

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

**Tema: “LA NATACIÓN PARALÍMPICA EN LAS PERSONAS CON
DISCAPACIDAD FÍSICA”**

Trabajo de Investigación, previo a la obtención del Grado Académico de Magister
en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo

Autor: Licenciado Ángel Celio Hurtado Puga

Director: Doctor Ángel Aníbal Sailema Torres, Magister

Ambato – Ecuador

2018

A la Unidad Académica de Titulación de la Facultad de Ciencia Humanas y de la Educación.


El tribunal receptor del Trabajo de Investigación presidido por el Doctor Segundo Víctor Hernández del Salto, Magíster e integrado por los señores Licenciado Segundo Víctor medina Paredes, Magíster, Licenciado Santiago Ernesto Garcés Durán, Magíster, Licenciado Washington Ernesto Castro Acosta, Magíster, designados por la Unidad de Titulación de la Universidad Técnica de Ambato, para receptor el Trabajo de Investigación con el tema “La natación paralímpica en las Personas con Discapacidad Física”, elaborado y presentado por el señor Licenciado Ángel Celio Hurtado Puga, para optar por el Grado Académico de Magíster en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo; una vez escuchada la defensa oral del Trabajo de Investigación el tribunal aprueba y remite el trabajo para uso y custodia en las bibliotecas de la UTA.



Dr. Segundo Víctor Hernández del Salto, Mg
Presidente del Tribunal



Lcdo. Segundo Víctor Medina Paredes, Mg
Miembro del Tribunal



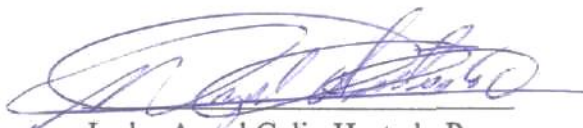
Lcdo. Santiago Ernesto Garcés Durán, Mg
Miembro del Tribunal



Lcdo. Washington Ernesto Castro Acosta, Mg
Miembro del Tribunal

AUTORIA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

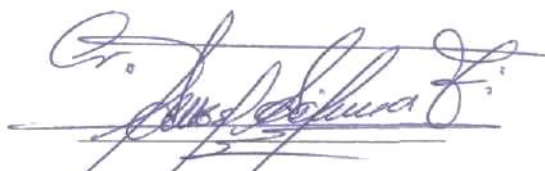
La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el presente Trabajo de Investigación con el tema “LA NATACION PARALÍMPICA EN LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA” son de forma exclusiva del Licenciado Ángel Celio Hurtado Puga, Autor y bajo la Dirección del Doctor Ángel Aníbal Sailema Torres, Magister Director del Trabajo de Investigación; y de patrimonio intelectual a la Universidad Técnica de Ambato



Lcdo. Angel Celio Hurtado Puga

c.c. 1802026490

AUTOR



Dr. Angel Aníbal Sailema Torres Mg

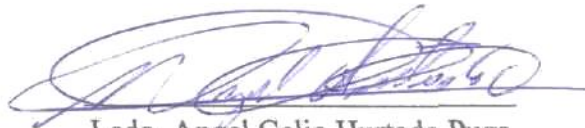
c.c.1802017523

DIRECTOR

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que el trabajo de investigación, sirva como un documento disponible para la lectura, consulta Y procesos de investigación

Cedo los derechos de mi trabajo de titulación con fines de difusión pública, además autoriza su reproducción dentro de las regulaciones de la Universidad



Lcdo. Angel Celio Hurtado Puga
c.c. 1802026490

ÍNDICE GENERAL

CONTENIDO	PÁGINA
PORTADA.....	I
A LA UNIDAD ACADÉMICA DE TITULACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIA HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN.	II
AUTORIA DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN.....	III
DERECHOS DE AUTOR.....	IV
ÍNDICE GENERAL.....	V
ÍNDICE DE TABLAS	VIII
ÍNDICE DE GRÁFICOS	IX
AGRADECIMIENTO.....	X
DEDICATORIA	XI
RESUMEN EJECUTIVO	XII
EXECUTIVE SUMMARY.....	XIII
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I.....	3
EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	3
1.1TEMA: “LA NATACIÓN PARALÍMPICA EN LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA”	3
1.1PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.	3
1.1.1Contextualización.....	3
1.1.2Análisis Crítico.....	11
1.2.3 Prognosis.....	15
1.2.4 Formulación del problema.	15
1.2.5 Preguntas directrices	15
1.2.6 Delimitación del objeto de investigación.....	16
1.3 JUSTIFICACIÓN	16
1.4 OBJETIVOS	18
1.4.1 Objetivo General.	18
1.4.2 Objetivos Específicos.....	18
CAPÍTULO II	19

MARCO TEÓRICO.....	19
2.1 ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS	19
2.2 FUNDAMENTACIÓN FILOSÓFICA	21
2.3 FUNDAMENTACIÓN LEGAL.....	22
2.4 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES	24
2.5 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE INDEPENDIENTE: NATACIÓN PARALÍMPICA.....	27
2.5.1 ACTIVIDAD FÍSICA.....	27
2.5.2 Deporte.....	33
2.5.3 Deporte Adaptado	38
2.5.4 NATACIÓN PARALÍMPICA.....	42
Paralímpico	44
2.6 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES DE LA VARIABLE DEPENDIENTE: PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA	47
2.6.2 Condición Física.....	53
2.6.3 Persona con Discapacidad.....	66
2.7 HIPÓTESIS.....	70
2.8 SEÑALAMIENTO DE VARIABLES	70
CAPÍTULO III.....	71
METODOLOGÍA	71
3.1 ENFOQUE.....	71
3.2 MODALIDAD BÁSICA DE LA INVESTIGACIÓN.....	71
3.3 TIPO O NIVEL DE INVESTIGACIÓN.....	72
3.4 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	73
3.5 POBLACIÓN Y MUESTRA	73
3.5.1 Población.....	73
3.5.2 Participantes	73
3.6 PROCEDIMIENTO.....	74
3.7 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS.....	74
3.7.1 cuestionario 1	74
3.7.1 cuestionario 2	74
3.8 ANÁLISIS ESTADÍSTICO.	75

3.9 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.	76
3.9.1 Variable independiente: Natación Paralímpica	76
3.8 PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.	78
3.9 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN.	79
3.10 PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN.	79
CAPÍTULO IV	81
ANÁLISIS E INTERPRERACION DE RESULTADOS	81
4.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	81
4.2 VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS	100
CAPITULO V	104
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	104
5.1 CONCLUSIONES	104
5.2 RECOMENDACIONES	105
CAPITULO VI.....	107
LA PROPUESTA.....	107
6.1 DATOS INFORMATIVOS.....	107
6.2 ANTECEDENTES	107
6.3 JUSTIFICACIÓN.....	109
6.4 OBJETIVOS.....	111
6.4.1. Objetivo general	111
6.4.2. Objetivos específicos	111
6.5. ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD	111
6.6.1. Descripción de la propuesta	113
6.8.- ADMINISTRACION.....	140
BIBLIOGRAFÍA.....	142
ANEXOS 1.....	150

ÍNDICE DE TABLAS

CONTENIDO	PÁGINA
TABLA 1: VARIABLE INDEPENDIENTE.....	76
TABLA 2: VARIABLE DEPENDIENTE	77
TABLA 3: PLAN DE PROCESAMIENTO DE LA INFORMACIÓN.....	78
TABLA 4: PREGUNTA 1, ENCUESTA A PERSONAS CON DISCAPACIDAD.....	81
TABLA 5: PREGUNTA 2, ENCUESTA A PERSONAS CON DISCAPACIDAD.....	82
TABLA 6: PREGUNTA 3, ENCUESTA A PERSONAS CON DISCAPACIDAD.....	83
TABLA 7: PREGUNTA 4, ENCUESTA A PERSONAS CON DISCAPACIDAD.....	84
TABLA 8 NATACIÓN ADAPTADA.....	85
TABLA 9 NATACIÓN PARALÍMPICA.....	86
TABLA 10 DESARROLLO DE CAPACIDADES FÍSICAS.....	87
TABLA 11 PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA	88
TABLA 12 NATACIÓN ADAPTADA Y/O PARALÍMPICA.....	89
TABLA 13 DESARROLLO DEPORTIVO	90
TABLA 14 INSTITUCIÓN O EN SU ENTORNO PERSONAS	91
TABLA 15 PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA	92
TABLA 16 NATACIÓN ADAPTADA Y/O PARALÍMPICA.....	93
TABLA 17 CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTISTAS	94
TABLA 18 SOCIALIZADA ADECUADAMENTE PARA SU PRÁCTICA.....	95
TABLA 19 CONDICIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA.....	96
TABLA 20 RESPONSABILIDAD DE CUMPLIR CON EL PROCESO.....	97
TABLA 21 CANTÓN AMBATO EXISTEN PISCINAS	98
TABLA 22 MEJORAR LA SALUD	99
TABLA 23 POBLACIÓN.....	100
TABLA 24 ELABORADO POR: ANGEL CELIO HURTADO PUGA	101
TABLA 25 TABLA DE FRECUENCIAS ESPERADAS.....	101
TABLA 26 TABLA CHI CUADRADO	102

ÍNDICE DE GRÁFICOS

CONTENIDO	PÁGINA
GRÁFICO N° 1 ÁRBOL DE PROBLEMAS	11
GRÁFICO N° 2 CATEGORÍAS FUNDAMENTALES	24
GRÁFICO N° 3 CONSTELACIÓN DE IDEAS DE VARIABLE INDEPENDIENTE.....	25
GRÁFICO N° 4 CONSTELACIÓN DE IDEAS DE VARIABLE DEPENDIENTE	26
GRÁFICO N° 5 PREGUNTA 1, ENCUESTA A PERSONAS CON DISCAPACIDAD	81
GRÁFICO N° 6 PREGUNTA 2, ENCUESTA A PERSONAS CON DISCAPACIDAD	82
GRÁFICO N° 7 PREGUNTA 3, ENCUESTA A PERSONAS CON DISCAPACIDAD	83
GRÁFICO N° 8 PREGUNTA 4, ENCUESTA A PERSONAS CON DISCAPACIDAD	84
GRÁFICO N° 9 NATACIÓN ADAPTADA	85
GRÁFICO N° 10 NATACIÓN PARALÍMPICA	86
GRÁFICO N° 11 DESARROLLO DE CAPACIDADES FÍSICAS	87
GRÁFICO N° 12 PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA	88
GRÁFICO N° 13 NATACIÓN ADAPTADA Y/O PARALÍMPICA	89
GRÁFICO N° 14 DESARROLLO DEPORTIVO.....	90
GRÁFICO N° 15 INSTITUCIÓN O EN SU ENTORNO PERSONAS	91
GRÁFICO N° 16 PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA.....	92
GRÁFICO N° 17 NATACIÓN ADAPTADA Y/O PARALÍMPICA.....	93
GRÁFICO N° 18 CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTISTAS.....	94
GRÁFICO N° 19 SOCIALIZADA ADECUADAMENTE PARA SU PRÁCTICA	95
GRÁFICO N° 20 CONDICIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA	96
GRÁFICO N° 21 RESPONSABILIDAD DE CUMPLIR CON EL PROCESO	97
GRÁFICO N° 22 CANTÓN AMBATO EXISTEN PISCINAS	98
GRÁFICO N° 23 MEJORAR LA SALUD	99
GRÁFICO N° 24 CAMPANA GAUSS	103

AGRADECIMIENTO

Expreso mi más sincero agradecimiento a las autoridades de la Universidad Técnica de Ambato, a los docentes de posgrado quienes nos dieron la oportunidad de abrirnos a nuevas experiencia y conocimientos en beneficio de la comunidad así como también a Asodif-asoplejicat, al club Tungurahua, a los deportistas con discapacidad física independientes del Cantón Ambato, como a todas las personas que de una u otra manera me han apoyado a mi tutor que es quien guio y oriento la realización de este trabajo.

Ángel Celio

DEDICATORIA

A Dios y la virgen santísima por la vida y ser una guía permanente, en memoria de mi Madre quien fue una mujer trabajadora que con su tenacidad y perseverancia, luchó y nunca se dio por vencida en que yo podía llegar muy lejos a pesar de haberle defraudado muchas veces todo lo que yo era, a mi padre que me dio la vida y valores, a mis hijos, hija y nietos que con su cariño y amor me han motivado seguir adelante y que son el motivo de mi vida y poder ser ejemplo de constancia, a mi hermano quien ha sido guía permanente de ejemplo, mi hermana con su apertura permanente, mis sobrinas sobrinos que me han apoyado siempre, a Silvia que ha sido comprensiva y punto de ayuda a Betty con sus hijos que también me han motivado a culminar esta tarea, a mis amigos con discapacidad que han sido la fuente de motivación de donde nace la necesidad de hacer este trabajo, a mi familia en general que de una u otra manera han apoyado para que se cumpla este sueño que parecía inalcanzable

Ángel Celio

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
MAESTRIA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TEMA:

**“LA NATACIÓN PARALÍMPICA EN EL DESARROLLO INTEGRAL DE
LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA”**

AUTOR: Licenciado Ángel Celio Hurtado Puga

DIRECTOR: Doctor Ángel Aníbal Sailema Torres, Magíster.

FECHA: 21 de noviembre del 2017

RESUMEN EJECUTIVO

Esta investigación tuvo la finalidad conocer el nivel del desarrollo de capacidades físicas, el sedentarismo y sus consecuencias, así como la poca práctica de la natación paralímpica de las personas con discapacidad física y evidenciar falencia en los beneficios de la natación. Para lo cual se ha desarrollado la siguiente investigación con el tema “La natación paralímpica y el desarrollo integral de las personas con discapacidad física” que como objetivo era investigar la incidencia de la natación paralímpica en las personas con discapacidad física, con una fundamentación bibliográfica en la que se plasma una síntesis de contenidos sobre la discapacidad física, la actividad física, el deporte paralímpico. La investigación tiene un enfoque cuantitativo y corresponde a la modalidad factible, clasificándola como no experimental y de carácter descriptivo, el universo de este estudio se desarrolló con todos los miembros de los clubes paralímpicos y docentes de UE Ambato aplicando la encuesta como técnica y como instrumento el cuestionario que luego fueron analizados y representados en tablas estadísticas con su respectivo gráfico. Se usó una serie alternativas como clases metodológicas de enseñanza aprendizaje sobre la natación paralímpica dando como resultado que las personas con discapacidad física alcanzaron un verdadero desarrollo de capacidades físicas, sociales y fortaleciendo la salud evitando el sedentarismo y sus consecuencias colaterales. Con los resultados alcanzados se realizó una comparación y discusión, para lo cual se llegó a las conclusiones.

Descriptor: Persona con discapacidad física, deporte adaptado, actividad física, natación paralímpica, capacidades físicas, social, adaptado, salud, sedentarismo

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN
MAESTRIA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
THEME:

**"PARALYMPIC SWIMMING IN THE INTEGRAL DEVELOPMENT OF
PEOPLE WITH PHYSICAL DISABILITIES"**

AUTHOR: Licenciado. Angel Celio Hurtado Puga

DIRECTOR: Doctor. Angel Aníbal Sailema Torres Master

DATE: November 21, 2017

EXECUTIVE SUMMARY

The purpose of this research was to determine the level of development of physical abilities, sedentary lifestyle and its consequences, as well as the little practice of paralympic swimming for people with physical disabilities and evidence of failing in the benefits of swimming. For which the following research has been developed with the theme "Paralympic swimming and the integral development of people with physical disabilities" which aimed to investigate the incidence of paralympic swimming in people with physical disabilities, with a bibliographic foundation in which is a synthesis of content on physical disability, tax activity, Paralympic sport. The research has a quantitative approach and corresponds to the feasible modality, classifying it as non-experimental and descriptive, the universe of this study was developed with all the members of the Paralympic clubs and teachers of UE Ambato applying the survey as a technique and as an instrument the questionnaire that were later analyzed and represented in statistical tables with their respective graph. An alternative series was used as a methodological teaching-learning class on Paralympic swimming, which resulted in people with physical disabilities achieving a true development of physical and social capacities and strengthening their health, avoiding sedentary lifestyle and its collateral consequences. A comparison and discussion was made with the results, for which the conclusions were reached

Keywords: Person with physical disability, adapted sport, physical activity, Paralympic swimming, physical activity, paralympic swimming, physical abilities, social, adapted, health, sedentary lifestyle.

INTRODUCCIÓN

En nuestro país donde el deporte es un derecho de los ciudadanos la cual solo está en letra muerta hay una triste realidad sobre la natación paralímpica ya que por diferentes factores estructurales y una serie de variables obligan a la persona con discapacidad física no practicar este deporte y por ende no acceder a los beneficios que esta presta tales como una condición física óptima, mantener y mejorar la salud, el relacionarse con sus pares, con la familia, con el entorno y toda la sociedad, lo que ayuda a una verdadera inclusión de las personas con discapacidad física.

La natación paralímpica siendo un deporte donde se aprovecha la densidad del agua y que los cuerpos pesan menos y se puede realizar ejercicios que ayudan a rehabilitación de las personas con discapacidad física, fortalecimiento y dando funcionalidad al cuerpo. Al mismo tiempo el deporte da la oportunidad que este grupo vulnerable de que organicen y tengan un espacio de reunión y se puedan involucrar en un sistema de entrenamiento se la convertiría en deporte competitivo.

En función a lo mencionado se ha logrado observar que una de la problemática de las personas con discapacidad física y docentes investigados se planteó la siguiente pregunta:

¿Cómo incide la natación paralímpica en las personas con discapacidad física de los clubes asodif-asoplejicat Tungurahua, y deportistas independientes del cantón Ambato?

De la misma manera se planteó como objetivo diseñar una propuesta alternativa que venga a fortalecer y motivar a que la unión hace la fuerza y organizándose en un club deportivo paralímpico especializado para las persona con discapacidad física se logre un desarrollo integral así como sea un centro donde los docentes puedan realizar sus prácticas, pasantías e investigaciones lo que ayudara a la comunidad para que exista una verdadera inclusión y se visualice a este grupo vulnerable.

