y amor.

A mi Madre y Hermana Por haberme apoyado en todo momento, por sus consejos, sus valores, por la motivación constante que me ha permitido ser una persona de bien, pero más que nada, por su amor.

A mis sobrinos Por ser ellos la motivación más grande para salir adelante y sobre todo conseguir lo que me proponga.

Alex

II AGRADECIMIENTO

Los resultados de este proyecto, están dedicados a Dios, a cada una de nuestras familias, a la Universidad Estatal de Bolívar, A la facultad de Ciencias de la Educación, Sociales, Filosóficas y Humanísticas a las autoridades, docentes y a todas aquellas personas que, de alguna forma, son parte de su culminación. Nuestro sincero agradecimiento está dirigido a nuestro director del proyecto de intervención MsC. Marco Camacho Escobar, quien con su ayuda desinteresada nos guio y brindó información acerca del tema que planteamos y lo ejecutamos, próxima, pero muy cercana a la realidad de nuestras necesidades en cada una de las unidades educativas básicas.

Pedro y Alex

III CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Lcdo. Marco Camacho Escobar MsC.

CERTIFICA

Que el informe final del Proyecto de intervención educativa titulado **"TÉCNICAS METODOLÓGICAS DE NATACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTORAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 10 A 12 AÑOS EN LA ESCUELA "MARCOS LAUTARO DURANGO" DEL SECTOR LAS COCHAS, PARROQUIA GUANUJO, CANTON GUARANDA PROVINCIA BOLÍVAR, AÑO LECTIVO 2017-2018".** Elaborado por los autores Pedro Segundo Allán Alarcón y Alex Fabricio Quintana Escobar, Egresados de la carrera de Educación Física, Deportes y Recreación de la Facultad de Ciencias de la Educación, Sociales, Filosóficas y Humanísticas de la Universidad Estatal de Bolívar, ha sido debidamente revisado e incorporado las recomendaciones emitidas en la asesoría en tal virtud autorizo su presentación para su aprobación respectiva.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad, facultando a los interesados dar al presente documento el uso legal que estimen conveniente.

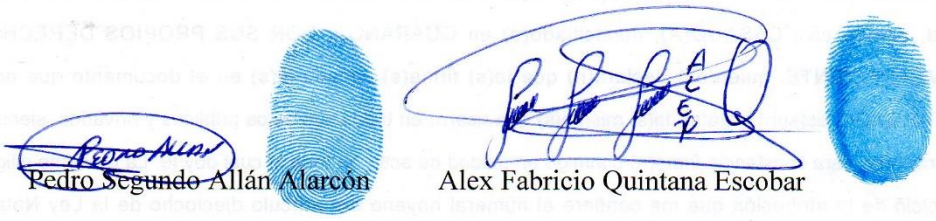
Guaranda, Enero del 2018.

Lcdo. Marco Camacho Escobar MsC.
Tutor.

IV AUTORIA NOTARIZADA

IV AUTORIA NOTARIZADA

Las ideas, criterios y propuesta expuestos en el presente informe final para el Proyecto de intervención educativa, son de exclusive responsabilidad de los autores.



Pedro Segundo Allán Alarcón

C.I. Nº0201027091

Alex Fabricio Quintana Escobar

C.I. Nº0201976636

Factura: 001-002-000009909

20180203001D00217

DILIGENCIA DE RECONOCIMIENTO DE FIRMAS N° 20180203001D00217

Ante mí, NOTARIO(A) GUSTAVO ANTONIO CHAVES CHIMBO de la NOTARÍA PRIMERA , comparece(n) ALEX FABRICIO QUINTANA ESCOBAR portador(a) de CÉDULA 0201976636 de nacionalidad ECUATORIANA, mayor(es) de edad, estado civil SOLTERO(A), domiciliado(a) en SAN MIGUEL, POR SUS PROPIOS DERECHOS en calidad de COMPARECIENTE; SEGUNDO PEDRO ALLAN ALARCON portador(a) de CÉDULA 0201027091 de nacionalidad ECUATORIANA, mayor(es) de edad, estado civil CASADO(A), domiciliado(a) en GUARANDA, POR SUS PROPIOS DERECHOS en calidad de COMPARECIENTE; quien(es) declara(n) que la(s) firma(s) constante(s) en el documento que antecede AUTORIA NOTARIZADA, es(son) suya(s), la(s) misma(s) que usa(n) en todos sus actos públicos y privados, siendo en consecuencia auténtica(s), para constancia firma(n) conmigo en unidad de acto, de todo lo cual doy fe. La presente diligencia se realiza en ejercicio de la atribución que me confiere el numeral noveno del artículo dieciocho de la Ley Notarial -. El presente reconocimiento no se refiere al contenido del documento que antecede, sobre cuyo texto esta Notaria, no asume responsabilidad alguna. – Se archiva un original. CHIMBO, a 9 DE MAYO DEL 2018, (12:40).

ALEX FABRICIO QUINTANA ESCOBAR
CÉDULA: 0201976636

SEGUNDO PEDRO ALLAN ALARCON
CÉDULA: 0201027091

NOTARIO(A) GUSTAVO ANTONIO CHAVES CHIMBO
NOTARÍA PRIMERA DEL CANTÓN CHIMBO

DR. ANTONIO CHAVES CHIMBO
NOTARIO PRIMERO
CANTÓN CHIMBO

NOTARÍA PRIMERA
NIHIL PRIUS FIDE
CANTÓN CHIMBO - REPÚBLICA DEL ECUADOR

V ÍNDICE

Contenido

PORTADA…….
HOJA DE GUARDA……
PORTADILLA…….....
I DEDICATORIA 1
II AGRADECIMIENTO 2
III CERTIFICACIÓN DEL TUTOR 3
IV AUTORÍA NOTARIZADA..... 4
V ÍNDICE..... 6
INDICE DE CUADROS..... 8
INDICE DE TABLAS 9
INDICE DE GRÁFICOS 10
1 RESUMEN 11
SUMARY..... 12
2 INTRODUCCIÓN..... 14
3 TITULO..... 16
4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA..... 17
4.1 DIAGNÓSTICO..... 20
4.2 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA 21
5 JUSTIFICACIÓN..... 22
6 OBJETIVOS..... 24
6.1 OBJETIVO GENERAL 24
6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS..... 24
7 MARCO TEÓRICO 25
7.1 ESTRATEGIAS DE DESARROLLO Y APLICACIÓN 25
7.1.1 JUEGOS EN EL AGUA 28
7.1.2 APRENDIENDO A SUMERGIRSE 28
7.1.3 APRENDIENDO A ZAMBULLIRSE Y BUCEAR 29
7.1.4 LA SALIDA..... 29
7.1.5 BRAZA 31

7.1.6 MARIPOSA 32
7.1.7 ESTILO DE ESPALDA 33
7.1.8 ESTILO LIBRE 34
7.2 ESTRATEGIAS: ACCIÓN DE BRAZOS: FASE ACUÁTICA O TRACCIÓN 34
7.3 DESCRIPCIÓN Y CARACTERÍSTICAS DEL GRUPO 37
7.4 METODOLOGÍA 38
8 SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN 43
8.1 SEGUIMIENTO A LAS ACTIVIDADES DEL PROYECTO 43
8.1.1 Elaboración del proyecto 43
9. EVALUACIÓN DE LOS RESULTADOS DEL PROYECTO 51
10. CONCLUSIONES 60
11 RECOMENDACIONES 61
12 BIBLIOGRAFÍA 62
13 ANEXOS 66
Anexo 1: AMBIENTACIÓN 66
Anexo 2: RESPIRACIÓN 67
Anexo 3: FLOTACIÓN 68
Anexo 4: PATADA 69
Anexo 5: BRACEADA 70
Anexo 6: Permiso de realización proyecto de intervención 71
Anexo 7: Certificación del Proyecto de intervención para la culminación de la carrera 72
Anexo 8: Listado de los niños y niñas de 10 a 12 años beneficiarios de la UNIDAD BÁSICA MARCOS L DURANGO 74
Anexo 9: Formato de encuestas realizada a los estudiantes de la unidad básica marcos l Durango de 10 a 12 años que comprende los cursos de octavo noveno y décimo 75
Anexo 10: Anexo de Resultados de las Encuestas 76
Anexo 11: Anexo de Certificación Urkunt. 77

INDICE DE CUADROS

Cuadro 1 DESTREZAS A DESARROLLAR EN NIÑOS DE 10 A 12 AÑOS... 27

Cuadro 2 MATRIZ DE EVIDENCIAS DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN 44

Cuadro 3 ELABORACIÓN DE PLANIFICACIÓN MICROCURRICULAR SEMANAL DE CLASES 48

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Pregunta 1 ¿REALIZA FRECUENTEMENTE ACTIVIDAD FÍSICA? 51
Tabla 2 Pregunta 2 ¿DESEARÍA APRENDER A NADAR? 52
Tabla 3 Pregunta 3 ¿LE GUSTARÍA QUE SU PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA LE ENSEÑE LA DISCIPLINA DE LA NATACIÓN? 53
Tabla 4 Pregunta 4 ¿EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA DISCIPLINA DE NATACIÓN EL INSTRUCTOR INICIA CON ACTIVIDADES LÚDICAS Y RECREATIVAS? 54
Tabla 5 Pregunta 5 ¿CREE USTED QUE ESTE DEPORTE LE BENEFICIA EN SUS HABILIDADES MOTORAS? 55
Tabla 6 Pregunta 6 ¿DESEARÍA PARTICIPAR EN ESTE PROYECTO DE NATACIÓN QUE LE AYUDE A MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA? 56
Tabla 7 Pregunta 7 ¿LE GUSTARÍA PERFECCIONAR LOS ESTILOS DE LA NATACIÓN MEDIANTE TÉCNICAS METODOLÓGICAS? 57
Tabla 8 Pregunta 8 ¿CUÁL ESTILO EN LA NATACIÓN DESEA APRENDER? 58

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 51
Gráfico 2 52
Gráfico 3 53
Gráfico 4 54
Gráfico 5 55
Gráfico 6 56
Gráfico 7 57
Gráfico 8 58

1 RESUMEN

El presente proyecto es para promover la práctica haciendo referencia en la enseñanza aprendizaje de la natación para el dominio de las habilidades motoras en niños y niñas de 10 a 12 años en la Unidad Básica Marcos Lautaro Durango, favoreciendo el conocimiento, entendimiento y dominio del cuerpo, para concientizar sobre la importancia de las actividades acuáticas, que buscan perfeccionar cada una de las técnicas de la natación para el progreso en las habilidades motrices gruesas en el medio acuático, desde un enfoque educativo, recreativo, deportivo y competitivo; integrando el método apropiado de enseñanza para estimular las capacidades cognoscitivas, de equilibrio personal, relación e inserción a través de la flotación, respiración, propulsión, autonomía en los desplazamientos y deslizamientos básicos.

Incrementando la motivación en cada uno de los niños y niñas que están practicando este deporte reduciendo las barreras durante el proceso educativo; el trabajo efectuado toma como cimiento los lineamientos de la pedagogía critica, estableciendo una relación entre las etapas de aprendizaje la interpersonal e intrapersonal poniendo en ejecución los diferentes estilos, para el mejoramiento de la psicomotricidad, y habilidades motoras; sobresaliendo el enfoque cualitativo, aplicándose la metodología de campo, bibliográfica, empleando la observación a los estudiantes y una ficha técnica de las actividades acuáticas a los niños y niñas de 10 a 12 años que asisten a la unidad básica Marcos L. Durango en el complejo turístico Lago Las Cochas prevaleciendo el nivel descriptivo y explicativo; procediéndose a la realización del análisis de resultados con su respectiva interpretación teórica para el establecimiento de las estrategias adecuadas, con la finalidad de buscar solución a la dificultad presentada en la teoría y práctica de este deporte.

Otro de los beneficios es que mejora el estado físico y la circulación sanguínea a través de movimientos de bajo impacto, ideales para quienes no están acostumbrados a ejercicios de alta intensidad.

SUMARY

The present project is to promote the practice by referring to teaching swimming teaching for the mastery of motor skills in boys and girls from 10 to 12 years in the Basic Unit Marcos Lautaro Durango, promoting knowledge, understanding and mastery of the body , to raise awareness about the importance of aquatic activities, which seek to perfect each of the techniques of swimming for the progress in gross motor skills in the aquatic environment, from an educational, recreational, sporting and competitive approach; integrating the appropriate teaching method to stimulate cognitive abilities, personal balance, relationship and insertion through flotation, breathing, propulsion, autonomy in displacements and basic landslides.

Increasing motivation in each of the children who are practicing this sport by reducing barriers during the educational process; the work carried out takes as a foundation the guidelines of the critical pedagogy, establishing a relationship between the interpersonal and intrapersonal learning stages, putting in execution the different styles, for the improvement of the psychomotricity, and motor skills; highlighting the qualitative approach, applying the field methodology, bibliographic, using observation to students and a technical sheet of water activities to children aged 10 to 12 years who attend the basic unit Marcos L. Durango in the complex tourist Lake Las Cochas prevailing the descriptive and explanatory level; proceeding to the realization of the analysis of results with its respective theoretical interpretation for the establishment of the appropriate strategies, with the

purpose of finding a solution to the difficulty presented in the theory and practice of this sport.

Another benefit is that it improves the physical state and blood circulation through low impact movements, ideal for those who are not used to high intensity exercises.