Este trabajo de investigación está estructurada de VI capítulos que se detalla a continuación:

EL CAPÍTULO I: Donde se plantea el problema a partir de la contextualización de evidencias empíricas para poder llegar a la esencia del problema, por lo que plantea la formulación del problema, sus interrogantes, definición del objeto de la investigación, su justificación y se complementa con la formulación de objetivos.

EL CAPÍTULO II: Compuesto por el Marco Teórico con sus categorías fundamentales de cada variable basada en los fundamentos científicos disponibles, con descriptores técnicos que permiten apoyar, apuntalar y explicar la problemática planteada para culminar con la hipótesis.

EL CAPÍTULO III: Esta es la Metodología que hace referencia al proceso de investigación y abarca al paradigma Crítico – propositivo, en donde se establece los niveles investigativos hasta llegar a la Operacionalización de las variables para elaborar el plan de recolección de la información.

EL CAPÍTULO IV: se enfoca en el análisis e interpretación de los resultados de la investigación que inicia por la tabulación y representado estadísticamente para lograr interpretarlo.

EL CAPÍTULO V: Se llega a abordar las conclusiones que salen a partir de los resultados de la investigación a continuación se llega a formular las recomendaciones en las que se sugiere lo que se debe realizar para superar el problema planteado.

EL CAPÍTULO VI: Se proyecta como alternativa de solución la formación del club deportivo paralímpico para personas con discapacidad física con su organigrama y estatutos.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Tema: “La natación paralímpica en las personas con discapacidad física”

1.1 Planteamiento del Problema.

1.1.1 Contextualización.

La natación como deporte paralímpico nace por el año 1960 con el neurólogo Alemán Ludwig Guttmann (1899-1980) que se considera como el impulsor y padre de los deportes adaptados pero la natación adaptada para personas con discapacidad física nace mucho años más atrás cuando al Dr. Ludwin Guttmann le encomendaron que ya que se hiciera cargo de la rehabilitación de los soldados que tenían problemas físicos a causa de las lesiones provocadas por la segunda guerra mundial, luego de un proceso rehabilitador pensó que debía llegar más allá y organizo una competencia entre pares iguales de las personas con discapacidad física, después de la segunda guerra mundial cuando tenían que enfrentar 2 problemas el de la destrucción de las ciudades y la de los soldados que estaban mutilados, amputados, plejicos, cuadripléjicos ; el ejército y su atención de salud estaban en un dilema que hacer con estas personas ya que estaban llenos los hospitales y asilos, entonces nació la posibilidad de recuperar y rehabilitar a los soldados con lesiones y por ende con discapacidad física permanente.

Cabe indicar que el Dr. Ludwinn Guttmann buscaba la rehabilitación y por ende el bienestar psicológico y que todas las personas con discapacidad se integren a la sociedad y su entorno organizo una competencia con 14 hombres y 2 mujeres en un pueblo de Londres Stoke Mandeville y 1960 organiza los primeros juegos

internacionales esta vez fuera de stoke Mandeville coincidiendo con las olimpiadas que se realizaba en roma de esta manera fue el inicio del movimiento paralímpico, para luego en 1989 se funda oficialmente el Comité Paralímpico Internacional Joan garcia, Jordi Catala, 2015

Dr. Miguel Ángel Torralba Jordán, 2010, Con estos avances que con el deporte y la natación ayudaron a la recuperación física, movilidad, psicológica, integración social de manera integral en los soldados con discapacidad física, dando como resultado una persona que se valga por si sola sea una persona independiente que se Suba y baje de la silla, se traslade de un lugar a otro sin necesidad de que otra persona este para apoyarla

En **América** existen alrededor de 66 millones de personas con discapacidad Cepal, 2012 de las cuales un mínimo porcentaje han logrado insertarse en el deporte y menos aún en la natación paralímpica solamente en EEUU, Canadá han logrado establecer como política de estado el atender a este grupo de personas, hay una circunstancia especial que cada año aumentan el número de discapacitados por cuanto este país siempre está en conflictos bélicos y muchos accidentes de tránsito, etc. Entonces aprovechando el gran avance que logro el Dr. Ludwinn Guttmann con los deportes como una actividad para la rehabilitación y recuperación de estas personas dándoles una alternativa de un nuevo estilo de vida y que este sirva como un verdadero desarrollo integral tanto en psicológico, deportivo, educativo y social, esto generó un gran revuelo a nivel mundial y esta permitió que se extienda por toda América.

Debemos recalcar “el deporte puede no solventar el problema pero puede ser la vía que conduzca a la solución del problema” sabemos que las leyes han mejorado y

que estas deben estar encaminadas a que tengan un acceso adecuado a todos los escenarios para que cumplan con el proceso lógico de la natación comenzando por ser rehabilitación, terapéutico, recreativo y por ultimo competitivo donde las personas con discapacidad física puedan además de tener una buena condición física pues integrase con la sociedad y sus pares mejorando su calidad de vida con una autoestima elevada y saber que son útiles en la vida cotidiana. (JORDI CATALA, JOHAN GARCIA, 2015)

En realidad el ser humano no puede estar alejado de la los cambios que genera la ciencia y tecnología que le va ayudar a las personas con discapacidad con medios y mecanismos para que tengan una verdadera inserción con la sociedad en lo relacionado con la actividad física y el deporte, dándole un enfoque integral que será valedero para su mejor calidad de vida, Pero esto dio un paso más allá creando espacios de formación y entrenamiento deportivo en todos los Estados Unidos, al crearse las competencias regionales, nacionales e internacionales ya paso a ser un deporte de competición y alto rendimiento para lo cual era imprescindible un plan de entrenamiento de acuerdo a la discapacidad y funcionalidad del deportista todo esto se pudo realizar aprovechando el poderío económico en los EEUU se creó una estructura deportiva tan grande como cualquier deporte de personas sin discapacidad y tienen recursos propios para lograr objetivos deportivos de las personas con discapacidad, siendo unos de los pioneros y tienen hegemonía en los deportes y en especial la natación y por tanto se han ido evolucionando en estos 60 años y más creando centros de rehabilitación especializados luego creando planes y proyectos que ayuden a desarrollar las capacidades físicas y técnicas

desarrollando y mejorado sus capacidades motrices, su salud, las relaciones sociales y creando espacios para la práctica de este deporte.

En el continente existen muchos campeones paralímpicos y de la misma manera han desarrollado el deporte adaptado como un icono de desarrollo y ayuda organizando eventos regionales e internacionales de natación inclusive acogándose a las reglas de la FINA con ciertas adaptaciones, siendo un referente los EEUU de norte América, luego México y en Sudamérica Brasil como máximos exponentes de la natación paralímpica son quienes organizan las paralimpiadas, campeonatos mundiales. Todo esto ha coadyuvado a que los deportistas de estos países se hayan desarrollado integralmente de una mejor manera en todos sus aspectos tanto en el acondicionamiento físico, psicológico, haciéndose un ente socialmente aceptado y admirado en todo el mundo por sus logros como deportista llegando a tener una independencia total económica, de movilidad y desplazamiento en su casa como fuera de ella.

En el **Ecuador** según el (Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades) basada en estadísticas del ministerio de salud 2016 existen 411.721 personas con algún tipo de discapacidad de las cuales la mayoría son personas con discapacidad física 195.046 por lo tanto hay un gran número de personas vulnerables donde la natación deporte paralímpico particularmente no ha llegado ni generado un impacto como se hubiera esperado entonces ahí la importancia de realizar este trabajo que debe ir encaminado en dar soluciones y alternativas de ocupación del tiempo libre, empezando con una adecuada información sobre los beneficios de la natación adaptada para las personas con discapacidad física todo esto debe ir encaminado a que este grupo de personas obtengan un adecuado desarrollo de sus capacidades,

habilidades, mejora y mantenimiento de su salud, la convivencia con sus pares, el medio y sociedad donde se desarrolla diremos que la natación paralímpica ayuda de forma integral al ser humano.

En el país el deporte adaptado en si comienza a coger auge e importancia por los años 60 GALEANO, 2004 luego de que azota un brote de poliomielitis dejando un considerable número de personas con algún tipo y nivel de discapacidad, cabe indicar que también existían muchas personas que tenían discapacidad adquirida y de nacimiento como la parálisis cerebral, y por traumas, estas personas eran invisibilizadas y estigmatizadas por la sociedad Ecuatoriana ya que tener una persona con discapacidad era una vergüenza, una carga pesada, un estorbo era una penosa realidad que se daba por el poco conocimiento, debemos manifestar que según el Conadis, 2016 en el país existen 425.877 personas con algún tipo de discapacidad de las cuales 199.265 son personas con discapacidad física siendo el 46 % con lo que es el mayor número en lo que se refiere a los tipos de discapacidades pero tenemos que tomar en cuenta que este grupo son los que están registrados y hay otra estadística

Nuestro país ha querido ponerse a nivel de otros y ha venido realizando campeonatos nacionales de natación esporádicamente que no ha sido suficiente para masificar, motivar a la práctica de este deporte paralímpico, la poca difusión de los beneficios en desarrollo integral de las personas con discapacidad, también el poco conocimiento de las formas de clasificación sin embargo se está queriendo fortalecer la práctica del deporte con la exigencia del ministerio del ramo y que hay que cumplir con los requisitos de ley para recibir apoyo que son muy engorrosos.

Vemos que no están atendidos adecuadamente con la práctica de la natación y todos los beneficios que este deporte pueden acceder las personas con discapacidad

En la ciudad de **Ambato** según el Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades CONADIS, 2016 existe 4584 personas con discapacidad registradas en la provincia del Tungurahua y 2917 en el cantón Ambato

al existir una cantidad aceptable con deficiencias y más aún el de superar barreras tanto física como mentales he ahí la importancia de atender a este grupo de seres humanos vulnerables con actividades físicas, deportes y la natación paralímpica es una alternativa la cual mayoría de ellos son adquiridas por accidentes, secuelas de polio y un menor número por nacimiento este grupo de personas con vulnerabilidades han seguido el ejemplo de otros países y también por la ley natural ha hecho que se agrupen para sentirse protegidos por sus pares y aceptados en una sociedad que día a día va viendo y entrando en conciencia del valor de las personas con discapacidad física. todo esto ha coadyuvado ya ha mejorado en y seguir una vida normal e independiente entonces nace una asociación ASOPLEJICAT, luego un club Alianza y Tungurahua sin resolución jurídica que abarca alrededor de 200 socios pero no ha sido sufriente que solo se agrupen para actos sociales, económicos y culturales si no que se incentive a la masificación de los deportes y en especial la natación ya que han sido muy pocas personas que realizan actividad física por rehabilitación y salud y otros lo toman el deporte como hobby practicando el baloncesto en silla de ruedas, la natación es el deporte que menos se ha desarrollado y practicado en la ciudad por factores sociales, económicos y hasta culturales que se han abonado a la problemática provocando el miedo por desconocimiento.

Existen muchos factores o indicadores que han influido en las personas con discapacidad física para que no se dediquen a la practiquen la natación, los espacios físicos inadecuados y poco accesibles que faciliten el uso de estos servicios para este grupo vulnerable, por lo tanto este es un obstáculo que ha influido para que las personas con discapacidad física no hayan tenido la acogida que se ha deseado para masificar la natación adaptada. Las piscinas al construirlas no han cumplido con las especificaciones técnicas de la norma INEN tenido la precaución de tener instalaciones con baños, casilleros, vestidores todos esto limitantes físicos se suman a otros factores y afectan a que las personas con discapacidad física no se decidan por la práctica de la natación como un deporte paralímpico y por ende se queda netamente como una herramienta de rehabilitación y recreativa.

Otro factor que tenemos que tomar en cuenta es la poca o escasa una difusión por parte de autoridades encargadas del deporte y en si la sociedad en general sobre los beneficios de la natación deportiva en las personas con discapacidad física pensamos que la natación solo sirve para la rehabilitación, podemos aprovechar los beneficios y pues ayudar para el mejoramiento de su movilidad e independencia así como mejora en las capacidades físicas como fuerza, velocidad, resistencia hasta flexibilidad, todo esto coadyuva a la buena movilidad e independencia de estas personas, así también no habido una buena relación con sus pares y su entorno tanto familiar como social ya que se han invisibilidad como deportistas y la idea que solo sirven para ciertas actividades de la misma manera no conocen los beneficios de la natación para la salud y la mayoría de personas con lesión medular sufren de obesidad y las enfermedades correlacionadas a la o práctica de un deporte en este caso la natación paralímpica.

Cabe indicar que otro limitante para que no se practique la natación es el auge de la inclusión en sector laboral y educativa, el cual ha puesto como prioridad el trabajo y el estudio por encima de la práctica de la natación adaptada ya que al salir de sus trabajos y centros de educación no les queda el tiempo y como no existen espacios para este fin ya que no están abiertos en la noche. La sociedad de Ambato es muy solidaria y ha sido pionera en los deportes pero falta sensibilizar a toda la sociedad para que exista el verdadero apoyo económico, social, y cultural para el buen desarrollo integral de las personas con discapacidad física.

1.1.2 Análisis Crítico.

Árbol de problemas

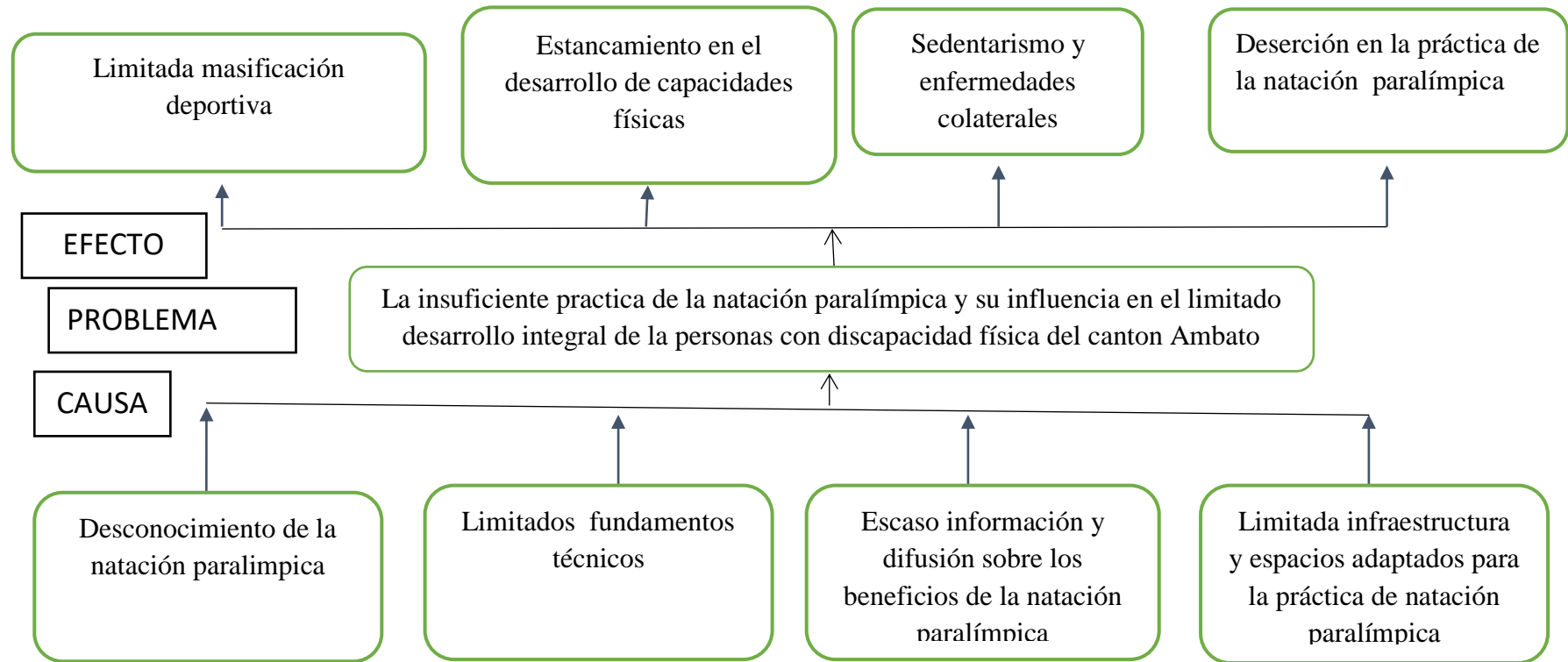


Gráfico N° 1 Árbol de problemas

Elaborado por: Angel Celio Hurtado Puga

Fuente: La investigación

1.1.2 Análisis Crítico

El desconocimiento de la natación paralímpica por parte de las personas con discapacidad, docentes y población en general es muy alto, por lo que ha provocado su escasa masificación de este deporte en las personas con discapacidad física del cantón Ambato de ahí se han derivado a que estas sufran un retraso en la práctica de la natación, lo que va en desmedro de beneficiarse las bondades que ofrece este deporte y que el ser humano pueda desarrollarse integralmente, también ha hecho de que este grupo vulnerable estén completamente aisladas con su entorno, el medio y obvio privarles la oportunidad de conocer y relacionarse con sus pares tanto locales, nacionales, esto les permitiría compararse y saber sobre sus potencialidades y debilidades con relación a otros con la misma, mayor o menor discapacidad, de la misma manera perjudica a que no se puedan agruparse en un club deportivo y organizar eventos deportivos de natación paralímpica tanto recreativos y competitivos, así como participar a nivel nacional. Que es lo que también ha provocado en este grupo vulnerable al no tener un adecuado conocimiento, esto desencadena obviamente en el temor de dedicarse a aprender y practicar la natación por ende de acoger este deporte como practica permanente.

Los limitados fundamentos técnicos como una de las causas ha creado y afectado al escaso desarrollo de las capacidades físicas (fuerza, velocidad, flexibilidad, resistencia, coordinación) de igual forma de los fundamentos técnicos (flotar, patada, brazada, respiración) como un desarrollo integral de las personas con discapacidad física, si sabemos que por su condición de estar disminuidos en sus funciones de movimiento sea esta adquirida o por nacimiento y dependiendo de la lesión que tenga así: amputados de uno o los dos miembros inferiores o parte de

ellos, igual manera de los miembros superiores, como de problemas de lesión medular en sus diferentes segmentos L1 a L5, T1 a T5 C1 a C7 y los órganos y sistemas encargados de la motricidad se atrofian y por ende el cerebro se acostumbra a que el discapacitado físico no haga actividad física y por ende no responde adecuadamente a estímulos externos e internos, órgano que no se usa se atrofia entonces la afectación a la persona con discapacidad física no le toca más que adaptarse y seguir perdiendo paulatinamente las capacidades físicas obviamente esto influye negativamente en su movilidad adecuada y coadyuva a que tenga necesidad de ayuda de un familiar u otra persona para trasladarse de un lugar a otro e inclusive algo básico como bajar y subir a la silla de ruedas, a su andador. La escasa información sobre los beneficios de la natación paralímpica está produciendo que la persona con discapacidad física se haga sedentaria, acarreado con esto los efectos colaterales como son: la obesidad, presión arterial alta, problemas cardiacos, poca tonificación y atrofia muscular, todo esto coadyuva a que la persona con discapacidad física se haga dependiente de otras, desde el momento de levantarse hasta cuando se acuestan pasando por las actividades diarias y siempre va a solicitar que lo ayuden con la silla o subir y bajar de algún lado auto, cama, trasladarse de un lugar a otro. Entonces la persona con discapacidad física tendría que visitar varios médicos frecuentemente por su afección a su salud provocando gastos económicos y de tiempo en desmedro de su condición socioeconómica, de su familia y el estado que tendrían que destinar rubros extras para solventar los gastos de salud para este grupo vulnerable que sería mejor prevenir que curar y el natación paralímpica es una excelente alternativa.

Una limitada infraestructura y espacios no adaptados para la práctica de la natación paralímpica, ha causado la deserción y provocado la incomodidad para que pueda practicar la natación siendo estas barreras arquitectónicas las que produce en las persona con discapacidad física se aíslen de su entorno y no poder socializar con sus pares y personas convencionales llegando a no ser visualizadas, que queremos decir que cuando ven a una persona con discapacidad física nadando es causa de admiración y más aún cuando ellos han competido. También ha influido en el autoestima y un aislamiento con sus pares interacción el medio, los miembros de la comunidad empezando con la familia que le ve como una carga y una responsabilidad más que deben soportar, Los miembros de la comunidad lo ven con pena y no existe una buena relación por ende para la sociedad las personas con discapacidad física pasan aisladas y poco o nada conocen sus necesidades y fortalezas lo toman como un miembro inactivo que se quede en el rincón sentadito no más, comienza la lastima y compasión porque solo le ven de cuando en cuando, así también en el colegio o escuela tratan de tenerle lastima y rara vez le tratan como un compañero y piensan que solo esta porque la ley ha si lo disponen. Cuando vemos que no hay espacios adecuados para la práctica del deporte de la natación, sin accesos, vestidores, baño adecuados y por otro lado profesionales no especializados con poca visión de ayuda han hecho que las personas con discapacidad física hayan optado por realizar otras actividades o simplemente no hacer actividad física en un medio acuático por ende no hay muchas personas con discapacidad física que practiquen este deporte y se acojan a un plan de entrenamiento para que participen en competencias provinciales, nacionales e internacional y al mismo tiempo se pierde todos los beneficios que esta acarrea

desde su salud hasta la integración social siendo un ente de ejemplo, proactivo y propositivo.

1.2.3 Prognosis.

Si no hiciera este trabajo de investigación las personas con discapacidad física y la comunidad no valoraría las bondades y beneficios de la natación como deporte paralímpico y por ende tendríamos personas con discapacidad sedentarias con obesidad y poco desarrollo de capacidades físicas técnicas, no tendría la oportunidad de practicar un deporte, habría una relación con la sociedad muy escasa así también la oportunidad de conocer a otras personas con la misma, mayor o menor discapacidad.

Si se realiza el presente trabajo sobre la natación paralímpica en las personas con discapacidad física, la comunidad, autoridades, los profesores de educación física y entrenadores contarían con una herramienta que les servirá de guía para que se involucren en el mundo del parolimpismo y se pueda masificar la natación paralímpica.

1.2.4 Formulación del problema.

“¿Cómo influye la práctica de la natación paralímpica en las personas con discapacidad física?

1.2.5 Preguntas directrices

- a. ¿Cuál es el nivel de conocimiento sobre la natación paralímpica?
- b. ¿Cómo está establecida en las personas con discapacidad física el desarrollo integral?

c. ¿Qué alternativa de solución se presenta ante el problema planteado?

1.2.6 Delimitación del objeto de investigación

De contenidos

Campo: Deportivo

Área: natación

Aspecto: social.

Espacial

La presente investigación se desarrollara con los deportistas paralímpicos de los clubes Tungurahua, Asoplejicat, y deportistas independientes.

Temporal

La presente investigación se desarrollara en el año 2017.

1.3 Justificación

En nuestro país los últimos años se ha venido estableciendo políticas de inclusión en todas las áreas con las que se pretende dar énfasis y apoyo a los sectores vulnerables identificados, por lo que es de **interés** realizar la investigación para que se involucren a las personas con discapacidad física en la práctica de la natación como deporte paralímpico.

Es **importante** investigar el problema porque permitirá identificar las alternativas y beneficios que presenta el deporte y en especial la natación en el desarrollo integral de las personas con discapacidad a través del manejo de un conjunto de herramientas que permitan descubrir y describir los beneficios de la práctica de este

deporte paraolímpico, así también concienticen las autoridades deportivas y seccionales sobre las condiciones de accesibilidad a los escenarios que se practica la natación como deporte adaptado.

Es **original** ya que en el Ambato no hay una investigación sobre la natación adaptada para personas con discapacidad física peor aún clubes especializados por lo tanto hay pocas personas de este grupo vulnerable practicando la natación, todo esto hace que esta investigación sea única para el medio en lo refiere al deporte adaptado (natación)

Tiene **impacto** porque en la ciudad de Ambato hay gran número de personas con discapacidad física sin practicar deporte y pues se daría una puerta abierta para que se integren a la práctica del deporte que será de gran ayuda a las familias ya que estas personas se volverían más independientes y proactivos, así como también se crearía conciencia en las autoridades para que apoyen este tipo de iniciativas, el trabajo de investigación va enfocado a poner en práctica y masificar la natación como deporte paralímpica.

Los **beneficios** de esta investigación está a la vista ya que mejorarían y mantendrían la salud, tendrían un buen desarrollo psicomotriz de las personas con discapacidad su condición física y una mejor interrelación con la familia y comunidad, se tomaría como punto de inicio y formar clubes especializados por deporte y en especial de la natación dotando de una herramienta para que otras personas sigan investigando sobre el tema

Es **factible** llevar a cabo esta investigación por cuanto existen muchas personas con discapacidad física, piscinas públicas y privadas, implementos necesarios, un

profesional capacitado y especializado, los recursos económicos propios del investigador.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo General.

Investigar la influencia de la natación paralímpica en las personas con discapacidad física de los clubes Asopdifit - Asoplejicat, Tungurahua y Deportistas Independientes de la ciudad de Ambato

1.4.2 Objetivos Específicos

- Determinar el nivel de conocimiento sobre la natación paralímpica
- Conocer los componentes del desarrollo integral de las personas con discapacidad física
- Proporcionar una guía metodológica sobre la enseñanza-aprendizaje de la natación paralímpica que sirva como una herramienta de apoyo tanto a los Docentes, Estudiantes de la carrera de educación física y personas con discapacidad física

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes Investigativos

En la universidad no existen investigaciones sobre la natación adaptada ni paralímpica y los beneficios que esta produce en la persona con discapacidad, sin embargo hay 2 investigaciones relacionadas que me parecieron importantes para mi tema y que están relacionados con el deporte para personas con discapacidad física

El tema de deportes adaptados y la natación es muy complejo será por eso que pocos se atreven a realizar estas investigaciones, pero María Naranjo en su investigación relacionada a los deportes en general menciona que existirán muchas formas y oportunidades de que la persona con capacidades especiales levante su estima y se valore como una persona que tiene sueños aspiraciones, puede superar sus limitaciones para que tenga una nueva visión sobre su discapacidad que no es impedimento para ser útil y aprovechar sus virtudes y otras capacidades que le quedan para ser activo en esta sociedad y el entorno donde se desarrolla en la vida cotidiana haciendo que ayude al desarrollo integral del deportista Paralímpico. Entre otras conclusiones en la que Naranjo, 2011 habla sobre que el deporte ayuda a que las personas con capacidades especiales logren tener una técnica adecuada y una condición física adecuada u óptima. De la misma manera vemos que “el deporte y la calidad de vida” siempre van de la mano ya que cuando se hace actividad física como un deporte pues mejora la salud física, mental, emocional y de sana convivencia con el entorno social donde se desarrolla tanto escolar, laboral, familiar, y con la comunidad.

Otra investigación que analiza la problemática que existe con los espacios públicos que son de poca o nula infraestructura para dar accesibilidad y cabida a las personas con discapacidad es en Arquitectura donde el estudio y sus conclusiones van dando una de las razones por las cuales los deportistas con discapacidad física no pueden acceder a la práctica de la natación “Al analizar cuáles son los elementos arquitectónicos urbanísticos más influyentes que provocan inaccesibilidad al espacio público al discapacitado, se puede determinar que los mismos dependen específicamente de las necesidades establecidas por el tipo de discapacidad” ZUÑIGA, 2013 ósea que se vuelve complejo construir para satisfacer las necesidades de las personas con discapacidad ya que tendríamos que adaptar para cada discapacidad, pero ahí tenemos que las barreras arquitectónicas afectan más a las personas con discapacidad física y visual pero entre estas dos la discapacidad física es la mayor sufre con las construcciones que no tienen una rampa, un ascensor, baños adecuados etc. Como vemos que las conclusiones que hace el Arq. Cesar Zúñiga con el tema las “barreras arquitectónicas urbanísticas y el acceso al espacio público por parte del discapacitado”

Es una penosa realidad en nuestra sociedad que todavía no entran en conciencia para respetar los derechos de todos para poder movilizarse libremente.

Otro factor es que no cumplen con la nueva normativa que exige que deben construir soluciones arquitectónicas que permitan el acceso a todos los lugares especial para las personas con discapacidad físicas ya que no son iguales a las de otras discapacidades , es así que las personas con discapacidad física han sido las más perjudicadas por cuanto para trasladarse necesita de una silla de ruedas o andadores lo que dificulta el poder acceder a centros de recreación en especial a

piscinas las cuales presentan una de las limitantes para que no se pueda practicar la natación como una actividad física ni recreativa peor aún como deporte, todo esto coadyuva a que las personas con discapacidad física no tengan los beneficios que ofrece este deporte y coadyuva a que estas personas se vuelvan sedentarias y tengan poco interés en realizar esta actividad deportiva.

2.2 Fundamentación Filosófica

La siguiente investigación se fundamenta en el paradigma crítico propositivo porque se hará un análisis de los datos del cual se emitirá juicios de valor con argumentos valederos sobre las persona con discapacidad física, sus capacidades para enfrentar y desarrollar habilidades, que vayan encaminados a una propuesta clara y viable para la solución del problema planteado. Teniendo en cuenta que hay que valorar su rendimiento se basara en test físicos, psicológicos, test técnicos que estarán orientados a que el proceso entre profesor y alumno sea lo más comprensivo y que haya un solo objetivo, pensamiento, los actores deberán generar preguntas y respuestas para que con un criterio fundamentado y coherente salga la solución más acercada a la realidad del entorno.

Fundamentación Epistemológica

La presente investigación busca fundamentar las causas y efectos de la poca práctica de la natación como deporte adaptado o paralímpico en las personas con discapacidad y su proceso de aprendizaje de los fundamentos técnicos, la salud integral así como su inclusión total en el medio familiar y social.

Fundamentación Ontológica

Desde la concepción de la ontología la investigación está relacionada con el ser humano en especial con un grupo vulnerable de nuestra sociedad, el entorno donde se desarrolla en los ámbitos tanto deportivos, sociales y culturales además de una simbiosis con la Naturaleza como parte fundamental de ella.

Fundamentación Axiológica

Esta investigación está en marcada en indagar sobre los beneficios de la natación paralímpica y su influencia en el desarrollo integral de las personas con discapacidad respetando sus creencias fundamentándose en valores como la honestidad, la probidad académica, que los datos aquí mencionados son reales actuando con ética y moral y respetando las normas Apa.

2.3 Fundamentación Legal

En el artículo 381 de la constitución del Ecuador establece que “el estado protegerá, promoverá y coordinara la cultura física que comprende el deporte, la educación física y la recreación, como actividades que contribuyen a la salud, formación y desarrollo integral....impulsara el acceso masivo al deporte y las actividades deportivas a todo nivel”. Este artículo de la constitución es suficiente como para que las autoridades tomen en cuenta para que apoyen al deporte no solo convencional sino para las personas con discapacidad física los cuales están abandonados y cumplen con el propósito para las que fueron creadas.

Los artículos 382 y 383 “habla sobre las instituciones y autonomía de las organizaciones deportivas así como de las instalaciones destinadas a la práctica del

deporte así como se garantiza el derecho de las personas y las colectividades al tiempo libre, la ampliación de las condiciones físicas, sociales y ambientales para el disfruta”.

Sabiendo que el deporte es un derecho e igualen la constitución es menester que la ley está amparada en ella y se prevé que sus artículos sean coherentes con el contexto y en la ley del deporte en sus artículos.....establece la práctica de deportes y sus etapas y más aún fue creado el comité Paralímpico Ecuatoriano y sus federaciones por discapacidad. La ley del deporte dice en el Art. 3.- De la práctica del deporte, educación física y recreación.- “La práctica del deporte, educación física y recreación debe ser libre y voluntaria y constituye un derecho fundamental y parte de la formación integral de las personas. Serán protegidas por todas las Funciones del Estado.

Además se pone énfasis en cómo está estructurado el deporte paralímpico para lo cual la ley ha estipulado algunos artículos entre los cuales esta:

Art. 42.- Federaciones Nacionales de Deporte Adaptado

Paralímpico.- Son organizaciones deportivas que desarrollan el deporte Adaptado y/o Paralímpico para personas con discapacidad, con la finalidad de participar en competencias de carácter nacional e internacional de ciclo paralímpico y campeonatos nacionales, regionales y mundiales.

Art. 43.- Constitución.- Las Federaciones Nacionales de Deporte Adaptado y/o Paralímpico para Personas con Discapacidad estarán constituidas por los clubes de deporte Adaptado y/o Paralímpico por discapacidad.