2 INTRODUCCIÓN

El presente proyecto de intervención, va direccionado al estudio analítico del deporte de la natación, su influencia determinó el estilo de aprendizaje de cada uno de los estudiantes de la comunidad **y** para cumplir con el objetivo general que es aplicar estrategias metodológicas para mejorar las habilidades motoras en los niños de la Unidad Educativa, con la finalidad de influir en una mejor calidad de vida, creando hábitos recreativos y físicos en cada uno de ellos.

Con la Enseñanza Aprendizaje de la Natación para el dominio de las Habilidades Motoras en niños y niñas de 10 a 12 años en **LA UNIDAD BÁSICA MARCOS LAUTARO DURANGO EN EL COMPLEJO TURÍSTICO LAGO LAS COCHAS**, se logrará mejorar la estimulación muscular, la coordinación, se incrementará la confianza y seguridad en el control corporal.

El proyecto aporta en la autoestima, las habilidades motrices, sociales, en la relación con el medio acuático a través del fortalecimiento de actividades lúdicas experimentadas dentro y fuera del entorno acuático.

La natación es un deporte que a lo largo de los últimos años, experimenta un avance en el aumento de personas que lo practican ya que estimula la motricidad, flexibilidad, coordinación y ayuda al crecimiento de quien lo practican, también es asombroso ya que tiene diferentes estilos, la natación es uno de los deportes más bellos y más completos de los que se realizan en la actualidad. No obstante, es también uno de los que requieren mayores sacrificios, fuerza de voluntad y dedicación.

La superación constante del nadador y la lucha titánica que mantienen entre ellos tratando de superar los records, otorgan a este deporte la categoría de segundo deporte olímpico, detrás del atletismo.

La metodología tradicionalista para la natación incrementa la fobia, miedo, temor en la realización de actividades acuáticas, afectando en el desarrollo psicológico, en el aspecto físico, en el comportamiento y en la conducta, acrecentando un carente desarrollo de la comprensión además, la insuficiente selección de actividades o ejercicios, que permitan alcanzar los objetivos propuestos en la natación ocasiona una escasa utilización de técnicas básicas de relajación en el medio acuático, intensifica los desequilibrios y tensiones en la práctica deportiva como en la vida cotidiana.

La carencia de material didáctico y accesorios para perfeccionar los movimientos mediante ejercicios específicos, incrementa limitaciones en el progreso de habilidades motrices en el entorno acuático desde el enfoque educativo, recreativo y deportivo.

Con esta indagación se propone un sistema de acciones combinadas con ejercicios específicos del deporte de la natación para lograr un buen estado de salud y una mejor calidad de vida para los estudiantes motivo de la intervención.

La metodología se efectuó en base al logro de los objetivos específicos, donde se realizaron actividades con sus correspondientes técnicas; al término de esta intervención se puede concluir que la natación proporciona la oportunidad de interactuar entre compañeros brindando seguridad y confianza en sí mismos al realizar este deporte ya que este es el más completo de todos los deportes.

3 TITULO

TÉCNICAS METODOLÓGICAS DE NATACIÓN PARA EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES MOTORAS EN NIÑOS Y NIÑAS DE 10 A 12 AÑOS EN LA ESCUELA “MARCOS LAUTARO DURANGO” DEL SECTOR LAS COCHAS, PARROQUIA GUANUJO, CANTON GUARANDA PROVINCIA BOLÍVAR, AÑO LECTIVO 2017-2018.

4 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

En el sistema educativo ecuatoriano, el área de Educación Física, es considerada como una asignatura fundamental para fortalecer la educación y ayuda en la formación integral del ser humano.

A través de la Educación Física, los estudiantes crean nuevas formas de movimiento con la ayuda de diferentes actividades educativas, recreativas y deportivas, además aprenden a desenvolverse como personas que quieren descubrir nuevas alternativas que pueden ser aplicables en un futuro en su vida social y que no se encuentran fácilmente en otras áreas del conocimiento.

Se puede observar que en la mayoría de las instituciones educativas de nivel básico, si bien la enseñanza y práctica de actividades deportivas como la natación consta en el currículo de Educación Física, sin embargo por la falta de infraestructura y medios económicos se omite su enseñanza, esta realidad es palpable en **LA UNIDAD BÁSICA MARCOS LAUTARO DURANGO**, institución educativa del **SECTOR DE LAS COCHAS**, en donde dentro de las actividades realizadas por los docentes es propiciar la formación integral de los estudiantes utilizando al deporte como un instrumento educativo, así como también el desarrollo de habilidades y destrezas motrices para que sean utilizadas en todas las actividades de aprendizaje y fundamentalmente en la conservación de la salud.

Dentro de las expectativas de los estudiantes de la escuela donde se realizará la intervención educativa, a la que asisten 283 estudiantes, por la cercanía del complejo Las Cochas que tienen dentro de sus instalaciones una piscina semiolímpica nos propusimos desarrollar el proyecto en el que la tarea fundamental será aplicar estrategias metodológicas de natación para

mejorar las habilidades motoras de los niños y niñas de la institución educativa.

La práctica de las actividades en esta área la tienen los profesores de aula, lo que imposibilita que los niños desarrollen sus habilidades y destrezas, pero el interés demostrado por los niños y la falta de profesor del área hicieron que nosotros estudiantes en Educación Física realizáramos el diagnóstico y despertemos el interés por el aprendizaje de la natación en los estudiantes de **LA ESCUELA MARCOS L. DURANGO.**

Se quiere establecer técnicas metodológicas de la natación por lo se partirá de un análisis situacional con los niños de 10 a 12 años, en la actividad acuática en las diferentes estrategias y estilos que se les va a impartir a los niños y niñas, aplicaremos entrevistas al personal docente para obtener información que sirva para ejecutar el proyecto de intervención educativa para que cada uno de los docentes aporte con el tema, y así interactuar con ellos.

Una de las principales limitantes para el desarrollo de la investigación es el problema económico de los padres de familia de los niños y niñas de la escuela y otra de las dificultades es que los docentes no tienen los suficientes conocimientos en el área de Cultura Física.

Relacionando los campos antes citados, podría asegurarse que aplicando una Educación Física planificada y guiada metodológicamente sí contribuye al mejoramiento de las habilidades motoras, es decir, mientras mayor sea el ejercitamiento de las articulaciones, tendones, músculos y el aparato locomotor en general, la relación mente y movimiento será mayor y, por ende, la coordinación entre estas dos.

Alcanzando, por lo tanto, niveles óptimos de psicomotricidad. Entonces, podemos tener personas con un mayor dominio y conocimiento corporal,

tanto en sus capacidades como en sus limitaciones, sabiendo que cada ser humano es un mundo propio, lo cual permitirá, en un futuro, participar en un sin número de actividades de manera más eficiente.

4.1 DIAGNÓSTICO

Uno de los motivos, para escoger el tema de nuestro trabajo de graduación, fue precisamente la falta de atención que se le brinda al mejoramiento de las habilidades motrices psicomotricidad, ya sea por desconocimiento o falta de aplicación. Por ello, decidimos trabajar estos temas dándole la importancia que amerita a un tema tan complejo y de gran ayuda, en la vida futura de todas las personas, en relación a sus habilidades, capacidades, hábitos, destrezas, etc.

La Escuela Marcos Lautaro Durango en la que los niños comprendidos en los 10 – 12 años motivo de la investigación en un elevado porcentaje no tiene conocimiento y no realizan actividades en la disciplina de natación.
El diagnóstico situacional de la escuela se realizó con el propósito de identificar las oportunidades de mejoramiento y las necesidades de fortalecimiento para facilitar el desarrollo, deportivo: su organización funcional educativa
El diagnóstico situacional tiene como objeto:

A. Evaluar en qué medida la escuela necesita que se realice este trabajo de investigación para un efectivo control físico, deportivo y salud, acorde con las técnicas metodológicas a desarrollar, teniendo presente los cambios a realizar.
B. Identificar las técnicas a desarrollar y las oportunidades de mejoras en los aspectos físico y educativo
C. Formular recomendaciones que permitan introducir cambios y mejoras en la actividad física escolar

De acuerdo a la encuesta realizada de 283 niños de la escuela el 90% no tienen acceso a las actividades acuáticas no se integran solo ven como participan los demás niños que saben nadar.

En este sentido es necesario aplicar el proyecto de intervención educativa en donde el propósito de implementar las técnicas metodológicas de la

natación es con la finalidad de que todos participen recreativamente en las actividades programadas y así poder resolver el problema existente y mejorar el porcentaje de niños interesados en el aprendizaje de la natación en la escuela.

4.2 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

La limitada aplicación de técnicas metodológicas en natación, afecta el desarrollo de las habilidades motoras, en niños y niñas de 10 a 12 años de la escuela Marco Lautaro Durango de las Cochas.

5 JUSTIFICACIÓN

El siguiente proyecto de intervención está elaborado en base a la necesidad del desarrollo y análisis de las habilidades motoras del niño, en edades comprendidas entre los 10 - 12 años, que según la ciencia, estas edades son propicias para el desarrollo psico-motor, y más aún si utilizamos un determinado deporte para desarrollarlo, como en este caso, la natación, la cual nos servirá de mediador entre el desarrollo eficaz de la motricidad y el desarrollo biológico de los niños, teniendo como resultado un excelente equilibrio entre ambos aspectos, que son utilizados en la realización de todas las actividades que realiza el hombre en su devenir diario.

Además, según la Constitución de la República del Ecuador, Sección sexta 3, Dice:
Art. 381.- "El Estado protegerá, promoverá y coordinará la cultura física que comprende El deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral de las personas".

Es de mucha importancia enseñar esta disciplina deportiva ya que permitirá al ser humano tener un modo de vida saludable con la participación emotiva de los niños y niñas se logrará demostrar las diferentes cualidades y destrezas, así como también evitar lesiones musculares.

Los beneficiarios de esta investigación, indiscutiblemente serán los niños y niñas, mismos que al ir creciendo, adquiere nuevas habilidades y perfecciona las que ya tiene. Trepar, correr, saltar, brincar, son actividades que, entre muchas otras, desarrollan y fortalecen su cuerpo.

Otra de las actividades y quizá la más importante en la que el niño aprende a través de ella, es el juego, el mismo que ocupa un papel importante en la vida del niño porque aporta en el desarrollo del mismo; el niño juega por instinto porque es una característica propia de su edad, ya que le produce placer y

diversión y, aprende a observar las reglas, a compartir, a respetar a sus compañeros y a esperar su turno.

Razón por la cual consideramos que el aplicar este proyecto dentro de la escuela Marcos Lautaro Durango del sector Las Cochas es de suma importancia para desarrollar y fortalecer armónicamente las habilidades motoras en relación a la edad, beneficiando no solo esta gran capacidad, sino que va más allá, fortaleciendo las características propias de cada individuo, utilizando como mediador y apoyo la Natación, que es uno de los deportes más completos que ha existido desde el inicio de la humanidad hasta nuestros tiempos.

En cuanto el contenido científico, una vez terminado esta investigación, quedara al servicio de toda una colectividad, en donde los interesados puedan consultar en la biblioteca de la Universidad y en la Facultad de Ciencias de la Educación.

6 OBJETIVOS

6.1 OBJETIVO GENERAL

Implementar técnicas metodológicas de natación para el desarrollo de las habilidades motoras en niños y niñas de 10 a 12 años de la escuela Marcos Lautaro Durango del sector Las Cochas, Parroquia Guanujo, Cantón Guaranda, Periodo Lectivo 2017.

6.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Diagnosticar los beneficios que aporta la natación al desarrollo de las habilidades motoras.

- Identificar las técnicas metodológicas más adecuadas de la natación en niños y niñas de 10 a 12 años para desarrollar las habilidades motoras equilibrio estático, dinámico, estructuración espacial, tiempo y ritmo, esquema corporal y motricidad, para afianzar el dominio de los movimientos de su cuerpo.
- Evaluar el desarrollo de las habilidades motoras, y a la adquisición de nuevas habilidades, verificando así el grado de desarrollo psicomotor en la natación.

7 MARCO TEÓRICO

7.1 ESTRATEGIAS DE DESARROLLO Y APLICACIÓN

Los docentes de la Carrera de Educación Física tenemos el trabajo de practicar el deporte que es la natación con los niños y niñas que se encuentren a nuestro cargo enseñando diferentes estilos que se adecuaron a la natación deportiva. (Flor I, 2005), p 562.

Como estudiante de la carrera de Educación Física de la Universidad Estatal de Bolívar hemos visto la necesidad de realizar este proyecto de investigación con la finalidad de dar solución al inconveniente que existe en la Escuela Marco Lautaro Durango del sector las Cochas para la cual se lo realizara a través de técnicas metodológicas para la enseñanza aprendizaje de la natación a través de las siguientes estrategias:

1. Acción de brazos: fase acuática o tracción, entrada
2. Agarre, tirón, empuje
3. Posición del cuerpo, respiración, coordinación
4. Acción de piernas
5. Aplicación de las formas de movimientos en distintos ámbitos, hacia las actividades que los vinculan, encontrándose entre ellas las técnicas deportivas.