2.4 Categorías Fundamentales

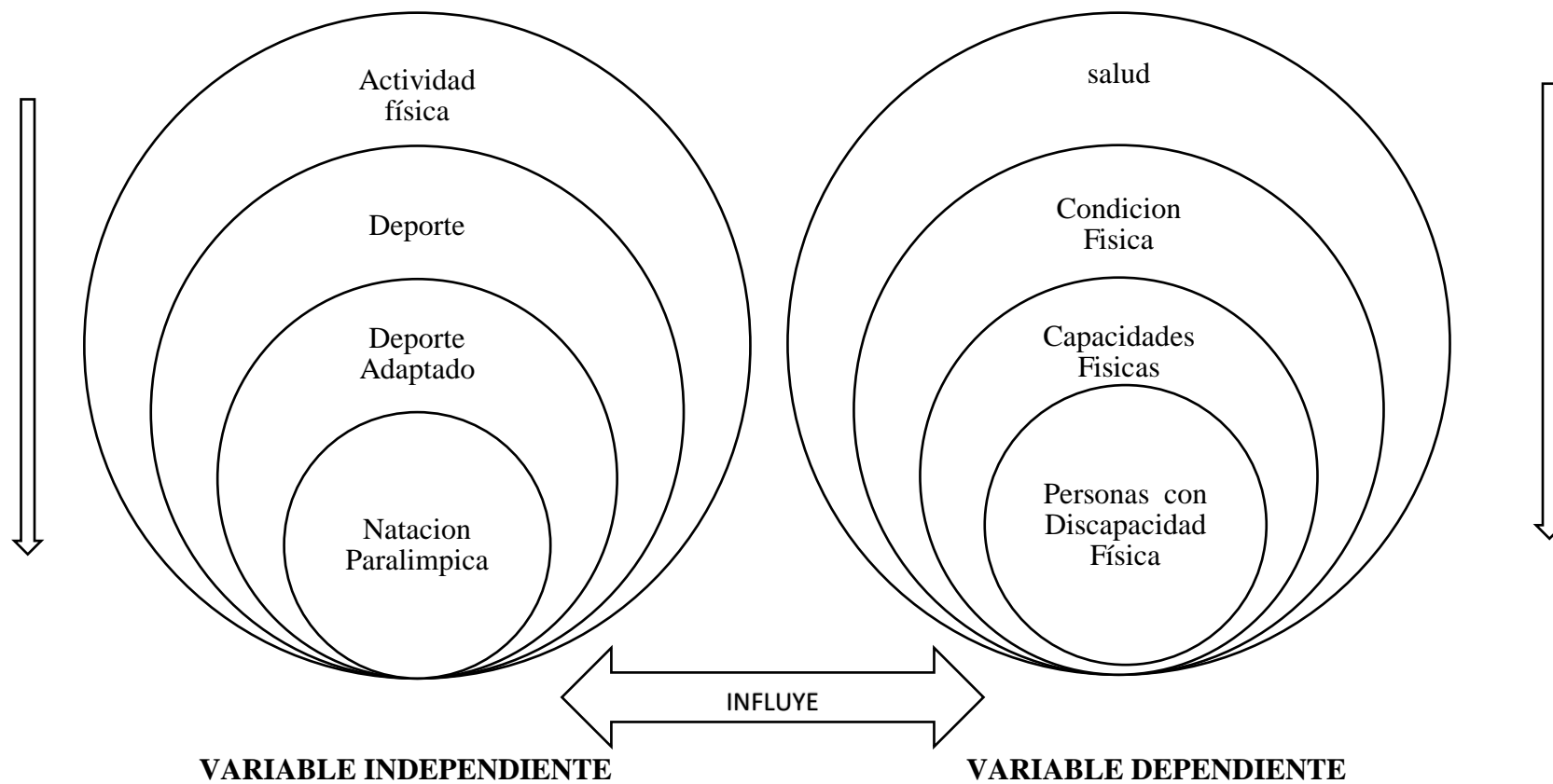


Gráfico N° 2 Categorías fundamentales

Elaborado por: Hurtado Puga Angel Celio

Fuente: investigador

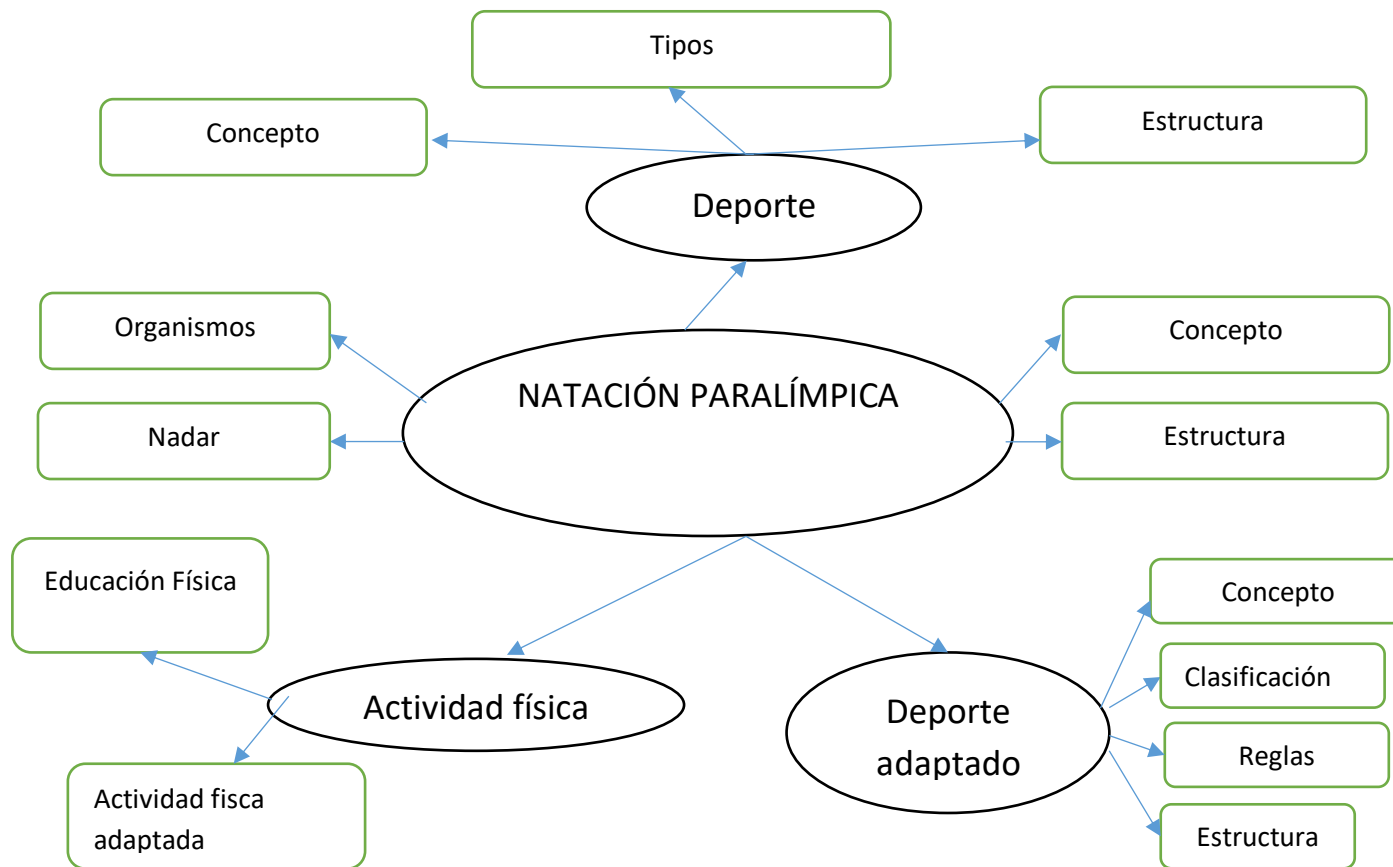


Gráfico N° 3 Constelación de ideas de variable independiente

Elaborado por: Hurtado Puga Ángel Celio

Fuente: Investigador

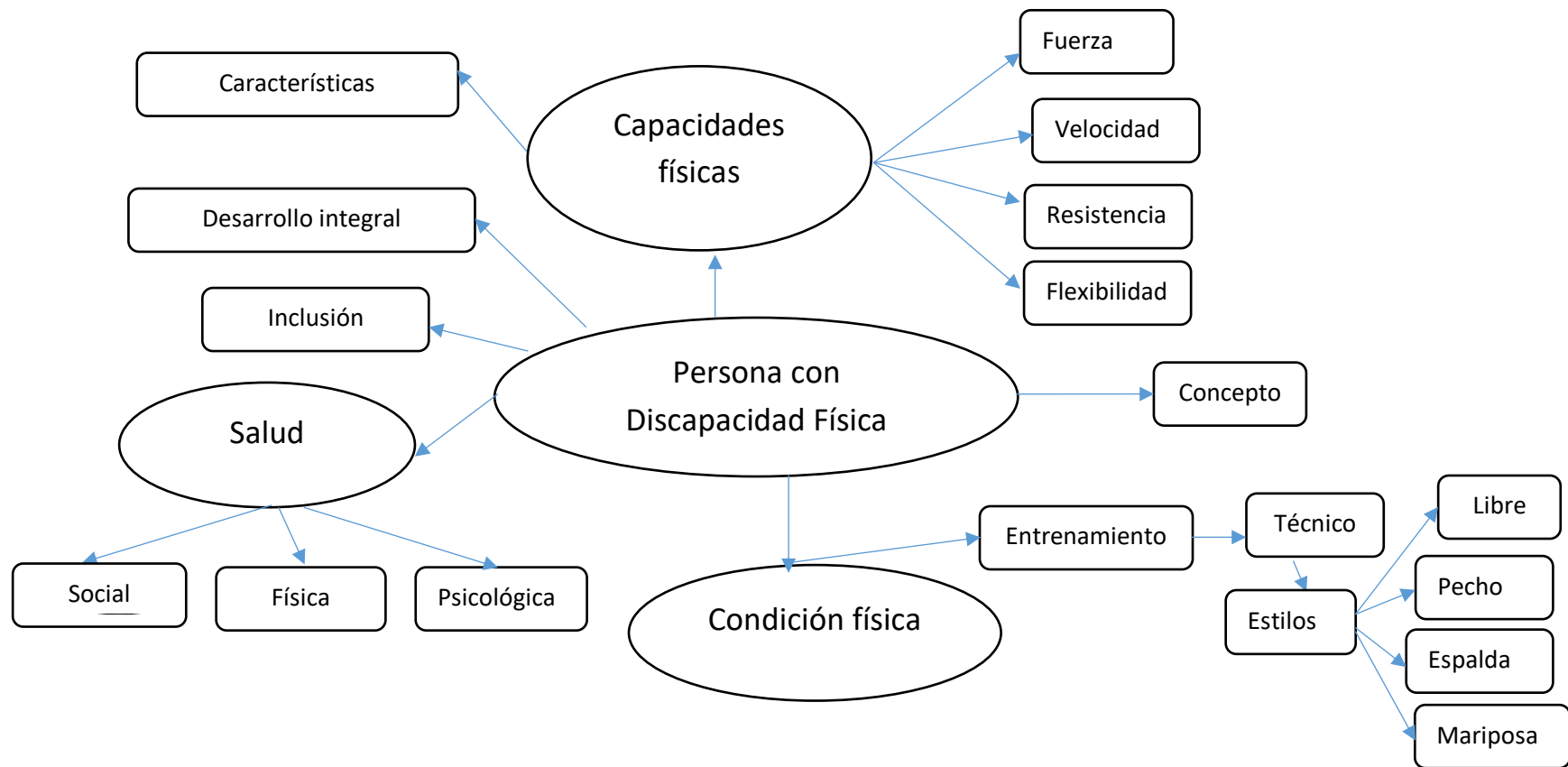


Gráfico N° 4 Constelación de ideas de variable dependiente

Elaborado por: Hurtado Puga Ángel Celio

Fuente: Investigador

2.5 Categorías fundamentales de la variable independiente: Natación Paralímpica.

2.5.1 ACTIVIDAD FISICA

La actividad física esta enarcada en el ejercicio físico, o forma física, como todo movimiento se requiere utilizar la energía podemos decir que se trata de un gasto energético adicional al que normalmente el cuerpo necesita para mantener las funciones básicas vitales tale como la reparación, digestión, circulación de la sangre y las actividades diarias rutinarias la de caminar, desplazarse con objetos, subir bajar escalones y en fin todas las tareas domésticas, Sara Márquez rosa y Nuria Garatachea vallejo, 2013

Todo movimiento ejecutado por el ser humano es considerado actividad fisca ya como vemos Sara Márquez rosa y Nuria Garatachea vallejo, 2013 afirma que es todo gasto energético entonces más aún podemos ver que en las personas con discapacidad física se debe toma en cuenta ese gasto energético extra ya que vemos que por su condición de disminuido físico no alcanza a cumplir con el proceso total de quema de energía, así que viene el famoso sedentarismo y sus consecuencias que esta produce. En la vida diaria la actividad física es importante tomar en cuenta para que la persona con discapacidad física pueda desarrollar las funciones que tiene limitada y de acuerdo al grado de discapacidad y si tienen una adecuada, sistemática y ordenada rutina de ejercicios como actividad que pueda ayudar a que fortalezca su movilidad y puedan realizar las mismas actividades con mayor facilidad, así tenemos que pueden ser más veloces, fuertes, agiles al movilizarse o realizar actividades extras.

Entonces tenemos que tomar en cuenta que la actividad física es importante en la vida de las personas ya la actividad física permanente y planificada permite al ser humano tener salud, una buena movilidad y agilidad para realizar todas las actividades diarias con mayor energía y solvencia.

Actividad física adaptada

La actividad física adaptada en su concepto abarca a todo un conglomerado amplio de personas que incluye a los enfermos y adultos mayores, pero igual que en otros países en el nuestro la (AFA) está enmarcada solo para las personas con discapacidad sin tomar en cuenta a un sector vulnerable como son las personas en condiciones de enfermedad ni vejez, la actividad física adaptada se aplica en muchos ámbitos así en lo terapéutico, el recreativo, educativo, competitivo y el asociativo, todo esto dan la oportunidad de un desarrollo de las actividades y el fomento del deporte en todos sus niveles. Dando como consecuencia que la actividad física está orientada fundamentalmente a la salud, la recreación e iniciación deportiva.

Debemos tomar en cuenta que para la actividad física en las personas con discapacidad tenemos que tomar en cuenta el tipo de discapacidad ya que es complejo y muy extenso en la discapacidad física: lesión medular a diferentes alturas, amputaciones, mal formaciones, parálisis cerebral cada uno de estos tiene una diferente planificación en la actividad física y por ende necesitamos de una clasificación de funcionabilidad basada en la homogenización para cualquier ámbito e incluso para la educación debemos tener en cuenta las competencias, habilidades y destrezas que la persona con discapacidad posee y no las limitaciones

así tenemos que aprovecharlas y planificar (NEE) para las personas con necesidades especiales educativas y deportivas Javier Pérez, Raúl Reina, David Sanz, 2012.

Al homogenizar la actividad física adaptada debemos tomar en cuenta aparte de la educación que se necesita de plan para las necesidades especial individualizado igual en las discapacidades física ya que existen 10 clasificadores y cada una con diferentes funciones así para un parapléjico debería tener actividades para fortalece el tren superior para darle mayor funcionabilidad y pueda mover la silla, andador o muleta. Y si fuera un amputado de miembros superiores deberíamos planificar actividades físicas adaptadas para fortalecer los miembros inferiores y así en esa secuencia, a una persona con parálisis cerebral realizaremos una actividad física para todos los miembros y esta actividad debe ir encaminada a un medio liquido en este caso en la piscina.

Entonces que debemos hacer con la actividad física adaptada pues ejecutar los ejercicios de acuerdo a la discapacidad, a su funcionabilidad lo que permitirá tener una actividad física focalizada a mejorar su movilidad, su fuerza su velocidad ósea sus capacidades fisca básicas que van a coadyuvar al mejor desenvolvimiento en su vida diaria y en una práctica de la natación con mayor eficacia y eficiencia logrando que se eleve su autoestima tenga una salud optima y todo gracias a la actividad física programada y planificada. Todo lo antes mencionado debemos tomar en cuenta para que las personas con discapacidad física además de homogenizar también podamos individualizar o dividir las actividades de acuerdo al tipo d discapacidad y también a su funcionabilidad así. Tenemos que no todas las personas con discapacidad física pueden correr por su lesión o su disminución, otras no pueden mover las extremidades superiores por lesión o trauma (amputaciones)

todo esto debemos tomar en cuenta para poder planificar las actividades físicas así tenemos que par unos organizaremos ejercicios para el tren superior, para otros solo ejercicios para el tren inferior o mixto si fuere el caso.

Educación física

En cualquier época de la historia o sociedad que veamos o traigamos a la memoria siempre está presente el ser humano como un conjunto de prácticas, saberes y normas que le dan forma que con la práctica se dan como consecuencia a que se recreen y llegando a glorificarse según las creencias y algo importante son los valores que en cualquier sociedad se usa con la educación física, debemos tomar en cuenta que “los procesos y técnicas de moldeamiento y formación corporal” son una parte fundamental que aplicada en la parte externa y física modifica al ser y ayuda a modificar las cualidades internas, vemos que en el mundo antiguo se dedicaban a cultivar el cuerpo y definir sus prioridades lo que tampoco se separaban de la medicina y de la religión, cuando pierde su importancia en industrialización ya que se volvieron autómatas y se dedicaban mucho tiempo al trabajo dejando a un lado la formación del cuerpo.

La educación física que en la actualidad impera está dedicada a formar cuerpos con ayuda de lo que ya hemos descrito, también podemos establecer que el cuerpo es comparado como una máquina que está compuesta por partes o sistemas cada uno realizando diferentes funciones, para modelar el cuerpo se necesita combinar tanto la parte científica, la racionalidad, la organización de las sociedades modernas. Al hablar de fines u objetivos de la práctica solo nos pone a pensar en que se aumenta las capacidades físicas resistencia, fuerza, la velocidad, la flexibilidad, entonces la

educación física se indica como “un arte del cuerpo” esto de acuerdo a un contexto social.

Al concebir a la educación como parte activa de la cultura física-corporal-somática, entonces debemos plantearnos y reflexionar sobre los significados en la sociedades postindustriales, tomando en cuenta que debemos transmitir una cultura corporal, que no solo sirvan para realizar las actividades diarias sino vaya más allá y que contribuyan a que la persona sientan bienestar y conciencia sobre los beneficios que la educación física da al ser humano y aun cuando la persona tiene una discapacidad física esta debe ser tomada como un objetivo primordial para que se desarrollen como habíamos dicho antes las capacidades básica, también debemos tomar en cuenta que la cultura del consumismo ha hecho que los seres humanos se vuelvan efímeros modelando su cuerpo para satisfacción personal como un narcisismo y olvidándonos de fundamental y del verdadero significado de cultivar la educación física como un conjunto de normas para mantenerse con una salud.

He ahí un dilema sobre la formación y modelación del cuerpo ya que va asociada con la belleza , de que “los guapos y guapas no solo obtienen mayor provecho en el asunto romántico sino que ganan más dinero, son exitosos de acuerdo también a la simetría, esto se da en todo ámbito de la vida cotidiana de igual forma en las personas con discapacidad física que al realizar una educación física organizada mejora su calidad de vida evitando el sedentarismo, formando y fortaleciendo músculos, lo que le permitiría tener aparte de una figura simétrica una buena condición física en función de no solo medirse en el asunto físico externo sino también en la “salud y vigor que emanan” desde el interior que no es más que el resultado del buen funcionamiento y armonía de los órganos, sistemas que a través

de las cualidades se manifiestan como son la fuerza, flexibilidad, velocidad etc. Lo que podríamos argumentar que la educación física debe ir más allá y llegar a lo físico y moral de acuerdo a los estándares de belleza corporal. González, 1998

Educación física adaptada

La consecuencia de la adaptación de reglas, de una infraestructura adecuada y profesionales preparados son algunas condiciones que se necesitan para una persona con discapacidad pueda acceder a la educación física como un derecho fundamental para que nuestra sociedad sea más inclusiva y justa, vemos como han planteado una definición de actividad física adaptada que representa y abarca como un significado global “todo movimiento, actividad física y deporte en los que pone especial énfasis en los intereses y capacidades de las personas con condiciones limitantes como discapacidad, problemas de salud o personas mayores dedicado a la identificación y solución de las diferencias individuales en actividad física, adecuándolas en el contexto en que se desarrollan”.

Para poder entender direccionar y brindar un lenguaje universal unificado según la clasificación de las discapacidades, para lograr una meta de educación inclusiva debemos tomar a la educación física adaptada como un derecho humano que debe ser accesible a todos y que es de fundamental importancia fomentar la cooperación, la promoción y defensa de los derechos humanos. Para poder potenciar la educación física adaptada, esta se fortalece cuando se considere una “herramienta” que va a fortalecer la unión de la comunidad eliminando barreras sociales y prejuicios, conllevando al beneficio de una salud personal, por esto es un derecho humano, la educación física es una prioridad en todas sus ámbitos en donde tanto las

instituciones sociales y deportivas comenzaron a una adaptación de todas las actividades al aceptar su diversidad de los que practican diferentes disciplinas deportivas y que para cada uno de ellas se adaptará los ejercicios y tratar de hacer una sociedad más igualitaria en lo que se refiere a aptitudes deportivas. Javer Nicoletti. Gustavo García, 2015.