Para ganar en confianza, seguridad en la práctica de la natación y con la finalidad de disminuir las horas de ocio de los niños y niñas debemos ejecutar movimientos básicos a través de ejercicios y juegos para que se familiaricen con el medio acuático poniendo en práctica los fundamentos y destrezas para que naden de acuerdo a los diferentes estilos. (Gandara C, 2005) , p 402, 411, 479.
Para los niños y niñas el tiempo de aprendizaje deben ser de distracción, el momento de las dinámicas o las actividades lúdicas; dando principio a la rutina

básica en la natación estableciendo reglas convirtiendo en hábito en la actividad de la natación.

El lugar debería ser importante, la piscina debe ser adecuada para una buena enseñanza y aprendizaje el que trabaja imparte y el que aprende recibe los conocimientos haciendo un proceso a largo plazo. (Jimeno, 2011)

Al momento de practicar esta actividad le permite corregir la postura, mejora la apariencia física adquiere firmeza y optimiza la masa muscular desarrollando las capacidades básicas como las fuerza, equilibrio, flexibilidad, velocidad y resistencia lograr mantenerlas es fundamental. (Gaceta, 2010), p 15,4.

Las actividades que les planteamos son recogidas con gran rapidez y llevadas a la práctica, lo que quiere decir que pueden mejorar su capacidad física y sus habilidades motoras irían en conformidad.

La natación es un deporte que se podría efectuar de forma individual o grupal implementando los cuatro estilos según el orden establecido que debe cursar. (Pablo, 2012)

La natación es uno de los deportes más completos; en las cual la participación sería igual, desde el inicio las actitudes deben ser positivas para un buen desempeño en esta actividad académica que enriquece conocimientos y define el estilo que dominaría cada niño y niña.

Los primeros ejercicios se deben realizar en el hogar desde el nacimiento, el mejor método es iniciar la enseñanza jugando con él bebe convirtiéndose en

momento de alegría y goce, pueden aprovecharse para acostumbrarse a sumergir la cabeza sin temor.

Para que el niño se sienta seguro en la piscina es necesario que se traslade de un lugar a otro con ayuda de un compañero y ayudándose de los bordes laterales a través de impulsos desde del filo y dejarse llevar por el agua boca arriba.

La natación se encuentra dentro del bloque de "Movimientos Naturales", y sus destrezas por años son las siguientes:

Cuadro 1 DESTREZAS A DESARROLLAR EN NIÑOS DE 10 A 12 AÑOS

SEXTO AÑO DE EGB	– Jugar y nadar con técnicas para movimientos de piernas, brazos, respiración en diferentes espacios acuáticos, y compartir sus experiencias de aprendizaje. – Aplicar los fundamentos técnicos básicos de sumersión, respiración y sincronización de movimiento de piernas, como medio preventivo de supervivencia en el medio acuático. – Practicar diferentes saltos para ingresar al agua.
SÉPTIMO AÑO DE EGB	– Demostrar las diferentes posibilidades de ingresar al agua y ejecutar saltos y clavados. – Aplicar los fundamentos técnicos básicos del estilo crol o libre.
OCTAVO AÑO DE EGB	– Comprender y practicar las técnicas de natación de los estilos crol y espalda, mediante la utilización de juegos

7.1.1 JUEGOS EN EL AGUA

Al agua patos

Los jugadores se ponen en fila, unos frente a otros, dentro del agua, que no debe sobrepasar la cintura. Se cogen de las manos formando un puente; si son tres jugadores a cada lado, tendremos un puente formado por los seis brazos. Sobre los brazos se echará otro jugador. Los del puente balancean los brazos tomando impulso a la voz de "al agua" intentan tirar a su compañero todo lo lejos que puedan.

Pingüinos en el agua

Todos los jugadores (uno por grupo) se meten en la piscina en la zona que les cubra hasta la cintura. Se preparan en la salida con una pelota entre las rodillas.

Cuando todos digan Ya, comienza la carrera, que consiste en llegar a la meta andando con la pelota entre las rodillas. Si algún jugador pierde la pelota por el camino volverá a la salida y comenzará de nuevo.

7.1.2 APRENDIENDO A SUMERGIRSE

Estos dos ejercicios deben aprenderse por etapas inclinarse en el agua desde el primer peldaño de la piscina extiende los brazos y mantiene la cabeza baja, tratar de introducirse en el agua cortando la superficie con los brazos extendidos ante la cabeza.

7.1.3 APRENDIENDO A ZAMBULLIRSE Y BUCEAR

Se hace uso de esta entrada en competiciones y concursos de natación se ocupara el puesto al borde la piscina en posición de salida donde el agua se honda; retirar uno de los pies hacia atrás extiende los brazos y baja la cabeza y lanzar al agua mas no la posición mal caer de estómago o planos al agua y no chapotear en el agua y no mover los pies en el aire bucear hasta unos 60 centímetros girar la cabeza hacia un lado para respirar y empezar a nadar con fuerza (Amateurs, 1976).

7.1.4 LA SALIDA

Cuando el participante se halla esperado para participar en una competencia debe estar completamente relajado.

Debe mantenerse próximo al punto de salida.

Cuando el técnico se lo indique ocupará su puesto o el puesto que se le asignado sin interferir en el movimiento de los demás participantes cuando todos los participantes se hayan instalado y colocado en posición de salida el técnico dará la señal (disparo, silbato o de manera verbal).

En caso de que la salida no se haya efectuado correctamente, el técnico llamara a los participantes y la salida se repetirá.

Si nuevamente la salida es incorrecta, los participantes serán nuevamente llamados y amonestados.

Antes de efectuarse la tercera salida el técnico puede descalificar al participante que incurrió en falta, aun cuando no lo fuera en la primera salida defectuosa.

Así esperaran la hora correcta y precisa que el técnico ejecuta para la salida en el momento de demostrar quién puede realizar correctamente la natación. (Amateurs, 1976)

Según el autor A. Hernández - Natación: El término "**crol**" proviene de la palabra inglesa "crawl", que significa "reptar". Este estilo se origina en Australia simulando la técnica de nado de los nativos **John Arthur Trudgen** 1870 es el estilo más popular y el primero en enseñar siendo el más rápido gracias a su acción de brazos que proporciona una continua propulsión, es donde nuestra motricidad gruesa y fina se desarrollara completamente ya que va acompañada conjuntamente en el braceo alternado y el pateo es alternativo también haciendo uso de sus órganos de los sentidos. (Freire, 2009)

SEGUN EL AUTOR A. Hernández - Natación: El estilo "**espalda"** se diferencia en la posición del cuerpo en el agua, manteniéndose siempre en posición boca arriba se dice comúnmente que se parece bastante al crol **(Counsilman lo llama crol de espalda en su libro "La natación, ciencia y técnica de la preparación de campeones)** el batido tiene dos fases una ascendente y otra descendente con la adecuada fracción de los brazos desarrolla su sentido de distancia ya que no puede ver su punto de llegada. (Revelo J, 2005)

SEGUN EL AUTOR A. Hernández - Natación: El estilo de **braza** o braza de pecho es el más antiguo de los estilos de natación asociado al nado de la rana, se asemeja a varios factores hidrodinámicos que lo convierten en un estilo muy lento; los niños y niñas ya sea por instinto o por necesidad de trasladarse con un movimiento más común de los brazos hacia delante y el impulso de las piernas van avanzando con mayor rapidez insistiendo en que el nadador de este estilo se apoye en el agua y no luche contra ella cuando la espalda no toca el agua mientras que el pecho sí. (Freire, 2009)

SEGUN EL AUTOR A. Hernández - Natación: El estilo "**mariposa"** era una variante del estilo de braza hasta 1952. El movimiento de los brazos es alternado y que están al mismo tiempo fuera del agua, considerado como el estilo más hermoso, pero a su vez el más agotador, perfeccionista y el más rápido. Precisando una mayor fuerza en la disciplina de la natación en su forma ondulatoria que proyecta todo su cuerpo simulándose a un delfín dando un efecto visual de quienes observamos. (Flor I, 2005)

7.1.5 BRAZA

El cuerpo se mantendrá sobre el pecho y los dos hombros nivelados con la superficie del agua.

Todos los movimientos de piernas y brazos serán simultáneos y en el mismo plano horizontal, sin alteración alguna de los movimientos.

Las manos cortaran el agua desde el pecho, llevándose hacia atrás y de vuelta a la posición inicial, sobre o bajo el agua.

En el movimiento de piernas los pies deben girarse hacia afuera con el movimiento de retroceso, no se permite el latigazo del estilo mariposa.

Al girar, así como al terminar la carrera, el toque sobre la pared de la piscina se efectuará con las dos manos simultáneamente y al mismo nivel, sea sobre, bajo o a nivel del agua.

Parte de la cabeza estará sobre el nivel del agua excepto hacia la salida, y al efectuar el giro cuando el participante puede dar una brazada y dos movimientos de piernas sumergido.

El participante puede dar una brazada para ayudarse a subir a la superficie.

Se considera una brazada al movimiento completo o parcial de brazos o piernas. Desde el movimiento en que el participante inicia la carrera o gira, e inicia el segundo movimiento de brazos y piernas, tendrá la cabeza fuera del agua. (Amateurs, 1976)

Aplicar cada uno de estas reglas dará mejores resultados la constancia el empeño y el desenvolvimiento de cada uno de los practicantes al realizar este ejercicio perfeccionándole para poder ponerlo en ejecución en el ámbito laboral académico o deportivo.

7.1.6 MARIPOSA

Las reglas para las competiciones estilo “mariposa” son similares a las establecidas para el estilo “braza” excepto en cuanto a la salida del brazo, que debe efectuarse en conjunto, y todos los movimientos de piernas y pies se efectuaran de forma simétrica y simultánea. Se permite el movimiento simultáneo de subir y bajar las piernas en plano vertical. Al empezar y al

girar se concede al participante un movimiento de brazos y dos de piernas antes de salir a la superficie la cabeza. (Amateurs, 1976)

Todos los participantes deben seguir el proceso desde el inicio hasta el final para mejor cada uno de los estilos como todos se conllevan de la mano va uno tras otro así que al final decide cual va a perfeccionar y lo va hacer su estilo preferido.

7.1.7 ESTILO DE ESPALDA

Los participantes se colocarán en el agua mirando hacia la salida, apoyando las manos sobre la barra que hay al borde de la piscina. Los pies, incluso los dedos, estarán sumergidos. Está totalmente prohibido ponerse de pie sobre desagües o cañerías.

Al darse la señal, así como al efectuar el giro, presionaran sobre la pared y mandaran sobre la espalda hasta terminar la carrera.

El competidor que abandone su posición su pina antes de que la cabeza, antebrazo o mano haya tocado la pared de la piscina, al girar o terminar la carrera, queda totalmente descalificado. (Amateurs, 1976)

Se debe seguir cada uno de los lineamientos para la correcta ejecución de este estilo para poder competir sin impedimentos y así concluir con el nado.

7.1.8 ESTILO LIBRE

El participante puede iniciar la competencia lanzándose al agua, saltando dentro de la piscina, sujetándose a la barra o cualquier otro lugar. El participante puede nadar en cualquier estilo que desee y las reglas establecidas para otros estilos, braza, mariposa, etc. Aquí no rigen al girar o terminar la carrera el participante puede tocar la pared de la piscina con cualquier parte del cuerpo. (Amateurs, 1976)

7.2 ESTRATEGIAS: ACCIÓN DE BRAZOS: FASE ACUÁTICA O TRACCIÓN

ENTRADA

- La mano entra en el agua entre el hombro y la línea media del centro del cuerpo.
- La mano entra más allá de la cabeza.
- La mano entra con la palma girada parcialmente hacia fuera.
- La mano entra con el codo alto y algo flexionado.
- La muñeca se mantiene unos grados flexionados desde la línea del antebrazo.
- Orden de entrada en el agua: dedos, muñeca, antebrazo, codo y brazo.
- La palma de la mano mira hacia abajo y afuera, para facilitar una entrada limpia del brazo.

AGARRE

- Es la preparación a la tracción en la que la mano se coloca en mejor posición para una buena propulsión.

- Se hace en primer lugar con la mano, después con la muñeca y luego con el brazo, como si se estuviese bordeando un barril.
- La trayectoria de la mano es fundamentalmente hacia abajo.
- El codo más alto que la mano.

TIRÓN

- Es la fase más propulsiva.
- Durante el tirón se flexiona el brazo hasta casi 90º.
- El tirón se hace hacia atrás y hacia la cadera opuesta a esa mano.
- La máxima flexión se hace cuando la mano está debajo del hombro.
- Durante el tirón mantener el codo alto.
- Mantener los dedos cerrados, con la palma mirando hacia atrás y la muñeca firme.
- Fraccionar con incremento de la velocidad.

EMPUJE

- El brazo comienza su extensión.
- La dirección de la mano es hacia fuera y arriba, siendo el final hacia fuera, arriba y atrás.
- La mano alcanza la máxima aceleración.
- La mano sale del agua con la palma dirigida hacia el muslo.
- El empuje se efectúa debajo de las caderas.

ACCIÓN DE BRAZOS: FASE AÉREA O RECOBRO

El recobro comienza cuando la mano está dentro del agua. Debido al movimiento, el hombro es lo primero que sale del agua, luego y debido a la flexión del brazo sale el codo, a continuación, el antebrazo y, por último, la mano.

POSICIÓN DEL CUERPO

Será aquella que permita al nadador efectuar movimientos propulsivos y disminuir las fuerzas de resistencia al avance.

- Romper la superficie del agua con la frente.
- Mirar hacia abajo y un poco hacia adelante.
- Mantener las caderas altas.
- Efectuarlos giros laterales, sobre el eje longitudinal.

LA RESPIRACIÓN

- Inspirar por ambos lados.
- Mirar como ambas manos entran en el agua.
- Inspirar cuando la mano del lado por el que se inspira complete el empuje.
- Inspirar por la boca.
- Girar la cara lateralmente y respirar.
- Mientras respiras, trata de mantener un ojo, una oreja y la mitad de la boca en el agua.
- Espirar cuando la cara está sumergida.
- Espirar por la boca y nariz.

LA COORDINACIÓN

Existen tres tipos de versiones del estilo de crol, que son las siguientes:

A. Ángulo correcto (90º). Este tipo de coordinación es la más usada. Cuando un brazo entra, el brazo opuesto está a mitad del recorrido.

B. Ángulo de 45º. Antes de que el brazo del tirón alcance la posición adecuada mostrada en la ilustración A. Este tipo de coordinación usada generalmente por nadadores con buena flotación, una acción fuerte de piernas y un biotipo que le permita al nadador un buen deslizamiento por el agua

ACCIÓN DE PIERNAS

- La patada se inicia desde la cadera (movimiento de látigo).
- Las rodillas permanecen casi estiradas.
- Las piernas permanecerán cerradas y juntas.
- Batir continuamente arriba y abajo.
- Girar los tobillos hacia dentro.
- Flexionar las piernas en la parte más alta del batido.
- La pierna se estira progresivamente hasta alcanzarla máxima extensión en el punto más bajo del batido.
- Cuando el batido es hacia abajo, los empeines presionan el agua.
- Los pies deben permanecer en extensión, sueltos y relajados. Es importante una buena flexibilidad del tobillo.
- Los pies se mantienen ligeramente hacia adentro y próximos, mientras los talones permanecen más separados.
- Los pies no deben de salir fuera del agua.

En estos estilos hay un inicio y un final donde los niños y niñas empiezan con lo básico apareciendo dificultades en el aprendizaje de cada estilo de nado, dando flexibilidad, fuerza, velocidad y resistencia en el estado físico a través de la práctica de estas habilidades se propicia un mejor equilibrio de los estudiantes. (Fierro, 2004)

Para demostrar el trabajo en el área de Educación Física presento una Unidad Didáctica de natación llevada a cabo en una piscina con altos resultados de aprendizaje por parte de los estudiantes.

Un proceso metodológico para que el grupo de estudiantes rindan buenos resultados en los aprendizajes en la natación.

7.3 DESCRIPCIÓN Y CARACTERÍSTICAS DEL GRUPO

Se trata de un grupo de 20 niños de 10 a 12 años, de nivel básico, sin experiencia en piscina.

Las características que se establecen en este grupo, es la salida del medio familiar para ingresar en la escolaridad sin ninguna sucesión de enseñanza ni estimulación hacia la natación teniendo experiencias en ambientes diferentes, estas circunstancias van a ser más significativas en el proceso del aprendizaje en esta disciplina.

En efecto, este paso ayudaría a la progresión del niño y niña obteniendo mayores ventajas en sus habilidades motoras, cognitivas cumpliendo con las instrucciones que se han planteado desarrollar en la disciplina donde va a ganar el perfeccionamiento de los estilos y técnicas de la natación.

En los niños predomina el respeto por las reglas que se les imparte, prestan bastante atención y suelen ser respetuosos a la hora de realizar los ejercicios.

Cuando ya los niños y niñas cambian de ambiente dan un paso a la interrelación con su medio y a las actividades en sus diferentes áreas; a la independencia de adaptarse a lo nuevo, dando prioridades a lo que se les proponga realizar en la disciplina de la natación ya que su intelecto acoge y acopla a su diario vivir, tomando posesión de lo adquirido.

7.4 METODOLOGÍA

En este caso utilizamos el método del mando directo, en la cual los instructores adoptan una posición visible, precisa y eficaz para el grupo estableciendo técnicas prioritarias para el mejoramiento de esta disciplina el principiante va a repetir, una y otra vez, las instrucciones que el docente le transmite, donde son efectuados o demostrados por los instructores utilizando la voz con firmeza, así como también un de sistema de señales, que regulan y guían la actuación de los estudiantes promoviendo la manifestación de experiencias en cada uno de los niños y niñas que van a ejecutar esta orden y luego procedemos a la corrección de errores. (Franco Pedro, 1980,1992)

HABILIDADES MOTORAS

Definición: "Es considerado como un transcurso continuo y secuencial que concierne al desarrollo motriz que son adquiridas en el proceso de desarrollo del ser humano". (LeBoulch, 2000, P. 123). Estas habilidades son adquiridas a través de los movimientos los cuales se dan de una forma desordenada y simple, pero que en el proceso de desarrollo motriz estas se tornan en organizadas y con más complejidad.

"El desarrollo motriz se encuentra relacionado a la variedad de factores, elementos u objetos que se encuentran en el entorno que lo rodea" (Gassier, 2000, p, 98). La influencia biológica que tenga el niño de sus padres o la maduración que este desarrolle interviene en muchas ocasiones para el desarrollo motor, al igual que el ambiente y las oportunidades para realizar variados movimientos al querer alcanzar un juguete, el patio de la casa, entre otros.

"Este desarrollo motriz es producido por el cambio del desarrollo humano, el cual se da a través de un proceso de conciliación entre el organismo de la persona con el medio" (Ruiz, 2003, p. 18). De esta manera se sobreentiende que el desarrollo motor es reflejado o se expresa a través de la interacción de la conducta desarrollada por el organismo humano, interviniendo de esta manera el aprendizaje y movimientos motores.

Factores de desarrollo de las Habilidades Motoras:

Según Ficher, (2000) existen diversos aspectos o factores que intervienen para que se dé el proceso de desarrollo motriz desde la infancia los mismos que son: "maduración, crecimiento, ambiente, desarrollo, y adaptación" (p. 97). Para un mejor apoyo en la práctica psicomotriz se hace un acercamiento de cada factor en esta parte del proceso investigativo.

Las habilidades motoras se desarrollan con un proceso sistematizado de enseñanza – aprendizaje, para evitar vacíos y descompensaciones en el desarrollo integral, cognoscitivo e intelectual de los niñas y niñas los instructores deben poner limitaciones a los movimientos de los infantes para que en la preparación acuática tengan concentración en lo que se va a realizar. (Bañuelos, 2003)

Estas habilidades deben ser desarrolladas para una buena práctica en los diferentes deportes y más en la disciplina que vamos a enseñar que es la natación mediante la experimentación de su cuerpo y los sentidos incrementa la capacidad coordinación en lo que hace.

DESARROLLO DE LOS MOVIMIENTOS

Los ejercicios en la piscina ayudan al desarrollo de los movimientos del cuerpo que posteriormente serán una base para sentarse, gatear y caminar, requiriéndose de la coordinación motriz para mantener el equilibrio y fortalecer su estructura ósea; mientras que el nadar da una postura adecuada debido al movimiento de cadera; estableciendo un refuerzo en la espalda para mantener un buen equilibrio y el control de las extremidades superiores. (Bañuelos, 2003)

El docente de educación física o en instructor tienen una cierta dificulta al ver que sus estudiantes no dominan las habilidades motrices para eso debe analizar cada ejercicio motriz o terapias para las progresiones pertinentes y facilitar el aprendizaje de los niños y niñas.

El niño necesita aprendizaje respecto al movimiento, con las cuales funcionara de una manera significativa en su mundo real; el joven necesita desarrollar sus capacidades de movimientos lo que le ayudara a llegar a ser un adulto con plena capacidad funcional, el adulto necesita realizar actividades motrices que le permitan una continua auto actualización y una integración individuo ambiente más completa.

Estos ejercicios físicos deben satisfacer a todas las personas en moverse con el propósito de trabajo emplazamiento y gusto por el movimiento en danza nado o cualquier otro deporte.

CLASIFICACIÓN DE LAS HABILIDADES MOTORAS

Las habilidades propuestas "Aprendizaje Motor, Maduración y Crecimiento". Especifica en cuatro grupos con una correspondencia interdependiente entre ellas, manteniendo un enfoque personal en cuanto al tipo de habilidades o de conductas motoras (Ruiz Peres, 1997), p 56.

LAS HABILIDADES MOTORAS RUDIMENTARIAS

La independencia del ser humano, en relación del cual se encuentra rodeado incluyendo a las personas de los diferentes contextos, fundamentalmente analizando desde los desplazamientos y a los movimientos más habituales; en este espacio la motricidad ejercida a través de la mano desarrolla actividades como: tomar, soltar, empujar, arrojar, torcer, incrementando la conducta independiente del cuerpo que acompaña al movimiento.

LAS HABILIDADES MOTORAS BÁSICAS Y GENERALES

Son habilidades amplias, ordinarias, comunes a varios sujetos y que sirven de cimiento para el aprendizaje posterior de nuevas habilidades más complejas, las formas de desplazamiento cíclico como marchar, correr, galopar, además se establecen las conductas manipulativas como arrojar, hacer girar, driblear o virar un objeto, recolectar objetos, y todas las rudimentarias como tomar, soltar, empujar, arrojar, torcer, con un nivel de realización menos elemental (Oña Sicilia, 1999).

HABILIDADES MOTORAS ESPECÍFICAS Y COMPUESTAS

No difirieren substancialmente en cuanto al tipo de habilidades que la componen; la discrepancia se da porque son ejecutadas las habilidades con la posibilidad de utilizarlas efectivamente en situaciones de juego, y por la eventualidad de realizar las habilidades en forma conectadas o combinadas. (Granda, 2001), p 89.

HABILIDADES MOTORAS ESPECIALIZADAS Y COMPLEJAS

Se relacionan con la aplicación de las formas de movimientos en distintos ámbitos, remite hacia las actividades que los vinculan, encontrándose las técnicas deportivas, enlazadas con sus propios elementos y técnicas, al modo más eficiente de realizar una acción, reconocen a los requerimientos de las disciplinas (Vanzan, 2003).

La natación aporta en el desarrollo de los músculos, el equilibrio, el control y la coordinación de movimientos finos y gruesos, incrementando la seguridad al momento de progresar en el desarrollo de habilidades motoras finas que permiten la ejecución de tareas cruciales como alcanzar, pellizcar y mover objetos, y emplear herramientas como carboncillos, crayones, lápices de colores, e inclusive la utilización de tijeras, señalando que el movimiento de las manos, la muñeca, el brazo y el antebrazo promueve la coordinación entre manos y ojos.

La natación, constituyéndose en parte de la diversión para el progreso y desarrollo de las habilidades.

CARACTERÍSTICAS DEL DESARROLLO DE HABILIDADES MOTORAS

El ser humano mediante la natación mejora las habilidades motoras, consiguiendo el mejoramiento de la coordinación, el equilibrio y el conocimiento del espacio, aprovechándose para la condición cardiovascular, mejoran la resistencia, lo que aumenta la fuerza debido a los ejercicios musculares, beneficiando el temprano desarrollo de habilidades psicomotrices especialmente en infantes al momento del gateo y el caminar.

8 SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

8.1 SEGUIMIENTO A LAS ACTIVIDADES DEL PROYECTO

8.1.1 Elaboración del proyecto

Este proyecto está dirigido a todas las personas que están inmersas en el bello arte de enseñar a nadar, la enseñanza de la actividad físico-deportiva en el campo educativo, se caracteriza por ser participativa ya que logra la solución del problema en forma inmediata.

Los estudiantes que estamos implementando el proyecto de intervención somos los responsables directos de la enseñanza aprendizaje de la natación, el mantenimiento de la propuesta por parte de los directivos de la Unidad educativa sería con la finalidad de que los niños y las niñas que ahí se educan logren desarrollar en su institución niveles básicos del deporte de la natación no únicamente en los niños de 10 a12 años, sino en todos los estudiantes que allí se educan.

Lo que normalmente sucede en nuestra ciudad, es que la natación se limita a su realización durante el curso escolar, no existe motivación por parte de los directivos y profesores de las instituciones educativas, además las estrategias

implementadas para el aprendizaje de este deporte son limitadas, por lo que los estudiantes no desarrollan las capacidades físicas para su posible futura vida deportiva, y es allí donde les ayudamos a mejorar las habilidades motoras, en base a estrategias metodológicas y actividades acordes con la edad escolar de los niños, fundamentalmente basándonos en juegos recreativos y la técnica del estilo libre.

Debemos recordar que los niños y niñas descubren el agua a través de formas naturales y espontáneas, por esta razón la presente investigación está encaminada a ofrecer respuestas válidas.

Cuadro 2 MATRIZ DE EVIDENCIAS DEL PROYECTO DE INTERVENCIÓN

	RESULTADOS EX - ANTE	**ESTRATEGIAS DE CAMBIO**	**RESULTADOS EX - POST**	**IMPACTO**
VARIABLE INDEPENDIENTE	No aplicación de técnicas metodológicas para la enseñanza de la natación	acción de brazos: fase acuática o tracción entrada	Movimiento adecuado de brazos	Aprendizaje de estilo libre de acuerdo a la técnica aplicada Mejoramiento y aplicación del estilo libre en la natación de los 20 estudiantes motivo del proyecto de intervención
		Agarre, tirón, empuje	reciclaje realizado de manera coordinada	
		Posición del cuerpo, respiración, coordinación	Cuerpo flota al nivel de la piscina en coordinación con la respiración	
		Acción de piernas	Patada ejecutada de acuerdo a la técnica	
VARIABLE DEPENDIENTE	Habilidades Motoras	aplicación de las formas de movimientos en distintos ámbitos, hacia las actividades que los vinculan, encontrándose entre ellas las técnicas deportivas,	"Aprendizaje Motor, Maduración y Crecimiento".	correspondencia interdependiente entre ellas,

Observaciones……
……
…….