Así tenemos que los organismos internacionales como la naciones unidas la convención de derechos para las personas con discapacidad realizada el 13 de diciembre y firmada el 30 de marzo del 2007 en su artículo 30º inciso 5º que “ a fin de que las personas con discapacidad física puedan participar en igualdad de condiciones con las demás actividades recreativas, de esparcimiento y deportivas, los estados partes adoptaran las medidas pertinentes para.....”, con esto se nos plantea la gran posibilidad de que con la educación física adaptada se pueda participar, organizar y desarrollar las actividades con todas las personas con discapacidad física, poniéndose como un compromiso por cumplir por toda la sociedad, permitiendo que tanto los niños, jóvenes y adultos y que gocen de las mismas oportunidades de distracción, al deporte, al juego y propender que todas las instituciones sociales, culturales, deportivas puedan coadyuvar para que se organicen y puedan desarrollar diversos deportes adaptados.

2.5.2 Deporte

El deporte tiene su historia y data casi desde los inicios de la humanidad y no es más que parte de la actividad física lo que si no está claro desde cuando se denominó deporte como tal ya que hay vestigios que desde antes de la edad media ya hacían deporte y una preparación física tanto en los torneos, la esgrima, la equitación, el polo y un sin número de actividades que realizaban donde se preparaban para

participar y concursar y en ciertos casos jugar que esto debería representar en ganar por su honor y premios.

La palabra deporte tiene una gran historia en el castellano o español ya hay datos que remontan al comienzo del castellano con la palabra deporto que tenía un significado de distracción, juego, esto la literatura española hablaban sobre cómo la gente salía fuera de la ciudad a realizar sus juegos y divertirse, es importante recalcar que la palabra deporte ya tenía significación y estaba asociada al ejercicio de la caza, a la equitación, al baño, al correr por el campo, esta palabra prevaleció por algunos siglos y que en raras ocasiones vario en algo su significado.

“En el siglo XII se utilizaba la voz depuerto, derivado de de-deportare” esto se comprendía algo como salir hacia a fuera o fuera de las puertas de la ciudad, de ahí que también deporte: se entiende como placer, entretenimiento allá por 1440 y como dijimos antes depuerto s, XII.

También podemos argumentar que se deriva del antiguo deportase que es divertirse, descansar y también con la palabra del latín deportere por 1260 que significa trasladar, transportar, en sentido un poco más moderno “actividad al aire libre con objeto de hacer ejercicio físico”. En Francia e Inglaterra también tuvieron sus primeros términos como deport que significaba diversión, distracción y juegos de ahí que debemos trasladarnos y revisar el primer diccionario de lengua española de 1732 “ DEPORTE f. Diversión, holgura, pasatiempo.”

La palabra educación física está dada su origen al médico suiza Jean Ballexser (1726-1774) su finalidad era a luciendo al higiene-pedagógica y lo ponía aparte de la gimnastica de la competición propia de la medicina. Esto con el `paso del tiempo

fue tomando auge en otros idiomas y traduciéndola como “crianza física” su objetivo era cuidar al infante de forma higiénico-educativos.

En España se adoptó este término moderno como “ejercicios gimnásticos o juegos corporales en el ámbito pedagógico, higiénico y militar” esto provocó que los términos se vayan acentuando y diferenciando de acuerdo a la especialidad así la educación física para la escuela, igual que la gimnasia. Existente deporte en España significaba la caza, la esgrima y sport en Inglaterra donde era una revista que su publicación cada 15 días donde hablaban de foot-ball, lawn-tennis, boxeo, natación o atletismo. La palabra deporte empezó a tener auge allá por 1897 deportes españoles los deportes son una práctica de actividades al aire libre, también podemos decir que el deporte fue separado de la educación física pero no del todo ya que necesita la educación física para practicar y desarrollar el deporte, dando muchas ambigüedades de confusión con resultados distintos así que el deporte tiene una dimensión social universal y representado como un emblema cultural de cada pueblo y que “se considera al deporte indefinible”

Tipos de deportes

Existen deportes individuales y colectivos, los primeros tienen un sin número de deportes representativos son el atletismo, ciclismo, natación, triatlón, deportes de contacto, gimnasia etc. que necesitan que estos deportes necesitan de destrezas y habilidades y algo muy importante la autovaloración y predisposición combativa, donde las motivaciones internas y externas que le permiten practicar, dichos deportes que se “desarrollan de una forma lúdica como competición entre 2 o más partes contrincantes y cuyo resultado viene determinado por la habilidad, la táctica

y la estrategia” en donde los medio de comunicación han sido motores de la expansión del deporte dándole un carácter de espectáculo deportivo tanto competitiva y no competitiva, promocionan el deporte para todos buscando formas de una expresión corporal como una prevención y mejora de la salud y un estilo de vida nuevo y optimo, debemos manifestar que el deporte individual está basado en la individualidad y que su entrenamiento se basa en las que las capacidades básicas se desarrollan de manera diferente ya que en la práctica el deportista debe enfrentar y competir solo en su competencia sin depender de otro compañero Pazmiño, 2015

Deportes colectivos

Los deportes colectivos son aquellos que es practicado por individuos se tiene que unir con otros para formar un equipo y demostrar sus habilidades, así tenemos: futbol, básquet, rugby, polo, relevos, etc. Todos estos están predispuestos a unir sus fuerzas con un orden técnico- táctico para poder enfrentar a otros equipos es importante recalcar que se debe tener en cuenta el número de compañeros para elaborar un plan tanto de entrenamiento como de competición tomando en cuenta la individualidad de cada uno de los miembros (Bouthier, 2014)

RECREACION

La recreación empieza a tomar auge a partir de los años cincuenta empieza a generalizarse con significados, conociendo que mucho tiempo antes ya había la recreación, pero sin un conocimiento de que las actividades que se realizaban indirectamente estaban haciendo recreación. Cuando el ser humano tiene mayor “disponibilidad de tiempo libre” comienza hablarse “imponer el consumo del tiempo libre” para lo cual se necesita de tener destrezas, habilidades, así como

herramientas para que pueda ejecutarse adecuadamente, en general vemos que la recreación está basada en que después de un trabajo o actividad tenemos un tiempo entre trabajo y trabajo páralo cual debemos o tenemos que usarlo de forma manual o manualidades para romper una monotonía del trabajo industrial. Gerlero, 2013

Se refiere a “la acción y efecto de recrear” así como “crear o producir algo nuevo” todo esto está enfocado al deleite, la alegría, diversión y distracción de todas las actividades que realizamos diariamente como son el trabajo, las tareas del hogar, transportarse etc. El uso del tiempo libre adecuadamente permite pues retomar todas las energías que gastamos durante el día mediante las actividades físicas recreativas, favoreciendo a mejorar al ser humano desde algo fundamental que es la familia, la comunidad, el lugar de trabajo en fin desde todos los ámbitos donde la vida cotidiana la desarrollamos y podemos poner en práctica la actividad recreativa como experiencias expresadas libre, debe ser placentera y placenteras, la cual ayuda a tener beneficios económicos, con el medio ambiente, psicológico y la parte social. Ramos Alejandro Emilio, Ojeda Rafael, Báez Damarais, Martínez Reinier, Núñez Edel, 2011

Según la real academia de la lengua recreación es “acción y efecto de recrear” “diversión para alivio del trabajo” esta definición es muy amplia y enmarca a una acción que sería la actividad tanto física como manual, y ocio en general y el efecto es la dispersión del cuerpo y espíritu la mente retoma un ámbito gratificante para estar en un nivel óptimo de relajación y diversión.

En la segunda definición abarca la recreación como un alivio del trabajo teniendo en cuenta que el trabajo no solo es el manual o en fábricas, construcciones,

empresas, trabajo informal etc. sino también el estudio y actividades cotidianas como quehaceres del hogar y pues la actividad de recreación le da un alivio físico, mental, espiritual para poder retomar las actividades normales luego de la dispersión la persona vuelve con más energía y vitalidad a sus actividades normales del día a día. Española

Al hablar de la recreación acuática hay varios conceptos pero podemos sintetizar en uno que abarque donde la recreación acuática es una actividad en lugares acuáticos sean estas “naturales y artificiales” todo esto esta desvincula con el deporte federado ya que esta pose otra estructura sin embargo se ocupa escenarios como piscinas que poseen una estructura para competir y practicar el deporte, entonces diríamos una expresión de la natación como actividad recreativa es una alternativa para el disfrute y uso del tiempo libre Prado C. E., 2015.

2.5.3 Deporte Adaptado

La natación paralímpica o adaptada son actividades físico deportivas pueden ayudar a reducir las deficiencias tanto físicas como psicológicas, teniendo en cuenta los beneficios físicos, sociales, laborales, funcionales, recreativas en pocas palabras coadyuva al desarrollo integral de las personas con discapacidad física este deporte se viene practicando desde los primeros juegos Paralímpicos, roma 1960 Joan García, Jordi Catana, 2015

Se comprende como aquel modo deportivo que está adaptada al grupo de personas con discapacidad o un condicionamiento especial de salud, se han realizado estas adaptaciones de los deportes convencionales para que sea más accesible la práctica

así como también se ha creado nuevas modalidades deportivas de acuerdo a características especiales de un número de personas con la misma discapacidad
Javier Pérez-Tejero, 2014

Reina, Google académico, 2014 El deporte adaptado esta englobada a un modo deportivo para personas con capacidades diferentes, para lo cual se ha hecho adaptaciones para que puedan la practicar del deporte se puede concebir desde varias perspectivas o aceptaciones como el deporte recreativo, faltando aquí el deporte formativo deporte competitivo, de alto rendimiento para lo cual se han concentrado en deporte federado, donde existen una variedad de federaciones nacionales, e internacionales, vemos que el deporte va en beneficio de la salud, medico complementario, bienestar y gran autoestima de la persona en un contexto social concreto.

Reglas

El deporte está comprendido como la actividad física debidamente reglamentada, de forma competitiva que se lo difiere del juego ya que el deporte ayuda a desarrollar y mejorar la condición física wikipedia, 2017

La natación paralímpica tiene las mismas reglas que la natación olímpica con algunas adaptaciones de acuerdo a las discapacidades en este caso las personas con discapacidad física pueden salir desde el agua sin uso de cubículos de la misma forma no se puede usar ninguna apoyo técnico, los deportistas con discapacidad física deben someterse a una clasificación funcional que forma grupos de nadadores de acuerdo a sus habilidades físicas y que no hayan ventajas para nadie Garzón

Pérez, Laura Vanessa Pachón Calderón, Nicolás Barreto Pineda, Bryan Alejandro, 2016.

Clasificaciones

Monje, 2016 hace una recopilación de las clases deportivas para que los deportistas discapacitados puedan competir en igual de condiciones sin ningunas ventajas así tenemos las abreviaturas que usan en los nadadores con discapacidad física de acuerdo al estilo y técnica, S: libre, mariposa y espalda, SM: combinado individual, SB pecho. A cada abreviatura se le da un número para diferencias entre las funcionabilidades de los competidores, S1-S10 siendo que el 1 es limitación de su funcionabilidad más severa y obvio la 10 es la de mayor funcionabilidad de ahí que se derriban combinaciones de acuerdo como decíamos antes a su capacidad muscular, amplitud de movimiento, funcionabilidad y tipo de discapacidad.

S1 SB1 SM1: Los nadadores están con una pérdida importante de la fuerza muscular o de control en las piernas, extremidades superiores. Otros también están con un poco control del tronco. La mayoría de los nadadores compiten en esta clase lo hacen en solo el estilo espalda. • S2 SB1 SM2: Los nadadores son los que puede usar los brazos, pero las manos no, piernas o tronco, o tienen dificultad de coordinación severos en las todas las extremidades. Como en la clase S1 SB1 SM1, los nadadores compiten casi en su totalidad el en estilo espalda. • S3 SB2 SM3: En esta clase están los deportistas que tienen amputados de las cuatro extremidades. Aquí se incluyen los nadadores que tienen una brazada razonable, pero que no pueden mover las piernas o el tronco, y los que tienen problemas severos de coordinación en las extremidades superiores e inferiores • S4 SB3 SM4: Los

nadadores que pueden usar los brazos y tienen un débil movimiento en las manos, pero todavía no pueden mover el tronco ni las extremidades inferiores. También están incluidos en esta clase aquellos con amputaciones de cualquiera de las tres extremidades. • S5 SB4 SM5: A esta clase se engloba a los nadadores de baja estatura y algún impedimento adicional, adicional tiene una pérdida del control en cualquier lado del cuerpo o con paraplejia. • S6 SB5 SM6: En esta clase se enmarcan los nadadores de estatura baja, que tengan amputaciones de ambos brazos o problemas de coordinación en un lado del cuerpo. • S7 SB6 SM7: los atletas que están en esta clase tienen la amputación de una pierna y un brazo de lados opuestos, así como las amputaciones de ambas piernas o parálisis de un brazo y una pierna una hemiplejia. De la misma forma se unen en esta clase los nadadores con total movilidad de los brazos y tronco, y con poca función en las extremidades inferiores. • S8 SB7 SM8: En esta clase compiten nadadores que han perdido ambas manos o un brazo. También se incluyen aquí los atletas con restricciones graves en las articulaciones de las extremidades inferiores. S9 SB8 SM9: Los deportistas de esta clase nadan con restricciones en las articulares de una pierna, amputaciones dobles por debajo de la rodilla o amputación de una pierna. • S10 SB9 SM10: Esta clase corresponde a nadadores con discapacidades físicas mínimas aceptables, como pérdida de una mano o ambos pies y una función significativamente limitada de una articulación de la cadera”.

Monje hace una recopilación exacta sobre las diferentes clases de deportistas con discapacidad física esta está hecha en base a la funcionabilidad de cada uno y de acuerdo también a su tipo de discapacidad como vemos existen una gran amplitud por esto es lo que se hace difícil tener nadadores paralímpicos.

Competencias

En el mundo las competencias empezaron en Stoke Mandeville luego hubo una confrontación con una representación de Holanda convirtiéndose en un gran evento internacional, lo mismo sucedió en EEUU con un equipo de baloncesto de ahí se han formado el comité Paralímpico Internacional quienes organizan y dirigen juegos paralímpicos, copas del mundo, campeonatos del mundo y juegos regionales dejándolo los competencias locales y nacionales a las federaciones de cada país Rodríguez E. P. 2016

Las competencias en si empieza en Gran Bretaña en el centro de lesionados medulares de Stoke Mandeville donde dan impulso para crear los juegos deportivos el 28 de julio de 1948, en EEUU se realizan experiencias medicas parecidas dando un impacto en 1946, igualmente en 1952 Se da forma a una aspiración de participación de otros países y así sucedió con equipo de Holanda que se enfrentaron a sus pares británicos para lo cual en 196 en roma se realizaban los Juegos Olímpico el Dr. Ludwing Guttman y el profesor Maglia con el padrinazgo de la primera dama italiana Donna Cari Gronchi de ahí nació los juegos paralímpicos de ahí se forma el movimiento paralímpico quien rige las competencias como las olimpiadas, la copa del mundo, campeonatos mundiales y las federaciones locales serán las encargadas de organizar las competencias en sus localidades Rodríguez E. P. 2016

2.5.4 NATACIÓN PARALÍMPICA

“La natación adaptada como una solución a muchos problemas” cuando enfocamos la natación pensamos que únicamente sirve para aprender a nadar y nada más, no es así tenemos un abanico de beneficios desde la recreación hasta la salud integral

siendo uno de los deportes más completos donde se fortalecen las articulaciones, ayuda al sistema cardiovascular, aumentado la circulación de la sangre, fortalece el sistema respiratorio aumenta la capacidad de los pulmones a recibir oxígeno, fortalece los músculos, aumenta y mejora la flexibilidad, también ayuda a que la postura del cuerpo mejore, elimina la ansiedad, Vargas, 2016 debemos dar un gran valor a la natación paralímpica para las personas con discapacidad física ya les permite competir

Macías, Gonzales, 2012 Asegura que la natación paralímpica es un deporte que tiene beneficios en la persona con discapacidad física entre otros el desarrollo de la lateralidad orientación, equilibrio, etc. Mejoramiento del tono muscular, supera los prejuicios y miedos, fortifica las relaciones con la sociedad con sus pares, con sus profesores entrenadores, así como se hace una persona independiente con buena autoestima y motivación.

En conclusión según Masías y Gonzáles 2012, “El desarrollo emocional y social a través de las actividades físicas en un medio acuático. Este desarrollo produce los entrenamientos y competiciones” la natación siendo un deporte donde se requiere de mucho sacrificio y disciplina en los entrenamientos y la constancia ayuda a mejorar y desarrollar las capacidades básicas, de la misma manera las diferentes competiciones tanto locales como nacionales le dan un ámbito social a la persona con discapacidad física ya que interactúa con sus pares y otras discapacidades, sus familiares y comunidad en general, incluyendo a todo un conglomerado humano a su alrededor con fines de mejorar la interacción social.

Nadar

Más de saber que natación es de la capacidad de desplazarse en un medio líquido, un concepto más amplio podemos ver que se deriva del “hecho motor” que este está íntimamente pegado a los 4 estilos de natación y la técnica del nado de cada uno de ellos está enfocado a la economía de movimientos, disminuir el gasto energético y por ende el eficiente avance, también existen condicionantes para que esto varíe así la edad, el sexo, tamaño, condiciones físicas. (Mendoza, 2014)

Paralímpico

Los juegos paralímpicos son el máximo exponente mundial del deporte de alto rendimiento deportivo y competitivo practicado por las personas con discapacidad, Torralba, MA Viera, MJ Rubio, 2017. Vemos que el “nombre incorpora el prefijo Griego papa, para” significado de proximidad o similitud con los juegos olímpico de la misma manera en algún rato el nombre se da por la participación de personas con parálisis cerebral y la paraplejia, pero como los eventos son abiertos para todos los tipos discapacidades existentes. Se los denomino como paralímpicos porque son paralelos a los juegos olímpicos los cuales se desarrollan en el mismo año y las mismas instalaciones y organización total googlee, 2017

Según la Real academia de la Lengua se refiere a todo lo relativo a las parolimpiadas o que pertenecen a ella tanto en las organizaciones o estamentos jerárquicos internacionales, regionales, nacionales, locales así como las personas que pertenecen a este como son los deportistas con cualquier discapacidad que practique y compita en un deporte RAE,

Estructura

El deporte que rige para todas las personas con discapacidad es el IPC comité paralímpico para todas las discapacidades (IBSA) deporte para ciegos, (CP-ISRA) parálisis cerebral, (ISMGF) amputados y les Autres, quienes ayudan en la organización de eventos poniendo reglas estandarizas para que no haya ventaja en ningún deporte y prueba, para que la participación sea lo más justa y limpia.

Luego están las federaciones internacionales por deporte estas siguen regidas a por el IPC, en su estructura jerárquicamente comité Paralímpico de cada país con sus respectivas federaciones nacionales por el deporte y los clubes Pérez-Tejero, 2014.

Organismos

los organismos que conforman el movimiento paralímpico o IPC están dirigidos por una asamblea general cuyos miembros son los representantes de las federaciones o comités paralímpicos de cada país siempre y cuando estén organizadas, también está conformada por las 5 federaciones internacionales de discapacidades que son la IBSA federación de deportes para ciegos, CPISRA) federación de personas con parálisis cerebral, INAS-FID federación para personas con discapacidad intelectual, ISMWSF federación para personas en silla de ruedas, ISOD federación para deportistas discapacitados.

También está conformado por 26 comités por deporte que tienen la facultad de opinar y votar. De todo este conjunto la junta directiva o el gobierno del IPC está regida por 12 miembros en los cuales están incluidos el presidente y vicepresidente, IPC, 2016.

Esta estructura se da ya que siempre toda organización debe estar supeditada por un orden jerárquico que en este caso debe de lo más pequeño como es un club deportivo que este para estar formado debe regirse a reglas y reglamentos básicos de organización y es la célula madre para que se formen las otras funciones y estamentos como son las federaciones locales y por deporte que igual que los clubes están enmarcadas por leyes y reglamentos que contienen a todos los clubes subiendo de forma gradual la complejidad ya que abarca y aglutina a un sin número de sociedades pequeñas y que las representa a este grupo en otro nivel más amplio como son las federaciones por discapacidad que tienen a bajo su protección a todos los deportistas de todos los deportes en su discapacidad como hemos mencionado son 4 federaciones una por cada discapacidad estas federaciones tienen un amplio margen de control ya que bajo estas organizaciones están un gran número de personas y deportistas discapacitados, voluntarios, entrenadores, monitores, familiares entonces vemos que son grandes estructuras, estas a su vez están regidas por otras más complejas y grandes como son los comités paralímpicos por países quienes rigen el deporte paralímpico en el Ecuador es Comité Paralímpico Ecuatoriano quienes ayudan, controlan a todas las organizaciones deportivas paralímpicas de todos los deportes de personas con discapacidad.

Debemos mencionar que como todo orden jerárquico la natación paralímpica tiene como principal eje motor al nadador con discapacidad física quien con su clasificación practica el deporte que a su vez debe pertenecer a un club deportivo paralímpico para lo cual debe cumplir ciertos requisitos como el número de deportistas que son 15 y otros reglamentos adicionales, luego se debe formar las federaciones por deporte en este caso la federación paralímpica de natación quienes

son los encargados de velar por el bienestar de los nadadores, organizar campeonatos locales y fomentar la práctica del deporte, y esta debe adherirse a un organismo superior como es el comité paralímpico ecuatoriano quien tiene dos organismos más a su mando como son los comités internacionales por deporte y el Comité paralímpico Internacional quien es la máxima autoridad sobre el deporte paralímpico ellos son los que emanan las leyes, reglamentos, de todos los deportes y organizan eventos, competencias, paralimpiadas y un todas las actividades que deben realizar los deportistas con discapacidad.

Debemos tomar en cuenta que esta organización es muy amplia pero la natación paralímpica es parte de este engranaje y como tal el deportista con discapacidad física debe esforzarse para poder alcanzar su objetivo máximo que es el alto rendimiento y participar en una paralimpiada obviamente que debemos enfocarnos en masificar este deporte.

2.6 Categorías fundamentales de la variable dependiente: personas con discapacidad física

2.6.1 Salud

Como estamos en una era moderna donde la información y la tecnología está a nuestro alcance y podemos ver como los derechos de las personas y en especial las personas con discapacidad han ido mejorando y más que todo respetando, y haciendo cumplir, que falta muchas cosas como un acceso a la salud integral la cual es lamentable decir que es solo curativa y no preventiva, hoy en la actualidad estamos viendo que hay actividades físicas que ayudan a mantener la salud en este caso la natación es una de estas.

Las actividades acuáticas tienen un sinnúmero de beneficios sobre la salud de las personas obteniendo una vasodilatación, incremento del tono muscular y consumo de oxígeno siendo este beneficio para todo el aparato respiratorio, mejora la movilidad de las articulaciones, ayuda a que algunas alteraciones del cuerpo como “la obesidad, la diabetes y la hiperglicemia, enfermedades del corazón” se prevengan y ayuden a la mejora Rodríguez h., 2014.

Como vemos que la discapacidad ha sido ignorada por años ya que esta se ha enfocado como un problema y una tragedia personal y esto ha limitado la participación en la vida social y política por su condición de poseer limitaciones físicas o psicológicas producto de un trauma y estas personas sienten que no han sido integradas por su discapacidad sino por las restricciones sociales, entonces entramos en un conflicto social ya se violan algunos derechos y estos no tienen la misma oportunidad que los otros, también vemos que se han creado leyes y reglamentos para tener ciudadanos más activos y participativos con una mejor distribución social.

La natación un deporte adaptado que permite a las personas con discapacidad física la “readaptación física y psicológica, la lucha contra la incapacidad y la reintegración social” de la misma manera vemos que el deportista con discapacidad física desarrolla destrezas y habilidades que esto sin ninguna duda ayuda a que esta persona ocupe el tiempo libre, tener aficiones, adquirir experiencias positivas de carácter social que coadyuva a gran influencia “en la rehabilitación, la socialización y la integración” Laura Garzón, Nicolás Pachón, Bryan Barreto, 2015.

Al final vemos que la natación adaptada sirve a la persona con discapacidad a que se rompan muchas barreras físicas, y sociales alcanzo esto como una auto superación y que le permite seguir buscando alcanzar metas. Lo que permite que se socialice con sus pares, con el medio donde se desarrollan tanto escolar con familiar donde hay un amplio rango de reconocimiento social y de integración queriendo cada vez lograr y alcanzar su máximo rendimiento para seguir compitiendo con ellos mismos y con sus pares a nivel nacional e internacional que le vayan cimentando la integración social.

Según la Organización Mundial de la salud “es el estado completo de bienestar físico y social que tiene una persona” podemos mencionar que el Dr. Floreal Ferrara este concepto lo abarco en tres tareas distintas así salud física que es la adaptación al medio y estar en constante intercambio con todos , la Salud mental que es el rendimiento y aplicación de las capacidades que tiene en el medio que se desarrolla dándole un equilibrio para poder solucionar problemas que encuentre, Salud social no es más que la combinación de la salud física y salud mental la cual pueda el ser humano convivir en un “equilibrio psicodinámico” con la "satisfacción de sus necesidades”.

Debemos diferenciar entre ejerció físico y forma física lo primero se refiere a todos los movimientos que es producido por el musculo esquelético para realizar tareas propias de la persona. Y el ejercicio físico parte de la actividad física que perite obtener y mejorar la forma física así la fuerza, velocidad, resistencia etc. Entonces vemos que el grado de actividad física ¿puede ser desde moderada hasta de alta intensidad tiene múltiples beneficios e incidencia positiva para mantener y mejorar la salud cardiovascular, en la hipertensión arterial, diabetes, la obesidad, en el

sistema óseo y muscular, salud mental psicológica por eso es importante que la actividad física se la deba potencializar y realizarla rutinariamente no importan la edad, sexo, condición social o condición física. Sara Márquez rosa y Nuria Garatachea vallejo, 2013

La salud en las personas con discapacidad física es muy compleja de mantenerla ya que las malas costumbres de alimentación, el sedentarismo provocado por la lesión de trauma o de nacimiento hace que estas personas dejen de lado la actividad física y el ejercicio provocando que su salud física-funcional se vea en desmedro trayendo como consecuencias como la obesidad que es un mal donde se afecta diferentes órganos y trayendo con esta otras enfermedades colaterales y complementarias como la hipertensión arterial que es mortal ya que al tenerla debe estar medicado, la atrofia muscular esta afecta a la movilidad de la persona con discapacidad física especialmente ya como tiene algún miembro de su locomoción un limitado funcionamiento con la falta de ejercicio los miembros que están funcionando bien o algo se van deteriorando y estas solo cumplen una función vital nada más como para poder moverse para las funciones básicas.

La salud de las personas con discapacidad física se engloba en lo físico, mental y social

La salud mental

El deporte es la llave para mejorar el estado emocional de las personas con discapacidad física debido a que su autoestima va mejorando cada vez a la “superación del logro”, al practicar la natación paralímpica el deportista empieza a influir en el desarrollo personal para mejorar su condición mental teniendo un

desarrollo de autocontrol volviéndose una persona que brinda seguridad y que puede en situaciones de adversidad estar sereno y tomar las mejores decisiones, la autoconfianza es importante que el deportista nadador paralímpico tenga fe en sí mismo como parte fundamental de su salud mental ya que al tener una mayor confianza en sí mismo difícilmente va a ver quién le supere y por ende su psicología siempre va estar en desarrollo, otra parte fundamental de la salud mental es la identidad cuando una persona sabe de dónde viene sus raíces su forma de ser su carácter y se acepta con sus limitaciones físicas, con sus fortalezas tanto en lo deportivo como en su vida diaria se puede considerar una persona saludable psicológicamente que puede afrontar cualquier problema y obstáculo que se le presente tanto en competiciones como en su vida diaria.

De igual manera el auto concepto positivo es otra manera de que la persona con discapacidad física mejora su autoestima la cual debe estar en lo más alto dándole confianza y seguridad, todo esto influye positivamente y en esta persona va creando y regulado hábitos que le permiten ser una mejor persona, y por ende un mejor deportista que pueda enfrentar las dificultades que se le presenten todo esto se logra mediante la práctica del deporte a través de la actividad física donde la natación se la puede practicar a lo largo de toda la vida siendo un deporte de integración e inclusión total de las personas con discapacidad física. Eva Muñoz, Daniel Grote, Cristina Sánchez, 2017

Salud social

El deporte se convierte en una forma de factible de inclusión social y educativo ya que las organizaciones internacionales “(UNICEF,ONU,UNESCO,2014)”

consideran que la actividad física y el deporte son un derecho de todos que no admite discriminación alguna, los beneficios sociales se dan en tanto y cuanto sean visibilizados y adquieran hábitos deportivos que son una motivación para integrarse a la sociedad y por la que se puede seguir rompiendo barreras tanto estructurales de construcción y edificaciones, como prejuicios que tiene mucha gente al ver a una persona con discapacidad física viéndole como un fenómeno o castigo. Es menester recalcar que el deporte como fenómeno social y como tal tiene repercusiones en toda un entorno ya el deportista se prepara tanto técnica, táctico, físico psicológicamente, para enfrentar retos y poder alcanzar logros que le permitan interactuar con su entorno y demostrar que está a la par de las personas convencionales, “el deporte es inspiracional” y romper el paradigma social de incapacidad y que no puede lograrlo, de esa manera también se puede socializar con sus pares, la familia y el entorno.

Podemos tener una perspectiva de que el deporte modifica la conducta social y a su vez promueve en mantener y mejorar la salud mental. María Muñoz, Daniel Garrote, Cristina Sánchez, 2017

Al ser la persona con discapacidad física un ente que puede modificar sus conductas, hábitos, formas de pensar, se adaptan a cualquier entorno ambiental, social, cultural se puede provocar en este grupo vulnerable recuperar, mantener, mejorar la salud con solo la práctica de la natación paralímpica ya como hemos visto es un deporte donde el ser humano llega a ser disciplinado primeramente que es primordial si se disciplina para practicar el deporte obvio va ayudar a todo en su conducta hacia la vida, cambiar hábitos alimenticios lo que va a genera que se alimente bien y con un buen sistema de entrenamiento, con actividades físicas se

pueda genera que se evite el sedentarismo y sus enfermedades colaterales como hipertensión arterial, obesidad, atrofia muscular.

Entonces tenemos que para mantener y mejorar la salud de la persona con discapacidad debemos practicar la natación que es un deporte completo donde se trabaja todos los músculos y la parte aeróbica, con todo esto también podemos hacer una prevención de enfermedades ahorrándoles dinero en tratamientos clínicos.

2.6.2 Condición Física

Podemos enfocarle desde dos palabras la **condición** que está dada al “estado o situación en que se encuentra alguien o algo” bien vemos que en realidad la situación no solo puede referirse a la parte física sino a una serie de alternativas y condicionantes, ahora veamos que es la noción de física se puede relacionar con “la naturaleza corporal” o con la constitución exterior de la persona”.

Podemos deducir entonces que la condición física es el estado del cuerpo de una persona o individuo tanto en el aspecto corporal morfológico como funcional la cual se deriva en condición física buena, mala, pésima de la morfo funcionabilidad Definicion.de, 2008-2017, para tener una buena condición física de las personas con discapacidad motriz o física debe someterse a un programa de entrenamiento periodizado y con cargas e intensidades de baja y alta duración, vemos que el entrenamiento tradicional ayudan a obtener una buena capacidad aeróbica Tito Usima, Javier Tamayo, 2017.

Factores

Los factores para una condición física son muchos hoy vamos a tomar en cuenta dos tipos los cuales están relacionados directamente con el ser humano tomando en cuenta la salud como eje primordial la cual puede variar de acuerdo a otros condicionantes como son la edad, el sexo o género, peso corporal, discapacidad, lesiones, entonces sea cual sea esas condicionantes debe tomar en cuenta estos factores que son: resistencia, movilidad articular, composición corporal, fuerza, velocidad y los relacionados con las habilidades de los movimientos como son: coordinación, Agilidad y equilibrio OCHOA

Entrenamiento

Siendo el entrenamiento deportivo es un sin número de actividad se las organiza en procesos y estos deben ser pedagógicos donde la persona está sometida a diferentes estados de rendimiento y tipos de preparaciones que favorecen y contribuyen al desarrollo total, podemos señalar que todas estas actividades y preparaciones se enfocan en físicas, táctico, técnico y psicológico, tenemos que tomar en cuenta que no podemos poner una encima de otra, pero es importante la parte psicológica ya que pueden estar en iguales condiciones de preparación física, con los otros competidores, atletas se ha visto que los que están mentalmente enfocados ganan sus eventos, pero no solo con la parte mental se gana sino con todo un trabajo integrado. Como es un proceso pedagógico debemos tomar en cuenta las teorías cognitivas y conductistas para usar estrategias y técnicas que permitan al deportista alcanzar sus metas Enedys Moas Acevedo. Hirbins Dopico Pérez, 2013.

Como hemos visto el entrenamiento es una actividad que pertenece a la educación física en la escolaridad se convierte en deporte dando múltiples beneficios como el placebo, de carácter lúdico deportivo, relaciones de amistad, ruptura de monotonía, y crear hábitos. Para todo esto se necesita a más de los tipos de entrenamiento tomar en cuenta los principios de entrenamiento que debemos tomar en cuenta para tener una condición física en el deporte. Los principios son unidad funcional, multilateral, especificidad, sobrecarga, súper compensación, retornos, recuperación, individualidad, continuidad, progresión y principios pedagógicos Eliseo García Canto, Juan José Pérez soto, 2013.

Técnica

Es un conjunto de procesos que están “reglamentados y pautas” que son usadas como el camino para llegar a una meta o un fin. La técnica también “supone que en situaciones similares” el resultado será el mismo ósea que la repetición continua y ordenada o planificada de algunas acciones con el uso de herramientas y con conocimiento durante su vida a dado que la técnica es el fruto de la necesidad del ser humano de cambiar su entorno para tener una mejor calidad de vida, la concreción de las metas se consiguen a través de la práctica y obviamente el uso de la “dicotomía o el binomio que es la prueba y error”, así también se puede agregar que la técnica depurada puede ser transmitida a otras personas y estas a su vez pueden depurarlas mejorarlas y darle un su propio estilo o personalizar Julián Pérez, María Merino, 2012.

Como dice que está en la capacidad de adaptarlo obvio que las personas con discapacidad física las pueden adaptar a su vida tanto diaria como a la natación y pues con adecuado planificación aprenderá la técnica y lo ara de acuerdo a su

funcionabilidad ya que la misma técnica en natación puede variar en la brazada unos con más o menos extensión en el estilo libre esto no afecta a la técnica de cada uno y sigue siendo válida donde se establece una depuración y personalización de la técnica. La técnica esta aplicada a cada uno de los 4 estilos cada una con sus diferentes movimientos.

Estilos

Es necesario entrar un poco en la historia de la natación para saber cómo fueron evolucionando la técnica de nadar, de ahí poder llegar a los estilos actuales nos damos cuenta que tuvieron que pasar cientos de años de constante práctica, así tenemos que los primeros textos que existen sobre la natación Colymbetes 1538 de Wynman, de Arte Natdi 1587 de Digby, y luego Lárt de Nager 1696 de Thevenor Salvador Llana, Pedro Pérez, Amalia del Valle, Pablo Sala, 2016. Con estos antecedentes podemos ingresar al mundo de la natación paralímpica para las personas con discapacidad física, que no es más que la adaptación de los mismos estilos y escenarios que usan las personas convencionales, así la natación adaptada se viene practicando y compitiendo desde los primeros juegos paralímpicos, Roma 1960 siendo este uno de los deportes “emblemáticos” en los eventos, como veremos la natación paralímpica se practican los 4 estilos: libre, espalda, pecho, mariposa, inclusive pueden combinar los estilos, de ahí empieza la adaptación en la salida que pueden salir desde las tres posiciones sobre el cubículo de salida, sentados o desde el agua Joan García, Jordi Catalá, 2015.