Nadar ¿Por qué? Y ¿Para qué?

La natación es una disciplina deportiva y recreativa que debe practicar en edades tempranas, esta favorece al ser humano a mantener su sistema cardiovascular saludable a base de ejercicios correctos en esta disciplina para el desarrollo integral de cada uno de los niños y niñas de la institución.

- El agua es el mejor medio para adiestrar la respiración en forma alternada.
- La presión sanguínea en el agua es más saludable.
- Los riesgos y lesiones son considerablemente bajos.
- Se trabaja en forma coordinada todas las partes del cuerpo.
- La natación es una disciplina completa donde se trabaja toda la masa muscular.
- La edad no impide el aprendizaje.

NORMAS DE SEGURIDAD

El agua tiene que estar en perfectas condiciones higiénicas.
Venir siempre asistido, con una persona mayor nunca solo.
Preguntar el nivel de profundidad de la piscina, rio para ingresar.
No jugar bruscamente y empujarse, ni realizar entradas violentas como saltos zambullidas.

Etapas de enseñanza aprendizaje de natación

Como estudiantes egresados en el área de Educación Física utilizaremos el método del mando directo donde explicaremos a los niños y niñas para que capten de manera fácil las instrucciones a desarrollarse y a continuación los niños y niñas ejecutan las tareas varias veces de acuerdo a la indicación emitiendo la voz ejecutiva y final dirigiéndome a todos los niños y niñas.

Esta investigación está dirigida a los niños y niñas, que desean aprender y desarrollar las cualidades acuáticas, con nuestro trabajo investigativo se pretendió dar un instrumento metodológico teórico y práctico que facilite una formación de manera adecuada y eficaz haciendo énfasis al desarrollo, habilidades motoras con una planificación como instrumento didáctico para la adquisición de destrezas y habilidades técnica, táctica de una manera adecuada.

Este proyecto logró el desarrollo de habilidades motoras basándose en los métodos y técnicas específicas de la natación, realizada la evaluación se pudo evidenciar que los estudiantes motivo de la intervención consolidaron su aprendizaje dentro del agua tomando en consideración que la institución está ubicada en el sector rural del Cantón Guaranda y en donde nos planteamos como objetivo fundamental Implementar técnicas metodológicas de natación para el desarrollo de las habilidades motoras en niños y niñas de 10 a 12 años de la escuela Marcos Lautaro Durango del sector Las Cochas, Parroquia Guanujo, Cantón Guaranda, Periodo Lectivo 2017

Tiempo

Es muy primordial para la ejecución de cada una de las actividades dependiendo de la afinidad del ejercicio o juego.

Materiales para la práctica de la natación

Es indispensable que todos los niños y niñas utilicen vestimenta apropiada como gorro, gafas, terno de baño, flotadores tubulares, tablas, etc.

Para la práctica de la natación, por comodidad y seguridad precautelando la salud y prevenir posibles infecciones urinarias cada uno de los niños y niñas.

Actividades que se realizó

Presentación de los instructores y de cada uno los niños y niñas, con sus nombres, para conocernos, tener amistad y dominio del grupo.

Se les informa las ventajas y desventajas de estar en la piscina, y se les indica las instalaciones del **CENTRO TURÍSTICO LAGO LAS COCHAS.**
El tipo de vestimenta que deben utilizar para ingresar a la piscina.

En forma ordenada se les envía a los vestidores para que procedan a cambiarse.

Formados uno al lado del otro se procede a realizar calentamiento y se les da las indicaciones respectivas de no empujarse ser disciplinados entre compañeros e instructores.

En la piscina se les hace sentar al borde para que estén seguros de lo que van a realizar, levantar agua en forma alternada, unidas las piernas.

Se dan media vuelta despacio y con la barriga en el borde de la piscina empiezan a mover las piernas sin sacar agua.

Ingresaran a la piscina y cogidos del borde con la mano derecha caminaremos hasta que se les dé la orden, de cambio de mano izquierda y regresaremos a los puestos.

Cogidos de las manos formaremos un circulo al sonar el pito nos soltamos las manos y nos damos una vuela y nos cogemos las manos nuevamente.

Con las manos sueltas caminaremos por la piscina.

Al pito mojarse la cabeza y la cara

Cogidos de las manos meter la cabeza al agua.

Cuadro 3 ELABORACIÓN DE PLANIFICACIÓN MICROCURRICULAR SEMANAL DE CLASES

<table>
<tr><td></td><td colspan="4">UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR</td><td colspan="2">PERIODO: 2017-2018</td></tr>
<tr><td colspan="5">PLAN MICROCURRICULAR POR EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE PARA GENERAL BÁSICA MEDIA</td><td>No DE BLOQUE</td><td>4</td></tr>
<tr><td colspan="7">1. DATOS INFORMATIVOS</td></tr>
<tr><td rowspan="2">ESTUDIANTE - DOCENTE:</td><td rowspan="2">ÁREA/ASIGNATURA</td><td rowspan="2">AÑO/CURSO/NIVEL</td><td colspan="2">TIEMPO</td><td colspan="2">DURACIÓN</td></tr>
<tr><td>SEMANAS</td><td>PERIODOS</td><td>INICIO</td><td>FINAL</td></tr>
<tr><td>Pedro Allan
Alex Quintana</td><td>PROYECTO DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA</td><td>TITULACIÓN</td><td>4</td><td>5</td><td>02/10/2017</td><td>07/10/2017</td></tr>
<tr><td colspan="7">2. PRECISIONES PARA LA ENSEÑANZA Y EL APRENDIZAJE</td></tr>
<tr><td>Eje curricular integrador</td><td colspan="3">EJE DE APRENDIZAJE/MACRODESTREZA</td><td colspan="3">EJE TRANSVERSAL/INSTITUCIONAL</td></tr>
<tr><td>Participar en diferentes prácticas deportivas de manera segura cuidando de sí mismo y sus pares. Identificando las demandas (elásticas, flexibilidad, motoras, entre otras) planteadas por cada una de ellas para mejorar el desempeño y alcanzar el objetivo de la misma.</td><td colspan="3">Habilidades para la natación y motora básica y especifica.</td><td colspan="3">Reconocer la condición física de partida (capacidades coordinativas y condicionales: flexibilidad, velocidad, resistencia y fuerza) y mejorarla de manera segura y saludable en relación a las demandas y objetivos que presentan las diferentes prácticas deportivas corporales.</td></tr>
<tr><td>TÍTULO DEL BLOQUE/MÓDULO:</td><td colspan="6">OBJETIVO DEL BLOQUE/MÓDULO</td></tr>
<tr><td>Técnicas metodológicas de la natación y desarrollo de las habilidades motoras.</td><td colspan="6">• Realizar los ejercicios en forma ordenada y disciplinada
• Reconocer la influencia de sus experiencias previas en su dominio motor y trabajar para alcanzar el mejor rendimiento posible en relación con la práctica corporal que elijan.
• Participar de modo seguro en prácticas deportivas estableciendo acuerdos en desarrollo lúdico, expresivo- comunicativas que favorecen el desarrollo integral de habilidades y destrezas motrices y capacidades motoras.</td></tr>
<tr><td>ESTÁNDAR DE APRENDIZAJE</td><td>DOMINIO A</td><td colspan="5">Ambientación y familiarización en el agua.</td></tr>
</table>

	DOMINIO B	Dominio de los fundamentos básicos relacionado a la práctica deportiva de la natación y desarrollo motor.
	DOMINIO C	Incremento progresivo de las capacidades físicas básicas y específicas.

DESTREZA CON CRITERIO DE DESEMPEÑO	**ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**	**RECURSOS**	**EVALUACIÓN**	
			INDICADORES ESENCIALES DE EVALUACIÓN	**TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN**
Caminar en el contorno de la piscina: Con las dos manos se da un recorrido a ella, sin sobrepasar las partes en donde hay más Profundidad. Este paso permite que se sumerjan en el agua perdiéndole el miedo mientras se avanza en las demás actividades. Sentarse en la piscina: No importa la edad de los niños y niñas que participen en la experiencia, se precisa la familiarización de ellos con el agua sentándose en el extremo de la misma para "no tenerle miedo. Mover los pies: Agitarlos en el agua, chapoteando mientras se juega con los pies, dando patadas en el agua para sentir el placer de tocarla. Darse la vuelta: Esta posición permitirá que los niños y niñas puedan introducirse en la piscina hasta una altura adecuada sin que se caigan o se resbale.	Método de mando directo por quien ejecuta el ejercicio Explicación Preparación Ejecución Corrección	Piscina Pito Cronometro	Participa en juegos socializados, reglados, cooperando con los compañeros/as. Combina las habilidades motoras básicas y sus aplicaciones en juegos. Reconoce, demuestra y aplica los fundamentos básicos y técnicos de la natación. Demuestra flexibilidad corporal en la ejecución de las distintas actividades. Flota en el agua en un mismo espacio sin desplazamiento con técnica específica, pero puede acceder a la orilla o borde.	TÉCNICA: Observación INSTRUMENTO: Los niños realizaron los ejercicios con disciplina y responsabilidad.

3. Adaptaciones curriculares	
Especificación de la necesidad educativa atendida	**Especificación de la adaptación aplicada**

4. BIBLIOGRAFÍA/WEBGRAFÍA: Utilizar normas APA correspondientes.	5. OBSERVACIONES:
Chavez, S. G. (25 de julio de 2011). Repositorio. Espe. Edu.ec. Recuperado el 10 de abril de 2016, de Repositorio. Espe. Edu,ec: http://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/4278/1/T-ESPE-032581.pdf Ministerio de Educación (2010) Libro De Actualización Y Fortalecimiento Curricular De Educación General Básica, Quito, Imprenta Don Bosco. Asamblea Nacional (2010). Ley de Educación Física Deportes y Recreación. Quito registro Oficial Nº 255. Guía Didáctica N°1. Juegos, Rondas y Canciones. CEA. 1994.	Se puede realizar también las consultas en páginas web, blogs, siteweb, learning, etc.

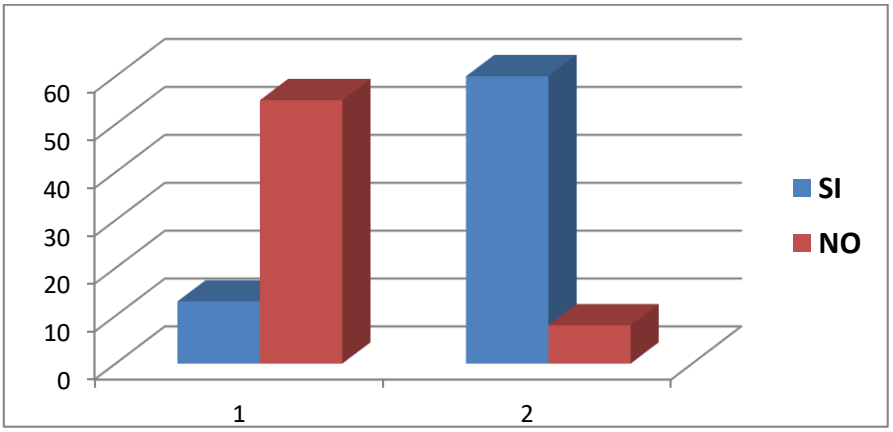
ELABORADO	REVISADO	APROBADO
ESTUDIANTE - DOCENTE: **PEDRO ALLAN** **ALEX QUINTANA**	**NOMBRE: MSC. MARCO CAMACHO ESCOBAR**	**NOMBRE: MSC. MARCO CAMACHO ESCOBAR**
FIRMA:	**FIRMA:**	**FIRMA:**
FECHA	**FECHA:**	**FECHA:**

9. EVALUACIÓN DE LOS RESULTADOS DEL PROYECTO

Tabla 1 Pregunta 1 ¿REALIZA FRECUENTEMENTE ACTIVIDAD FÍSICA?

	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES
Indicador	**F**	**F**	**%**	**%**
SI	13	60	19,12%	88,24%
NO	55	8	80,88%	11,76%
TOTAL	**68**	**68**	**100%**	**100%**

Gráfico 1

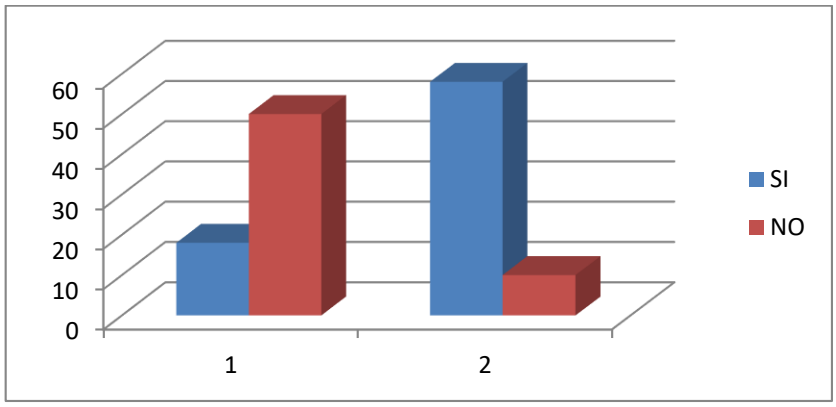


Descripción fig. 1.- Aquí se demuestra el progreso de los niños y niñas que empezamos con ejercicios básicos haciendo de rutina que le va ayudar a la agilidad de la disciplina de la natación aumentando progresivamente el aprendizaje de este deporte.