De ahí que podemos deducir que la técnica usada en cada uno de los cuatro estilos varía de acuerdo a la discapacidad y pueden adaptarse, de igual manera las reglas

para que todos tengan la misma oportunidad de participar en iguales condiciones, es importante recalcar sobre el entrenamiento tanto físico como técnico, la parte técnica está basado en generar que la técnica se depure y en natación es un deporte muy técnico y sobre todo tiene 4 estilos y cada uno debe ser trabajado durante todo los periodos y estos tienen una biomecánica diferente en lo que se refiere a movimientos corporales dándoles a cada estilo ciertos músculos mayor potencia que otros , lo equivale a se debería entrenar estilo por estilo.

Estilo Libre o Crol

Uno de los estilos de natación y el más rápido ya para su desplazamiento se necesita o se usa todos los segmentos corporales en un movimiento conjunto de piernas y brazos, además existen las fases del estilo que son

- 1) Posición del cuerpo
- 2) Patada
- 3) Brazado
- 4) Respiración

Tomamos en cuenta que el cuerpo debe estar de cubito ventral sobre el agua. Con la cabeza sumergida lo más paralela posible al fondo de la piscina, la patada debe ser en forma alternada que sirve para estabilizar el cuerpo y dar propulsión, la brazada es la compleja ya que esta se subdivide en fases: Tracción, agarre, apoyo, empuje y recobro cada uno de ellos tiene su fundamento y técnica para poder perfeccionar y ser más efectivo en el desplazamiento sobre el agua
Christian Giñin, Fernanda Vele, 2016

Para poder tomar en cuenta la técnica del estilo libre en las personas con discapacidad debemos adaptar ciertos movimientos y eliminar otros por obvia razón, ya que algunos miembros corporales no existen o no tienen el funcionamiento adecuado, tendremos que suprimir ciertas fases o adaptarlas y recompensar con otros movimientos y teniendo como consecuencia una deformación de la técnica. Por esto se llama deporte adaptado.

Podemos darnos cuenta que la clasificación según su funcionabilidad si tiene su razón de ser ya que el rendimiento de los deportistas con discapacidad física en una competencia de estilo crol con la misma distancia de 50-100 metros varía de acuerdo a la clase así un S5 tiene mayor tiempo que un S6, S7 lo que se concluye que mientras más alto es la clase menor es el tiempo empleado Alberto Almena, Javier Pérez, Javier Coteron, Santiago Veiga, 2015. Con este análisis nos damos cuenta que la técnica del estilo libre usaron todos los nadadores lo que hace la diferencia es la movilidad y funcionabilidad de los miembros corporales tanto en frecuencia como en distancia que intervienen en el estilo libre. Tenemos que los nadadores de S5 no tienen los miembros inferiores y algo los superiores o poca funcionabilidad por lo que no existe una patada o brazada adecuada que le permita dar mayor impulso al nadador y por lógica mayor velocidad para lo cual debe compensar con otros movimientos degenerando la técnica convencional y adaptándola a su discapacidad, manteniendo la esencia del estilo libre.

Estilo espalda o dorso

Este como otros estilos tiene un proceso técnico y para entenderlo tenemos que fraccionarlo y ver que tiene fases:

- 1) Posición del cuerpo
- 2) Patada
- 3) Brazada
- 4) Recobro
- 5) Respiración
- 6) Coordinación

la posición del cuerpo es de cubito dorsal sobre el agua, la cadera al nivel del agua, la patada tiene las mismas funciones que el estilo libre la de estabilizar el cuerpo y dar propulsión y se la hace en forma alternada, la brazada de igual forma que el estilo crol tiene sub fases la tracción es la que genera la propulsión del agua con buen agarre cuando la mano entra al agua, apoyo es cuando el brazo realiza el movimiento de la mano opuesta al desplazamiento y empuje esta fase tiene mayor velocidad que el resto, también el recobro esta es la fase que termina el movimiento donde el brazo esta recto con la palma arriba para estar fuera del agua y volver al inicio la respiración es importante tomar en cuenta que la cabeza esta fuera del agua y el nadador puede respirar a voluntad y cuando el crea conveniente para su mejor rendimiento Christian Giñin, Fernanda Vele, 2016.

Igual este estilo en las personas con discapacidad física se debe adaptar a las circunstancias del deportista con discapacidad de acuerdo a la funcionabilidad del deportista y su clasificación las adaptaciones pueden ser la ausencia de la patada o

braceada este estilo es muy practicado inclusive por personas cuadra plejicas ya que la flotación es más fácil y cómodo porque la cabeza esta fuera del agua,

Estilo pecho o braza

Como todo en el deporte tiene una historia y una evolución así el estilo pecho uno de los estilos más antiguos que se puede tener evidencia desde el siglo donde se practicaba la natación en diferentes partes del mundo tomando varios nombre de acuerdo al idioma o lugar donde se practicaba se ha ido perfeccionado hasta obtener la actual técnica ya que en los diferentes campeonatos cada nadador llevaba su forma de nadar Salvador Belloch, Pedro Pérez, Amalie Cebrian, Pablo sal, 2011 y es así como como la FINA (Federación Internacional de Natación) principal ente regulador del deporte olímpico y paralímpico ha dispuesto que todos los estilos de natación tenga reglas establecidas y la braza tenga una técnica adecuada y unificada para todos los nadadores del mundo, y que no haya ventajas es así que la natación y el estilo es muy técnico y que puede ser descalificado por no ejecutar adecuadamente estilo que para su ejecución tiene sus fases que tienen movimientos cíclicos: el nadador flota de cubito ventral sus brazos empiezan al frente luego hace un circulo con los estos todo esta secuencia se la realiza dentro del agua, de la misma manera las pierna tienen un movimiento de inicio poniendo los pies atrás y juntos, luego recogíéndolos pies y las piernas al final la patada de impulso se hace para afuera y nuevamente empieza el movimiento cíclico Wipimedia, estilo pecho, 2017.

Estilo Mariposa

Igualmente que el resto de estilos la mariposa es muy técnica y que hay que fraccionarla en fases que son la tracción, el recobro, los dos batidos, y la respiración

el total de estas fase se compone el estilo y se repite volviéndose en movimientos cíclicos, de ahí que cada fase tiene sus fundamentos podemos decir que este estilo es una variante del estilo braza los brazos van hacia delante por encima del agua y para atrás por dentro del agua teniendo su fase de impulso de los dos brazos esto va complementando con el movimiento de la cadera de forma ondulante al momento de introducir la cabeza en el agua y la fase final es la patada que empieza ascendente y luego desciende fuertemente de los pies juntos Astray, 2014.

Igual que las anteriores estilos que regula la FINA tiene su reglamentación, pero tenemos que tomar en cuenta que la natación adaptada como su nombre lo dice hay que adaptar ciertas acciones, reglas, movimientos sin dejar a un lado la esencia o fundamento básico de la técnica del estilo, así que el movimiento de los brazos y piernas se los hace siempre y cuando posea todos los miembros o estos tengan una buena o alguna funcionabilidad y este estilo es muy complicado y algunas personas con discapacidad física con una funcionabilidad limitada como son cuadripléjicos, lesiones medulares esto influye mucho, de la misma manera por obvia razón si solo posee un brazo o una pierna o no los tiene tendría que ejecutar solo con un miembro las otras fases normalmente por eso es importante su clasificación funcional y la preparación física y técnica,

Es importante tomar en cuenta que al ejecutar este estilo se puede deformar la técnica, pero no cambia su esencia fundamental que es el decúbito ventral dentro del agua y movimientos ondulatorios conjuntamente con la respiración.

2.6.3 Capacidades físicas

Al ver la conclusión de Daniel Barea, 2009 tendríamos que tomar en cuenta el termino de cualidad o capacidad motriz y lo define “como una característica global de la motricidad humana, expresada a través del movimientos dotada de potencial genético y desarrollada a raves de un proceso de aprendizaje” si entonces podemos deducir que todo ser humano está capacitado para realizar movimientos naturalmente que obviamente seria respirar caminar, lanzar, saltar ya que viene estructurado y heredados en los genes y que estos se desarrollan y se mejoran con métodos y técnicas planificadas y tienen que estar controlados con lineamientos enmarcados en lo psicológico y fisiológico tomando en cuenta varias condicionantes

Vemos que hay discrepancias entre cualidades y capacidades y también muchas similitudes y al hilar muy fino vemos que las cualidades y capacidad se subdividen y se amplía, pero entonces vamos a tomar en cuenta “las tradicionales” que no han cambiado y se mantienen son: la fuerza, resistencia, flexibilidad, velocidad. Que, igual que las cualidades para ser desarrollada en el ser humano deben someterse a un entrenamiento planificado, sistemático y controlado, todo esto debe ser medido y evaluado Carrera, 2015.

Fuerza

Según la rae la fuerza “capacidad para mover algo o a alguien que tenga peso o haga resistencia” (RAE, DICCIONARIO DE LA RAE), también existen varios autores que definen a la fuerza en varios momentos o enfoques pero lo que concuerdan es que para realizar un trabajo para vencer un peso se usa un musculo

y sería el termino adecuado “fuerza muscular” ya para realizar un trabajo para superar un peso levantarlo, bajarlo, empujarlo, jalarle, tanto interna como externa se necesita de que el músculo se accione.

De ahí que es importante que para el deportista con y sin discapacidad se necesita que la fuerza sea desarrollada según la disciplina deportiva que practique esto coadyuva a un buen rendimiento deportivo, también podemos decir que el cuerpo posee alrededor de 600 músculos y en las personas con discapacidad según la lesión tendrán menos músculos que se encarguen de producir el movimiento, existiendo 3 tipos de contracción muscular “isotónica, isométrica, auxotónica, de ahí la fuerza se subdivide en varias fuerzas máxima, resistencia, rápida explosiva. Galicia, 2014.

Velocidad

Según la (RAE, DICCIONARIO REAL ACADEMIA) es la magnitud que expresa el espacio recorrido de un móvil o cuerpo en una unidad de tiempo, cuya unidad en el sistema internacional es metro por segundo (m/s) esta referencia es muy acertada y general ya que el ser humano es un cuerpo que siempre está en movimiento y pues este movimiento está íntimamente ligado con el tiempo por medio del cual los movimientos deben ser rápidos para que estos sean en un menor tiempo.

Tomando en cuenta que los deportes natación atletismo y otras necesitan de la capacidad física resistencia pero durante años las investigaciones han llevado a reconocer que se debe trabajar tanto la resistencia aeróbica como anaeróbica Arroyo, 2015 debemos tomar en cuenta varios condicionantes o factores para medir la velocidad en longitud de la brazada, frecuencia de la brazada todas estas fuerzas están encaminadas a influir y determinar la velocidad del nadador Oviedo, 2015 y

como natación es un deporte con un alto grado de especificidad la velocidad será trabajada en alta intensidad adaptado a este deporte ya hay competencias donde la velocidad es importante ya que debe ser equiparada al tiempo deseado para completar la distancia de una prueba en una competición, para lo cual se debe hacer un trabajo de repeticiones y fraccionado Arroyo, 2015

Resistencia

Es la capacidad del cuerpo humano que consiste en que se puede desarrollar cualquier actividad de índole físico por largo periodo de tiempo para lo cual el principal órgano que ayuda a que esta se realice con toda su capacidad es el corazón ya permite a que la sangre irrigue todos los rincones del cuerpo llevando el oxígeno y energía en especial a los músculos y tendones donde se produce el movimiento y que esta función hace que la sangre contenga más oxígeno y lleve con mayor rapidez y con gran eficiencia para que el trabajo prolongado se efectúe adecuadamente para conseguir una buena resistencia definición. de 2012, podemos adherirla resistencia lo que dice Garrido sobre la resistencia que no varía en su esencia sobre el concepto de resistencia ya que es otra capacidad físicas del hombre que sirven para ejecutar cualquier actividad física o deportiva siendo está, importante para la preparación fisiológica para la vida diaria como para tener una forma deportiva la cual optimiza el suministro de oxígeno y algunas fuentes de energía a los músculos esto afecta a otras capacidades según Garrido, 2013, todo este concepto es aplicable a las personas con discapacidad física ya que estas al ser seres humanos con vida pueden desarrollar normalmente la resistencia, obviamente tomando en cuenta la funcionabilidad y que esta capacidad física se puede desarrollar como parte fundamental de la vida diaria ya que para realizar sus

actividades normales como desplazamientos a lugares de trabajo estudio le ayudarían para que las realice con facilidad y en largas jornadas así también para la forma deportiva que quiere decir que el nadador paralímpico debería tener una buena resistencia para tener un óptimo rendimiento en los entrenamientos y competiciones tomando en cuenta que siempre se someta a un plan o programa de entrenamiento.

Flexibilidad

La flexibilidad es una capacidad física condicional que posibilita a la articulación su máximo recorrido es decir su desplazamiento Pérez, 2016 también es importante lo que otras concepciones que al final dan la misma idea o parecida así definen a la flexibilidad como una de las capacidades físicas que recalca la amplitud de movimientos en general de una sola articulación, que esta debería ser tomada en cuenta para la persona con discapacidad física ya que por su lesión que le afecta a uno o varios miembros pues se tomara en cuenta la articulación del miembro no afectado o el menos afectado así también se puede decir que la flexibilidad puede darse por la amplitud de todas las articulaciones ya que en un conjunto de articulaciones dan un movimiento más o menos correctos dependiendo del deporte así también para la amplitud de movimiento hay que tomar en cuenta varios factores como la edad, sexo, nivel de entrenamiento, práctica deportiva, Eraña Arregui, Martínez de Haro, 2001 y pues basándonos en estas definiciones y adaptándolas a la discapacidad física no mucha diferencia ya que debemos basarnos en la amplitud de movimiento en cada uno de las articulaciones de los miembros que lo puedan hacer, y pues con el trabajo en la piscina lograr mejorar y desarrollar la flexibilidad la cual varia fuera y dentro del agua ya que en el agua se relaja todo

el cuerpo y se puede extender con mayor facilidad obteniendo una mejor amplitud de movimiento para el gesto técnico.

2.6.3 Persona con Discapacidad

Según la OMS la discapacidad es amplia y muy general la cual enmarca “las deficiencias, las limitaciones, y las restricciones” enfocando así tres conceptos en uno “las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. “Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales” vemos que la discapacidad es un compendio y análisis sobre el asunto médico, social donde la persona con discapacidad tiene afectadas algunas funciones corporales que estas están afectando para que las tareas diarias y cotidianas no sean hechas con facilidad y por ende se dificulta la participación en el entorno y la sociedad salud, 2017.

La definición de persona con discapacidad se puede ver desde varios modelos filosóficos, así desde el modelo de prescindencia que veían la discapacidad como un castigo de los dioses, por los pecados cometidos, mensajes del diablo, dando como consecuencia que el niño sea un pecado de sus otra es que eran excluidos y marginados a la pobreza. Otro modelo es el rehabilitador donde el pensamiento sobre las personas con discapacidad son científicas donde las personas ya son consideradas útiles y necesarias siempre que sean rehabilitada dándole un significado de más de independencia y se considera como un problema personal ocasionado por una enfermedad o accidente de que desde lo jurídico se plantea “la

asistencia y la seguridad social” y formando leyes que amparen dándole un estándar de normalidad. Por ultimo tenemos un modelo social el cual es más innovador las cuales rechazan los modelos anteriores y que más bien incluye a las personas con discapacidad como parte fundamental de la sociedad y que pueden aportar como cualquier otra persona o ser humano con las virtudes y defectos que tienen los mismos derechos humanos universales la cual incluye la satisfacción de las necesidades básicas y la solidaridad Agustina Palacios, Francisco Bariffi

Desarrollo integral

Es una política que permite la inclusión de las personas con discapacidad mediante las actividades intencionales y organizadas para satisfacer las necesidades afectivas cognitivas, corporales y espirituales inherentes a la condición humana como motor de cambio en su calidad de vida César Cáceres, Lourdes Pérez, Soledad Benítez, 2005. Lo que les permite a las personas con discapacidad física como ente generador de cambios tanto internos como externos y que esto ayuda a desarrollarse de manera íntegra tanto física, psicológica, y algo muy importante que mediante la natación paralímpica ofrece a este grupo de personas que se pueda incluir a la sociedad de forma proactiva y sin discrimen dándole un aire de presencia y que puede realizar todas las actividades casi con normalidad obviamente que hay que prestarle todas las comodidades y facilidades para que puedan acceder tanto de forma física ósea sin barreras arquitectónicas como barreras de prejuicios, la que mediante la natación adaptada se puede lograr y poco a poco quitando el prejuicio de que el pobrecito y no puede realizar algunas actividades.

Inclusión

La inclusión de las personas con discapacidad física en el deporte y las actividades físicas es un derecho consagrado en la organización de las naciones unidas en el art.31 y también en la constitución Ecuatoriana “podríamos considerar la inclusión como aquel proceso en que la persona con discapacidad comparten el mismo espacio, materiales y actividades que sus compañeros” Reina, inclusión en deporte adaptado, 2014.

Tendríamos que tomar en cuenta que el deporte adaptado tiene varias modalidades reuniéndolas en el deporte adaptado con sus respectivos niveles desde el recreativo, formativo y competitivo esto influye en la persona con discapacidad física sea incluida en el deporte, la sociedad y por ende en la salud.

Inclusión Deportiva

Es importante tomar en cuenta lo que dice Victoria Jones, Andrea rey, 2015 “no hay dos sujetos iguales o dos alumnos con niveles acuáticos iguales” siguiendo este precepto podemos también aplicarlas a la discapacidad es muy compleja que dos personas con las misma discapacidad – deficiencia puedan también ser iguales por esta razón la enseñanza – aprendizaje de la natación se hace muy compleja.