Tabla 2 Pregunta 2 ¿DESEARÍA APRENDER A NADAR?

	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES
Indicador	**F**	**F**	**%**	**%**
SI	18	58	26%	85,29%
NO	50	10	74%	14,71%
TOTAL	**68**	**68**	**100%**	**100%**

Gráfico 2

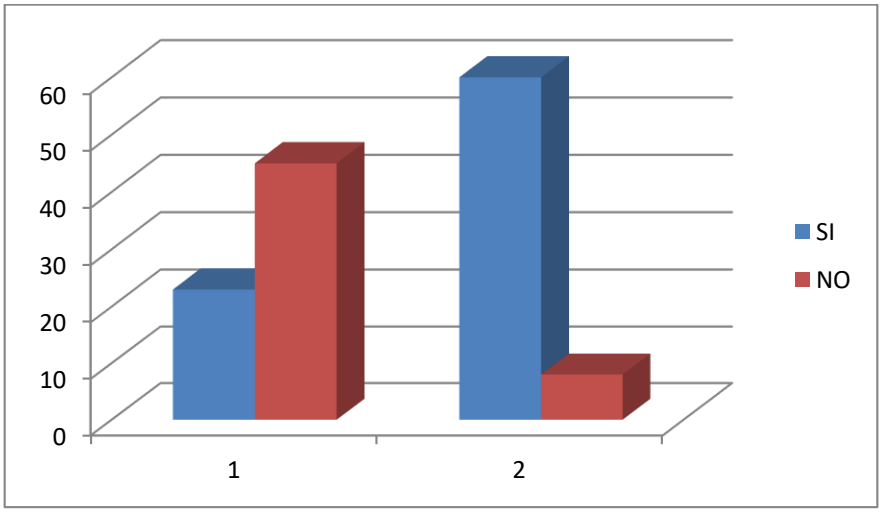


Descripción fig. 2.- El interés de cada uno de los niños y niñas en aprender este deporte como es la natación prestando atención poniendo de parte, interés y entusiasmo ya que al aprender algo nuevo aumenta su desarrollo físico y cognitivo al ser disciplinados y hacer con responsabilidad cada uno de los ejercicios que se les mandaba a realizar.

Tabla 3 Pregunta 3 ¿LE GUSTARÍA QUE SU PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA LE ENSEÑE LA DISCIPLINA DE LA NATACIÓN?

	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES
Indicador	**F**	**F**	**%**	**%**
SI	23	60	33,82%	88,24%
NO	45	8	66,18%	11,76%
TOTAL	**68**	**68**	**100%**	**100%**

Gráfico 3

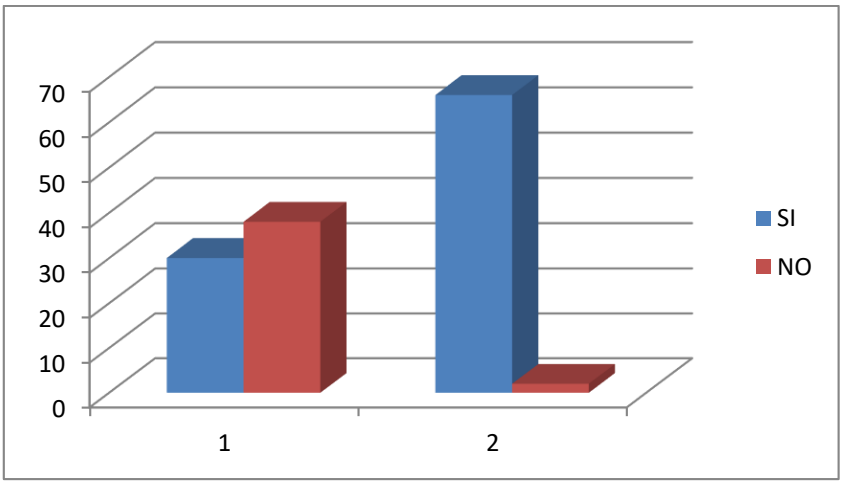


Descripción fig. 3.- Hemos implementado este proyecto en el sector de las cochas donde muchos niños y niñas han progresado en su aprendizaje de la natación por que los docentes dejan a un lado esta disciplina que ayuda a la salud, motricidad del estudiante como el profesor.

Tabla 4 Pregunta 4 ¿EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA DISCIPLINA DE NATACIÓN EL INSTRUCTOR INICIA CON ACTIVIDADES LÚDICAS Y RECREATIVAS?

	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES
Indicador	**F**	**F**	**%**	**%**
SI	30	66	44%	97,06%
NO	38	2	56%	2,94%
TOTAL	**68**	**68**	**100%**	**100%**

Gráfico 4

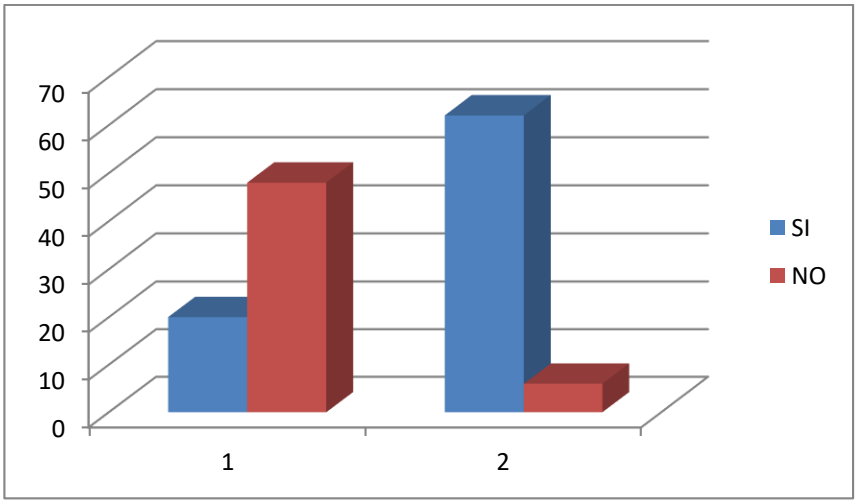


Descripción fig. 4.- En todo proceso de enseñanza- aprendizaje se debe implementar el juego ya que a través de este se interactúa el instructor y los niños dándoles más confianza y seguridad al momento de iniciar las actividades académicas, aumenta la cooperación de quienes participamos habituándonos a todo lo que nos rodea.

Tabla 5 Pregunta 5 ¿CREE USTED QUE ESTE DEPORTE LE BENEFICIA EN SUS HABILIDADES MOTORAS?

	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES
Indicador	**F**	**F**	**%**	**%**
SI	20	62	29,41%	91,18%
NO	48	6	70,59%	8,82%
TOTAL	**68**	**68**	**100%**	**100%**

Gráfico 5

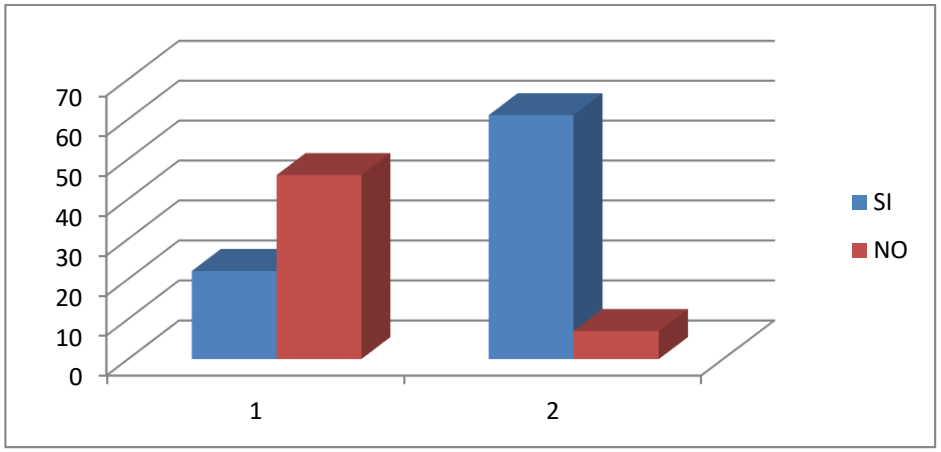


Descripción fig. 5.- A cada uno de los niños y niñas que practican este deporte beneficia en sus habilidades motoras gruesas ya que todo su cuerpo está en continuo movimiento su estructura se va haciendo más flexible, ágil, ligero y su velocidad incrementa al momento de practicar esta disciplina como es la natación.

Tabla 6 Pregunta 6 ¿DESEARÍA PARTICIPAR EN ESTE PROYECTO DE NATACIÓN QUE LE AYUDE A MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA?

	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES
Indicador	**F**	**F**	**%**	**%**
SI	22	61	32,35%	89,71%
NO	46	7	68%	10%
TOTAL	**68**	**68**	**100%**	**100%**

Gráfico 6

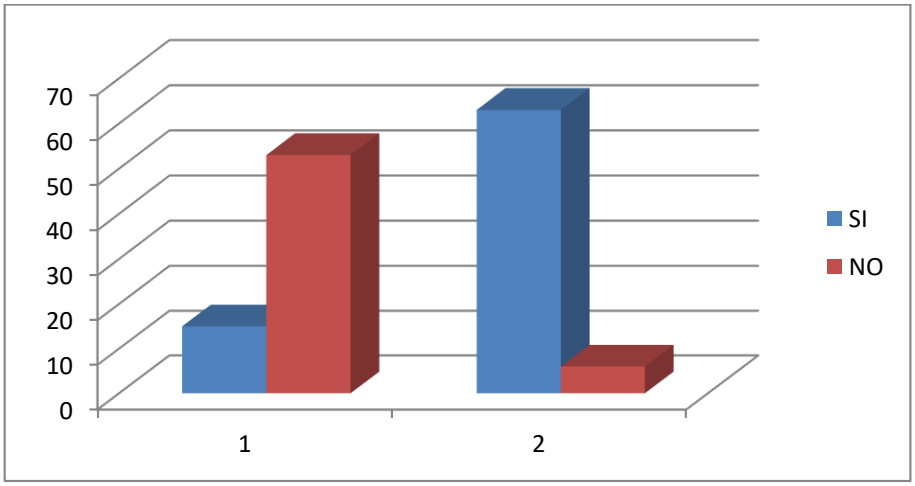


Descripción fig. 6.- En un principio por el temor aprender algo nuevo los niños y niñas su respuesta no fue favorable, pero se podría decir que el 100% de los niños y las niñas cambio su estilo de vida al realizar este deporte en su salud y estado físico al ver que va aumentando su desarrollo.

Tabla 7 Pregunta 7 ¿LE GUSTARÍA PERFECCIONAR LOS ESTILOS DE LA NATACIÓN MEDIANTE TÉCNICAS METODOLÓGICAS?

	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES
Indicador	**F**	**F**	**%**	**%**
SI	15	63	22,06%	91,30%
NO	53	6	77,94%	8,70%
TOTAL	**68**	**69**	**100%**	**100%**

Gráfico 7

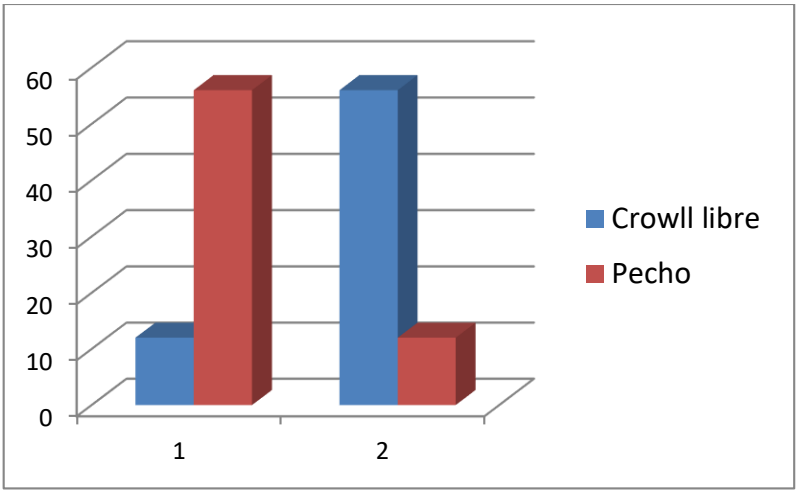


Descripción fig. 7.- El proceso que vamos a implementar es teórico y práctico ya que los instructores están debidamente preparados para seguir una guía metodológica desde lo que empieza y lo que finaliza para que cada uno de los niños y niñas deseen perfeccionar un estilo de la disciplina de la natación ya que este deporte enriquece el cuerpo y la mente.

Tabla 8 Pregunta 8 ¿CUÁL ESTILO EN LA NATACIÓN DESEA APRENDER?

	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES
Estilos	**F**	**F**	**%**	**%**
Crowll libre	**12**	**56**	17,65%	82,35%
Pecho	**56**	**12**	82,35%	17,65%
Total	**68**	**68**	**100%**	**100%**

Gráfico 8



Descripción fig. 8.- Los niños se inclinaron por el estilo de pecho, crol o libre donde su habilidad se vio al desarrollar con eficacia cada uno de los estilos que se les enseño y su destreza se afianzo en estos dos estilos donde cumplieron y aprendieron para seguir practicando.

Análisis de todas las preguntas del proyecto de intervención

Pudimos observar las cualidades y la capacidad de los niños y las niñas de cada grupo donde todos aprendieron, pero solo algunos cumplieron y llenar sus expectativas que se les expuso cumplir, todos satisfechos estudiantes, docente, director y sobre todo los instructores y el tutor al cumplir todo lo que se deseó impartir en este proyecto investigativo de las técnicas metodológicas de la natación y habilidades motoras.

10. CONCLUSIONES

1. Para desarrollar y fortalecer armónicamente las habilidades motoras de los niños en relación a la edad, es necesario fortalecer las características propias de cada individuo, utilizando como mediador y apoyo la Natación, que es uno de los deportes más completos que ha existido desde el inicio de la humanidad hasta nuestros días.

2. La utilización de estrategias de desarrollo y aplicación es de vital importancia, ya sea corrigiendo la postura, mejorando la apariencia física y optimización de la masa muscular, mismos que permitirán en los estudiantes desarrollar el equilibrio, flexibilidad, velocidad y resistencia en los estudiantes de la escuela Marcos Lautaro Durango del sector Las Cochas.

3. Los ejercicios en la piscina ayudan al desarrollo de los movimientos del cuerpo que posteriormente serán una base para sentarse, gatear y caminar, requiriéndose de la coordinación motriz para mantener el equilibrio y fortalecer su estructura ósea; mientras que el nadar da una postura adecuada debido al movimiento de cadera; estableciendo un refuerzo en la espalda para mantener un buen equilibrio y el control de las extremidades superiores.

11 RECOMENDACIONES

1. Es importante establecer en los niños, niñas seguridad, confianza para el aprendizaje adecuado en la implementación de las estrategias, con el objetivo que se sienta motivado y pueda desarrollar efectivamente las rutinas básica es las actividades de natación, futbol, básquet, otros.

2. El docente de educación física es el instructor encargado de permitir en los estudiantes destrezas, habilidades para de esta manera permitir un adecuado desarrollo las actividades en forma adecuada facilitando el aprendizaje de los niños y niñas.

3. Se requiere que los niños, niñas cuenten con docente especializado en el área, con el objetivo de realizar una coordinación motriz adecuada, manteniendo de esta manera el equilibrio y control de cada una de sus extremidades.

12 BIBLIOGRAFÍA

Albamonte, A. (11 de 06 de 1991). *Ejercicios para la tercera edad*. Recuperado el 27 de 07 de 2014, de Ejercicios para la tercera edad: http://www.meddir.net/ejercicioyeladultomayor.htm

Amateurs. (1976). *Natacion conozca el juego.* Barcelona: Aura.

Balladares, A. L. (16 de julio de 2014). *¿Que es la bailoterapia?* Recuperado el 05 de abril de 2016, de ¿Que es la bailoterapia?: http://mujer.starmedia.com/salud/ejercicios/que-bailoterapia.html

Bañuelos, S. (2003). *DIDACTICA DE LA EDUCACION FISICA Y EL DEPORTE.* MADRID-ESPAÑA: GYMNOS.

Barboza, R. &. (15 de 02 de 1987). *GeoSalud*. Recuperado el 20 de 07 de 2014, de GeoSalud: http://www.geosalud.com/adultos_mayores/ejercicio.htm

Barros, P. C. (13 de enero de 2011). *La bailterapia y su influencia en el estilo de vida de los pacientes geriatricos del centro Nueva esperanza*. Recuperado el 26 de marzo de 2016, de La bailterapia y su influencia en el estilo de vida de los pacientes geriatricos del centro Nueva esperanza: http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/1231/14/UPS-CT002003.pdf

Braith, R. y. (15 de 06 de 1994). *GeoSalud*. Recuperado el 25 de 07 de 2014, de GeoSalud: http://www.geosalud.com/adultos_mayores/ejercicio.htm

Brown PJ, K. M. (19 de 05 de 1987). *WIKIPEDIA*. Recuperado el 08 de 07 de 2014, de WIKIPEDIA.

Chavez, S. G. (25 de julio de 2011). *Repositorio. espe. edu.ec*. Recuperado el 10 de abril de 2016, de Repositorio. espe. edu,ec: http://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/4278/1/T-ESPE-032581.pdf

Constituyente, A. (20 de octubre de 2008). *CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL 2008*. Recuperado el 07 de abril de 2016, de CONSTITUCION DE LA REPUBLICA DEL 2008: http://www.pichincha.gob.ec/phocadownload/leytransparencia/literal_a/normasderegulacion/constitucion_republica_ecuador_2008.pdf

Deporte, M. d. (23 de agosto de 2011). *Programas y servicios/recreacion*. Recuperado el 2016, de Programas y servicios/recreacion: http://www.deporte.gob.ec/recreacion/

Director, C. G. (05 de Enero de 2016). *Departamento de cultura fisica*. Recuperado el 08 de abril de 2016, de Departamento de cultura fisica: http://www.ueb.edu.ec/index.php/departamentos/cultura-fisica

Fierro. (Mayo de 2004). *LA IMPORTANCIA DE LA NATACION EN LA EDUCACION DEL NIÑO*. Recuperado el 09 de Octubre de 2017, de efdeportes.com:

http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/3513/1/CD-00127%20EXAMEN%20COMPLEXIVO.pdf

Flor I, G. C. (2005). LA NATACION. En G. C. Flor I, *Manual de Educacion Fisica Deporte y Recreacion por edades* (pág. 562). Madrid- España: CULTURAL, S.A.

Franco Pedro, A. N. (1980,1992). *NATACION HABILIDADES ACUATICAS PARA TODAS LAS EDADES.* BARCELONA: HISPANOEUROPEA: SEPTIMA HERAKLES.

Freire. (Marzo de 2009). *efdeportes.com.* Recuperado el 10 de Octubre de 2017, de efdeportes.com: http://www.efdeportes.com/

Gaceta, D. L. (2010). *Entrenamiento de la Natacion.Deportes.*

Gandara C, R. J. (2005). la natacion. En R. J. Gandara C, *Manual de Educacion Fisica Deportes y Recreacion por edades* (págs. 402-479). Madrid- España: Cultural, S.A.

Gonzales. (12 de 08 de 2004). *SALUD Y VIDA*. Recuperado el 31 de 07 de 2014, de SALUD Y VIDA: http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/185-actitudes.pdf

Granda, J. (2001). *MANUAL DE APRENDIZAJE MOTOR. UNA PERSPECTIVA EDUCATIVA.* BARCELONA: Paidos.

http://www.hoy.com.ec/noticias-ecuador/sobrepeso-y-obesidad-un-problema-gordo-que-exige-un-trato-en-familia-546565.html, :. (s.f.). *: http://www.hoy.com.ec/noticias-ecuador/sobrepeso-y-obesidad-un-problema-gordo-que-exige-un-trato-en-familia-546565.html*. Recuperado el 10 de 07 de 2014, de : http://www.hoy.com.ec/noticias-ecuador/sobrepeso-y-obesidad-un-problema-gordo-que-exige-un-trato-en-familia-546565.html: : http://www.hoy.com.ec/noticias-ecuador/sobrepeso-y-obesidad-un-problema-gordo-que-exige-un-trato-en-familia-546565.html

INEC. (2010). *Datos del Censo de Población y Vivienda*. Recuperado el 04 de 08 de 2014, de Datos del Censo de Población y Vivienda.

Investigación Básica. (02 de 04 de 2009). Recuperado el 03 de 08 de 2014, de Investigación Básica: http://proyectoorue.wordpress.com

Jimeno, M. A. (2011). *La Natacion y sus Beneficios.* MEXICO: GYMNOS.

Larson, E. &. (20 de 02 de 1987). *GeoSalud*. Recuperado el 22 de 07 de 2014, de GeoSalud: http://www.geosalud.com/adultos_mayores/ejercicio.htm

M, C. (2011). El docente y los recursos para desarrollar la psicomotricidad. En C. M, *Psicomotricidad* (pág. 133). La Habana.

OMS. (s.f.). *Salud Corporal*. Recuperado el 01 de 08 de 2014, de Salud Corporal: http://es.slideshare.net/jullianitagomez/salud-corporal

Oña Sicilia, A. (1999). CONTROL Y APRENDIZAJE MOTOR. En A. Oña Sicilia, *HABILIDADES MOTORAS* (pág. 96). MADRID.

Pablo, L. (2012). Manual de Educacion Fisica y Deportes. En L. Pablo, *NATACION* (pág. 38). Barcelona: Oceano ISBN 9788449422706.

Paterson, D. (10 de 06 de 1992). *Effects of Ageing on the Cardiorespiratory System*. Recuperado el 30 de 07 de 2014, de Effects of Ageing on the Cardiorespiratory System: http://www.meddir.net/ejercicioyeladultomayor.htm

PEÑA, M. y. (14 de 10 de 2000). *PUBLICACION CINETIFICA*. Recuperado el 04 de 07 de 2014, de PUBLICACION CINETIFICA.

Revelo J, G. C. (2005). MANUAL DE EDUCACION FISICA DEPORTE Y RECREACION POR EDADES. En G. C. Revelo J, *ESTILO DE PECHO* (pág. 515). MADRID-ESPAÑA: CULTURAL,S.A.

Ruiz Peres, L. (1997). *DEPORTES Y APRENDIZAJE. PROCESO DE ADQUISICION Y DESARROLLO DE HABILIDADES* . MADRID: VISOR.

S, Z. (2000). Aprendizaje Motor, Maduracion y Desarrollo. En Zevi, *Aprendizaje Motor, Maduracion y Desarrollo* (pág. 89). Buenos Aires: Indugraf.

Tenesaca, s. (19 de 07 de 2012). *BAILOTERAPIA Y SUS BENEFICIOS*. Recuperado el 06 de 04 de 2016, de BAILOTERAPIA Y SUS BENEFICIOS: http://mariasoledadtenesacachimbo.blogspot.com/2012/07/bailoterapia-y-sus-beneficios.html

Troya, P. F. (14 de agosto de 2015). *Universidad central de ecuador - UCE*. Recuperado el 04 de abril de 2016, de Universidad central de ecuador - UCE: http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/5115/1/T-UCE-0016-022.pdf

Urbina, D. (2009). Actividades motrices de contacto con la naturaleza, y natación. En U. Daniela, *ctividades motrices de contacto con la naturaleza, y natación.* (pág. 24). Mexico: Mexico-Castell 2009.

Valladares, l. (16 de 07 de 2014). *¿Que es la bailoterapia?* Recuperado el 10 de 03 de 2016, de ¿Que es la bailoterapia?: http://mujer.starmedia.com/salud/ejercicios/que-bailoterapia.html

Vanzan, J. (2003). Desarrollo Motor. En J. Vanzan, *Desarrollo Motor* (pág. 43). Buenos Aires: IPEF.

Veronica. (28 de 02 de 2011). *Beneficios de la rumba terapia*. Recuperado el 02 de 05 de 2016, de Beneficios de la rumba terapia: http://verito1992.blogspot.com/2011/02/beneficios-de-la-rumba-terapia.html

VISTAZO. (2012). SOBREPESO. 16-20.

wikiversidad. (08 de 05 de 2016). *Ejercicios fisicos*. Recuperado el 10 de 05 de 2016, de Ejercicios fisicos: https://es.wikipedia.org/wiki/Ejercicio_f%C3%ADsico

Wurtman RJ, W. I. (19 de 05 de 1987). *www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/*. Recuperado el 08 de 07 de 2014, de www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/: http://www.fundacionmhm.org/pdf/Mono6/Articulos/articulo1.pdf obesity

Zevi. (2000). *Aprendizaje Motor*. Buenos Aires: Indugraf.

Counsilman, J. E. La Natación: Ciencia y Técnica para la preparación de campeones. Ed. Hispano Europea. 7ª edición. Barcelona 1995.

Costill, D. L. Maglischo, E, W. Richardson A. B. Natación. Ed. Hispano Europea. Barcelona 1994.

García, J. Revista Sport Life. Nº 11. 2000.

Gosálvez, M. y Joven, A. Natación y sus especialidades deportivas. Ministerio de Educación y Cultura. Madrid 1997

Lanuza, A. 1060 ejercicios y juegos de natación. Ed. Paidotribo. Barcelona 1992

Maglischo, E. Nadar más rápido. Ed. Hispano Europea. Barcelona 1986

Navarro, F. Hacia el Dominio de la Natación. Ed. Gymnos. Madrid 1995

Navarro, F. y Arsenio, O. Natación II: La natación y su entrenamiento. Ed. Gymnos.

Navarrro, F. Pedagogía de la Natación. Ed. Miñón. Madrid 1978

13 ANEXOS

Anexo 1: AMBIENTACIÓN



Descripción anexo 1.- convivencia e interrelación del docente y los estudiantes quienes van a ser partícipes del proyecto en la cual ejercitamos nuestro cuerpo con movimientos corporales de piernas y brazos denominado calentamiento.

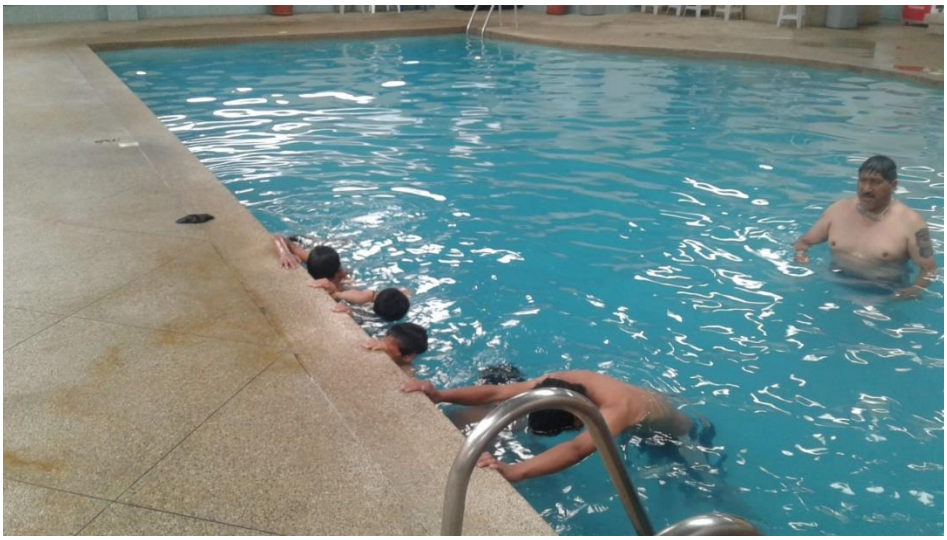


Descripción anexo 2.- charla sobre la vestimenta adecuada para ingresar a la piscina y normas que se va a seguir para aprender la disciplina de la natación.

Anexo 2: RESPIRACIÓN



Descripción anexo 3.- ejercicios de respiración en tiempos adecuados para poder ingresar a la piscina y saber que hacer durante el proceso de nadar.



Descripción anexo 4.- practicando la respiración bajo el agua.

Anexo 1: FLOTACIÓN



Descripción anexo 5.- estiramiento total del cuerpo y en posición horizontal combinando la respiración bajo el agua para mantener el cuerpo a flote.



Descripción anexo 6.- posición horizontal con los brazos extendidos para empezar a la enseñanza de nadar con un estilo libre.

Anexo 4: PATADA



Descripción anexo 7.- sujetándose en el borde de la piscina en posición horizontal sacar los pies y proceder a patalear.



Descripción anexo 8.- perfeccionando la patada para que el nado sea más rápido.

Anexo 5: BRACEADA



Descripción anexo 9.- sacar los brazos alternadamente y poner en ejecución todos los pasos anteriores para nadar mejor.

Fotografía 2 FINAL DEL PROYECTO



Anexo 6: Permiso de realización proyecto de intervención

Guaranda, 15 de Junio del 2017

Lcda. Amparito Ortiz Ledesma

DIRECTORA DE LA UNIDAD DE EDUCACIÓN BÁSICA MARCOS LAUTARO DURANGO

Presente.-

De nuestras consideraciones

Por medio del presente reciba un cordial saludo, a la vez deseándole todos los éxitos en las funciones que viene desempeñando en bien de la institución que bien lo dirige.

Nosotros **Allan Alarcón Segundo Pedro** con CI **0201027091** y **Quintana Escobar Alex Fabricio** con CI **0201976636** egresados de la CARRERA DE EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTES Y RECREACIÓN DE LA UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR llegamos a usted para que se nos conceda el permiso de realizar el proyecto de intervención para la culminación de nuestra carrera en el área de cultura física con los niños de 10 a 12 años; el **TEMA TÉCNICAS METODOLÓGICAS DE NATACIÓN EN NIÑOS Y NIÑAS** para un progreso en sus actividades académicas y personales que se ejecutara en las instalaciones del complejo lago las cochas en las piscinas.

Por la respuesta favorable que dé a la presente desde ya anticipamos nuestros sinceros agradecimientos.

Atentamente.

Recibido
15-06-2017

Pedro Allan

Alex Quintana

Anexo 7: Certificación del Proyecto de intervención para la culminación de la carrera

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA
"MARCOS L. DURANGO"
Provincia: Bolívar – Cantón: Guaranda – Parroquia: Guanujo – Recinto: Las Cochas

Lic. Amparito Ortiz, Directora de la Escuela de Educación Básica "Marcos L. Durango" del recinto Las Cochas, de la parroquia Guanujo, Cantón Guaranda, a petición verbal de parte interesada:

C E R T I F I C A

Que el Señor **ALLAN ALARCON SEGUNDO PEDRO,** portador de la cédula de ciudadanía N° **0201027091**, egresado de la carrera de Educación Física Deportes y Recreación de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Estatal de Bolívar, realizó el **Proyecto de intervención para la culminación de la carrera** desde el mes de Octubre del 2017 a Enero del 2018 con estudiantes de 10 a 12 años con el **Tema: Técnicas metodológicas de natación en niños y niñas.**

Es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente documento en lo que ha bien tuviere.

Las Cochas 06 de febrero del 2018

Atentamente,

Escuela Marcos L. Durango
Las Cochas

Lic. Amparito Ortiz
Directora

ESCUELA DE EDUCACIÓN BÁSICA
"MARCOS L. DURANGO"
Provincia: Bolívar – Cantón: Guaranda – Parroquia: Guanujo – Recinto: Las Cochas

Lic. Amparito Ortiz, Directora de la Escuela de Educación Básica "Marcos L. Durango" del recinto Las Cochas, de la parroquia Guanujo, Cantón Guaranda, a petición verbal de parte interesada:

C E R T I F I C A

Que el Señor **QUINTANA ESCOBAR ALEX FABRICIO,** portador de la cédula de ciudadanía N° **0201976636**, egresado de la carrera de Educación Física Deportes y Recreación de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Estatal de Bolívar, realizó el **Proyecto de intervención para la culminación de la carrera** desde el mes de Octubre del 2017 a Enero del 2018 con estudiantes de 10 a 12 años con el **Tema: Técnicas metodológicas de natación en niños y niñas.**

Es todo cuanto puedo informar en honor a la verdad, facultando al interesado hacer uso del presente documento en lo que ha bien tuviere.

Las Cochas 06 de febrero del 2018

Atentamente,

Escuela Marcos L. Durango
Las Cochas

Lic. Amparito Ortiz
Directora

Anexo 8: Listado de los niños y niñas de 10 a 12 años beneficiarios de la UNIDAD BÁSICA MARCOS L DURANGO

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLIVAR

FACULTAD : CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES,FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS

:ARRERA: EDUCACIÓN FÍSICA,DEPORTES Y RECREACION

)OMBRES: PEDRO ALLAN Y ALEX QUINTANA

)NIDAD EDUCATIVA BASICA MARCOS L DURANGO

:URSO: DECIMO "A" Y "B"

OMBRE COMPLETOS	CÉDULA	FIRMA
GUILAR BAEZ MAYRA ESTEFANIA	202645370	
AEZ YUNAPANTA ALEX ADRIAN	202658803	
AYAS PASTO KLEVER FABIAN	250149952	
ORJA ULLOA MARIA ARACELI	202605234	
HILENO MANOBANDA DENNIS ALEXANDER	250300191	
HIMBO REA INTI BLADIMIR	250256450	
HIPANTIZA GAVILANEZ JESSICA MISHEL	202609350	
HOTO GUAMAN ANDERSON STIVEN	250267325	
UNALATA CHASI JONATHAN JHAIR	202706701	
UALPA RUMITAXI ERIKA LIZBETH	202688289	
UAMAN ROJAS LISBETH MARICELA	250176344	
UASHPA BAEZ YESSENIA JANNETH	202688685	
LUMITAXI GUAMBUGUETE DOMENICA MISHEL	250031267	
LUMITAXI GUAMBUGUETE SHIRLEY JOHAYRA	250041613	
LUMITAXI POMA HERNAN REMIGIO	202686978	
ASTO PASTO CRISTHIAN ALFREDO	202300315	
ASTO GAVILAN VILMA JANNET	250262318	
OMA GUAMBUGUETE MARCIA PIEDAD	250257789	
UILLE CHELA SONIA LILIANA	202698825	
UINALOA GUARANDA JESSICA LISSBETH	202667135	
UINATOA NARANJO DIEGO RICARDO	250010840	
EA GAVILAN JORGE RAUL	202465324	
OCHINA QUINATOA FLOR ALEXANDRA	202706396	
ISA TAMAMI ALEXANDRA VERONICA	250361193	
ANDAPILCO PUNINA HOLGER ROLANDO	250259348	
RBANO ULLOA JISSELA MARIBEL	202693008	

Anexo 9: Formato de encuestas realizada a los estudiantes de la unidad básica marcos l Durango de 10 a 12 años que comprende los cursos de octavo noveno y décimo

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS

ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.

Objetivo: Analizar el nivel de conocimiento y aceptación que tiene los estudiantes en relación a la natación para mejorar su actividad fisca y movimientos corporales.
Indicaciones: Marque con una X en el cuadro según la respuesta, que sea concreta y sincera. De la seriedad puesta en la presente encuesta dependerá el éxito del presente trabajo investigativo.

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA BÁSICA MARCOS L. DURANGO

PREGUNTAS	SI	NO
¿REALIZA FRECUENTEMENTE ACTIVIDAD FÍSICA?		
¿DESEARÍA APRENDER A NADAR?		
¿LE GUSTARÍA QUE SU PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA LE ENSEÑE LA DISCIPLINA DE LA NATACIÓN?		
¿EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA DISCIPLINA DE NATACIÓN EL INSTRUCTOR INICIA CON ACTIVIDADES LÚDICAS Y RECREATIVAS?		
¿CREE USTED QUE ESTE DEPORTE LE BENEFICIA EN SUS HABILIDADES MOTORAS?		
¿DESEARÍA PARTICIPAR EN ESTE PROYECTO DE NATACIÓN QUE LE AYUDE A MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA?		
¿LE GUSTARÍA PERFECCIONAR LOS ESTILOS DE LA NATACIÓN MEDIANTE TÉCNICAS METODOLÓGICAS?		
¿CUÁL ESTILO EN LA NATACIÓN DESEA APRENDER?	CROL	
	PECHO	
	ESPALDA	
	MARIPOSA	

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 10: Anexo de Resultados de las Encuestas

UNIVERSIDAD ESTATAL DE BOLÍVAR

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, SOCIALES, FILOSÓFICAS Y HUMANÍSTICAS

ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN.

Objetivo: Analizar el nivel de conocimiento y aceptación que tiene los estudiantes en relación a la natación para mejorar su actividad fisca y movimientos corporales.
Indicaciones: Marque con una X en el cuadro según la respuesta, que sea concreta y sincera. De la seriedad puesta en la presente encuesta dependerá el éxito del presente trabajo investigativo.

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA BÁSICA MARCOS L. DURANGO

PREGUNTAS	SI	NO
1. ¿REALIZA FRECUENTEMENTE ACTIVIDAD FÍSICA?	X	
2. ¿DESEARÍA APRENDER A NADAR?	X	
3. ¿LE GUSTARÍA QUE SU PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA LE ENSEÑE LA DISCIPLINA DE LA NATACIÓN?	X	
4. ¿EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA DISCIPLINA DE NATACIÓN EL INSTRUCTOR INICIA CON ACTIVIDADES LÚDICAS Y RECREATIVAS?	X	
5. ¿CREE USTED QUE ESTE DEPORTE LE BENEFICIA EN SUS HABILIDADES MOTORAS?	X	
6. ¿DESEARÍA PARTICIPAR EN ESTE PROYECTO DE NATACIÓN QUE LE AYUDE A MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA? 7.	X	
8. ¿LE GUSTARÍA PERFECCIONAR LOS ESTILOS DE LA NATACIÓN MEDIANTE TÉCNICAS METODOLÓGICAS?	X	
9. ¿CUÁL ESTILO EN LA NATACIÓN DESEA APRENDER?	CROL	X
	PECHO	.
	ESPALDA	
	MARIPOSA	

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo 11: Anexo de Certificación Urkunt.

Lista de fuentes Bloques mcamacho (mcamacho)

Documento	PROYECTO FINAL URKUNT.docx (D37679512)
Presentado	2018-04-17 16:19 (-05:00)
Presentado por	mcamacho@ueb.edu.ec
Recibido	mcamacho.ueb@analysis.urkund.com
Mensaje	ANALISIS Mostrar el mensaje completo

7% de estas 10 páginas, se componen de texto presente en 8 fuentes.

Exportar Compartir

0 Advertencias. Reiniciar

ESTRATEGIAS DE DESARROLLO Y APLICACIÓN

Los docentes de la Carrera de Educación Física tenemos el trabajo de practicar el deporte que es la natación con los niños y niñas que se encuentren a nuestro cargo enseñando diferentes estilos que se adecuaron a la natación deportiva. CITATION Flo05 \l 12298 (Flor I, 2005), p 562 Como estudiante de la carrera de Educación Física de la Universidad Estatal

96% # 1 Activo

realizar esta proyecto de investigacion con la finalidad de dar solución al inconveniente que existe en la Escuela Marco Lautaro Durango del sector las Cochas para la cual se lo realizara a través de técnicas metodológicas para la enseñanza aprendizaje de la natación a través de las siguientes estrategias:

aplicación de las formas de movimientos en distintos ámbitos, remite hacia las actividades que los vinculan, encontrándose