Para tener una verdadera inclusión deportiva debemos tomar muy en cuenta que debemos romper las barreras la cual se viene dada desde como usamos la palabra discapacidad ya podemos dar entender que es una persona no capacitada intelectual, ni preparada, sin educación, por eso debemos decir una persona con discapacidad y no discapacitado esta información es útil para evitar la confusión y que la persona

con discapacidad física se sienta ofendida y empezar a incluirlas, al estar inmiscuidas en el deporte debemos tener en cuenta que tienen que entrar en un proceso de adaptación para poder iniciar luego de una evaluación individualizada tanto en su discapacidad como en su funcionabilidad para poder clasificarlas y empezar a trabajar desde este punto como sabemos la natación es un deporte individual y como tal en la natación paralímpica con más razón ya que tenemos 10 clasificaciones y cada una de ellas tiene su propio estilo y adaptación de ahí que debemos tener muy en cuenta para poder incluirlas deportivamente y que logre tener un espacio donde pueda desarrollarse también socialmente al intercambiar experiencias con sus pares y todo el entorno deportivo

De la misma forma para que la persona con discapacidad física pueda acceder a la práctica deportiva tenemos que quitar las barreras arquitectónicas de movilidad primerito si no hay una adecuada sistemas de rampas por la ciudad, buses accesibles, gradas que le permitan llegar a la piscina todo esto afecta a que estas personas no puedan acceder con facilidad a practicar ningún deporte. El acceso a las piscinas son otro delimitante ya de igual manera estas están construidas pensando en la comodidad del caminante persona convencional, y si lograr acceder a la piscina al querer ingresar al agua se presenta otra dificultad que tienen que lanzarse al suelo sentado, acostado y luego ingresar al agua.

La persona con discapacidad física debe tener informes médicos si puede o no integrarse a practicar el deporte como tal caso contrario la práctica de la natación quedaría como recreación o de rehabilitación (por salud) luego de un proceso de evaluación tanto fuera como dentro del agua de la persona con discapacidad física adaptación, aprendizaje, desarrollo de habilidades y capacidades y el mejoramiento

de estas capacidades a través de un plan de entrenamiento todo esto nos conlleva a que la persona con discapacidad física se integra al deporte como parte de un sistema deportivo y por ende se relaciona y compete con sus pares y con otras personas con igual o mayor grado de discapacidad física dando que la práctica del deporte en el medio acuático ayuda al “desarrollo, la formación integra hablando de integra que desarrolla destrezas, afectivas, motrices y cenestésico - táctiles”

Rodríguez, H. , 2014

2.7 Hipótesis

La natación paralímpica ayuda de manera significativa al desarrollo integral de las personas con discapacidad física de los clubes Tungurahua, Asoplejicat y deportistas Independientes del cantón Ambato en el año 2017.

2.8 Señalamiento de Variables

Variable Independiente: La Natación Paralímpica

Variable dependiente: Personas con Discapacidad Física.

CAPÍTULO III METODOLOGÍA

3.1 Enfoque

La presente investigación tendrá los principios del paradigma crítico propositivo de carácter cuanti-cualitativo.

Cuantitativa: es cuantitativa porque se recolectarán datos numéricos que serán transformados en cuadros estadísticos tanto descriptivos e inferencial.

Cualitativa: Cualitativa por cuanto todos los resultados estadísticos serán interpretados de acuerdo y con el apoyo del marco teórico.

3.2 Modalidad básica de la investigación

Investigación de campo: Esta investigación es de campo porque es un estudio sistemático de los hechos en el lugar donde están los acontecimientos, se tiene contacto en forma directa con la realidad de las personas con discapacidad, se obtiene información de acuerdo a los objetivos del proyecto. Este trabajo de investigación se desarrolló en los integrantes de cada uno de los clubes que intervienen en el proceso investigativo, en los cuales se realizó la encuesta y luego de su análisis e interpretación se ejecutó la propuesta de la formación del club deportivo paralímpico.

Investigación bibliográfica o documental: Esta investigación es bibliográfica porque conoce, compara, amplía, puntualiza y deduce diferentes enfoques teóricos, conceptualizaciones y criterios de diferentes autores enfocados a dar un sentido de corroboración y ampliar los temas de esta investigación. Se ha encontrado libros, revistas, material en la web relacionados con el tema sobre la natación deporte

paralímpico en las Personas con Discapacidad Física las cuáles han sido citados en todo el proceso de investigación

3.3 Tipo o nivel de investigación

Método histórico – lógico

Me va a Facilitar conocer la evolución y desarrollo teórico e histórico de la natación paralímpica para personas con discapacidad físicas tanto a nivel internacional, nacional y local donde tendré un contexto más exacto para definir mi tema de investigación y poder comparar el pasado el presente y también hacer una proyección para el futuro del deporte paralímpico con argumentos valederos pues “quien no conoce su historia está presto a repetirla” y lo importante es basarse en el pasado corregir errores, mejorar lo bueno y pues pensar que el futuro va ser mucho mejor con grandes expectativas.

Exploratoria: Es exploratoria porque se dio una visión aproximada sobre la natación adaptada y su incidencia en la formación integral de las personas con discapacidad física, se ha utilizado este tipo de investigación por cuanto el tema ha sido poco explorado y reconocido como se puede observar en los antecedentes de la investigación.

Descriptiva: Es descriptiva porque vamos a detallar y narrar los cuadros y gráficos lo más detallada y exhaustiva posible sobre la realidad de los deportistas paralímpicos con la finalidad es obtener, interpretar, exponer y presentar los datos más relevantes y verídicos de la natación adaptada, el deporte paralímpico y su influencia en el desarrollo integral de las personas con discapacidad.

La proporción: se usó la proporción ya que se hará una comparación de proporción entre los diferentes parámetros de investigación tanto en el ámbito local, nacional e internacional, el nivel de proporción de nadadores paralímpicos con discapacidad física con la población en general y sus pares.

Método analítico – sintético: este método nos permitió analizar los datos que arroja la encuesta y los test sobre el problema de la natación adaptada y el deporte paralímpico, y como está afecta al desarrollo integral de las personas con discapacidad física. De la misma manera sintetizaremos en cuadros estadísticos los resultados de la investigación sobre cómo influye en la persona con discapacidad física la natación paralímpica

3.4 Diseño de la investigación

La presente investigación es de tipo no experimental donde se conoce la percepción de los Deportistas con Discapacidad Física y de los Docentes en el la incidencia de la natación en el desarrollo integral de las Personas con Discapacidad Física

3.5 Población y muestra

3.5.1 Población

La población de estudio y los elementos investigados fueron de 37 Deportistas con Discapacidad física, de los clubes Tungurahua, Asodif-Asoplejica e independientes del cantón Ambato 20 Docentes profesionales de educación física, dando un total de 57 participantes, se trabajó con toda la población.

3.5.2 Participantes

La población total fue de 57 personas de los clubes del cantón Ambato sin tomar en cuenta la edad ni sexo ya que existe una sola mujer en el grupo de encuestados, para

la comprobación de la hipótesis no se trabajó con una muestra, ya que era muy importante conocer la percepción de todos los deportistas y Docentes.

3.6 Procedimiento

Al tener la aprobación del estudio por parte de la Universidad Técnica de Ambato, se movilizó hasta los sitios de entrenamiento y reunión, como a los domicilios de los deportistas con discapacidad física de los clubes Tungurahua, asodif-asoplejicat e Independientes del Cantón Ambato así como a los Docentes de educación Física de los diferentes unidades educativas del cantón Ambato para socializar el objetivo de este estudio, lo cual se tomó más tiempo que se pueda realizar la encuesta.

3.7 Técnicas e Instrumentos

3.7.1 cuestionario 1

Cuestionario de 10 ítem enfocados en 3 aspectos fundamentales sobre el conocimiento total de natación paralímpica, si tienen claro sobre el desarrollo de integral, otro enfoque está enmarcado sobre factores asociados a la no práctica la natación adaptada, y por último la integración de los deportistas de los clubes existentes e independientes.

3.7.1 cuestionario 2

Cuestionario a los docentes de Educación Física con 7 ítem enfocados en el conocimiento de la natación paralímpica y sus beneficios a las personas con Discapacidad Física

3.8 Análisis Estadístico.

Para la obtención de resultados se utilizaron formulas estadísticas como porcentajes, medias al total

3.9 Operacionalización de variables.

3.9.1 Variable independiente: Natación Paralímpica

Contextualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems Básico	Técnicas e instrumentos
Es un deporte convencional de la cual se deriva la natación adaptada con sus niveles, la cual tiene reglas y reglamentos establecidos y que mediante la actividad física y la práctica constante con un programa de acondicionamiento físico se desarrollan y mejoran las capacidades físicas, y es practicada por las personas con discapacidad física	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Deporte adaptado ✓ Actividad física ✓ Niveles 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reglas ✓ Estructura ✓ organismos ✓ Acondicionamiento físico ✓ Recreación ✓ Competitivo ✓ Alto rendimiento 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1.- ¿Conoce sobre la natación adaptada y/o paralímpica? ✓ 2.- ¿La natación paralímpica siendo una actividad física ayuda a tener una buena condición física que es parte del desarrollo integral de las personas con discapacidad física? ✓ 3.- ¿le gustaría participar en competencias de la natación paralímpica? ✓ 4.- ¿existen en Ambato piscinas totalmente accesibles para que la persona con discapacidad física realiza el proceso de deporte adaptado? ✓ 5.- ¿le gustaría pertenecer a un club deportivo paralímpico que practiquen la natación adaptada? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Encuesta

Tabla 1: Variable independiente

Elaborado por: Hurtado 2017

3.9.2 Variable dependiente: Personas con discapacidad física

Contextualización	Dimensiones	Indicadores	Ítems Básico	Técnicas e instrumentos
Es un ente disminuido en alguna de sus funciones con capacidades físicas que están predispuestos al cambio tanto en lo psicológico físico condición física mediante las actividades intencionales y organizadas para satisfacer las necesidades afectivas cognitivas, corporales y espirituales inherentes a la condición humana como motor de cambio en su calidad de vida.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacidades física ✓ Disminución en las funciones Condición humana 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ fuerza ✓ velocidad ✓ resistencia ✓ flexibilidad ✓ niveles de discapacidad física ✓ Clasificaciones ✓ psicológico ✓ físico ✓ social 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 1.- ¿conoce usted si tiene una clasificación para que pueda practicar el deporte de natación paralímpica ✓ 2.- ¿está de acuerdo que la natación adaptada ayuda al desarrollo de capacidades físicas como fuerza, flexibilidad, resistencia y velocidad de las personas con discapacidad física? ✓ 3.- ¿conoce usted los estilos de natación y su técnica? ✓ 4.- ¿la natación paralímpica es un medio más para que las personas con discapacidad Física tengan una verdadera inclusión social como el desarrollo integral? ✓ 5.- ¿Considera que la práctica de la natación como deporte ayuda al desarrollo integral como: deportivo, la salud y social de las personas con discapacidad física? 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Encuesta

Tabla 2: Variable dependiente

Elaborado por: Hurtado2017

3.8 Plan de Procesamiento de la Información.

Preguntas Básicas	Explicación
1.- ¿Para qué?	Cumplir con los objetivos de la investigación. Analizar sobre incidencia que tienen en las personas con discapacidad física la natación paralímpica y dar alternativas de solución al problema planteado
2.- ¿De qué personas u objetos?	Deportistas de los clubes Tungurahua, Asodif-Asoplejicat e independientes y docentes de educación física de las Instituciones Educativas de la ciudad
3.- ¿Sobre qué aspectos?	El desarrollo integral (deportivo, social, salud) de las personas con Discapacidad física
4.- ¿Quién? ¿Quiénes?	Investigador: Hurtado Puga Angel Celio, 37 deportistas con discapacidad física y 20 docentes
5.- ¿Cuándo?	En el año 2017
6.- ¿Dónde?	En el Cantón Ambato con los deportistas de los clubes Club Tungurahua, Asodif-Asoplejicat y Deportistas independientes
7.- ¿Cuántas veces?	Una sola vez
8.- ¿Qué técnicas de recolección?	Encuesta a deportistas y docentes
9.- ¿Con qué?	Cuestionario estructurado
10.- ¿En qué situación?	Entorno del cantón Ambato

Tabla 3: Plan de procesamiento de la información

Elaborado por: Hurtado 2017

3.9 Técnicas e instrumentos de recolección de la información.

Observación.- con esta técnica se ha podido observar el fenómeno, hecho o caso, para poder tomar la información y registrarla para que se posteriormente analizarla. La observación es fundamental en todo el proceso de investigación, esto es un apoyo y que el investigador pueda obtener el mayor número de datos posibles y que sea lo más acertado posible. El conocimiento y la ciencia se han desarrollado gracias a la observación. Pues esta técnica ha sido usada durante todo el periodo de esta investigación.

Encuesta.- Para la recolección de la información se utilizó la encuesta que es una técnica donde se obtiene datos de opiniones impersonales de varias personas que es de suma importancia para el investigador, para esto se utilizó un cuestionario que contiene una serie de preguntas por escrito para que sea contestada igualmente por escrito, que sirvieron para medir opiniones de hechos o eventos específicos que se los aplicó a Deportistas con Discapacidad Física y Docentes de Educación Física que fueron parte de la población de estudio. Es impersonal porque es anónimo sin identificación de las personas encuestadas.

Las preguntas que se aplicaron a Deportistas con Discapacidad Física y Docentes fueron elaboradas de forma cerrada; es decir que constaron con dos opciones de respuesta que son: sí y no. Dichos instrumentos se aplicaron directamente en los lugares de reunión de cada club que interviene en esta investigación.

3.10 Procesamiento y análisis de la información

Con la información recogida se realizó la limpieza de la información defectuosa, contradictoria incompleta y en algunos casos no pertinentes.

Se tabulará los cuadros según las variables y la hipótesis que se propuso y se representó gráficamente.

Se analizará los resultados estadísticos de acuerdo a los objetivos e hipótesis planteada.

Se interpretará los resultados con el apoyo del Marco Teórico.

Se comprobará y se verificará la hipótesis.

Se establecerán las respectivas conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRERACION DE RESULTADOS

4.1 Análisis e interpretación de resultados

Al haber realizado las encuestas y obtenido los resultados de estas, a los diferentes grupos de observación, se procese a aplicar el análisis de los resultados en forma técnica y detallada la cual fue representada en tablas estadística con sus respectivos gráficos e interpretada y descifrada científicamente

Encuesta a personas con discapacidad

PREGUNTA 1.- ¿conoce sobre la natación paralímpica?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	15	41%
NO	22	59%
TOTAL	37	100%

Tabla 4: Pregunta 1, encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Hurtado 2017

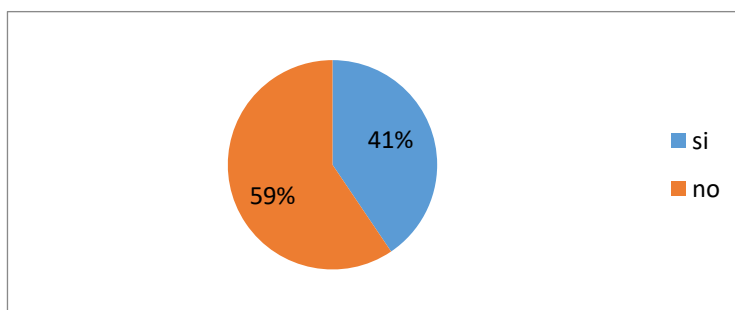


Gráfico N° 5 Pregunta 1, encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 41% que representan a 15 personas conocen sobre la natación paralímpica y/o adaptada en cambio el 59% que son 22 personas no conoce sobre la natación paralímpica y/o adaptada

Interpretación:

Siendo la natación adaptada un deporte paralímpico y que puede ser practicada por todas las personas y que esta tiene múltiples beneficio que ayudan al desarrollo integral de los que practican, cómo podemos evidenciar la mayoría de deportistas con Discapacidad Física no conoce sobre la natación paralímpica y/o adaptada por lo que no se alcanzan a un desarrollo integral

PREGUNTA 2.- ¿La natación paralímpica siendo una actividad física ayuda a obtener una buena condición física que es parte del desarrollo integral de las personas con discapacidad física?

Alternativa	Alternativa	Porcentaje
SI	37	100%
NO	0	0 %
TOTAL	37	100%

Tabla 5: Pregunta 2, encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Hurtado 2017

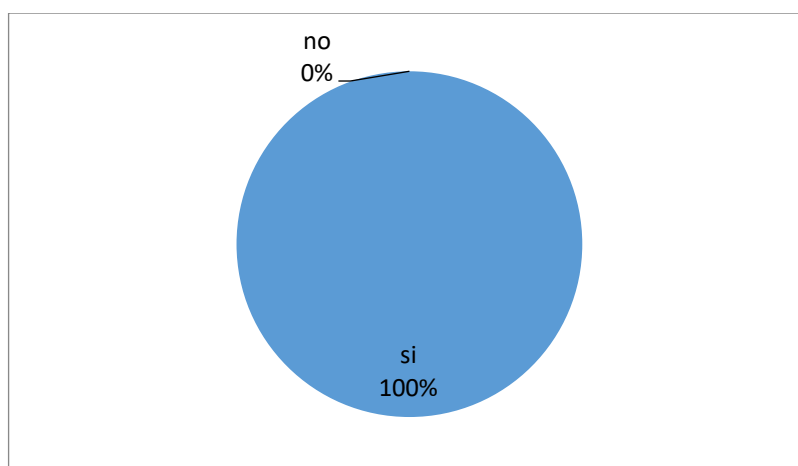


Gráfico N° 6 Pregunta 2, encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 100% que representan a 37 personas conocen que la natación paralímpica como actividad física ayuda a obtener una buena condición física

Interpretación:

La actividad física es parte fundamental en el ser humano para mejorar su condición física en lo que se refiere a velocidad, fuerza, resistencia, tonificación muscular y como tal cuando se direcciona a un deporte como la natación adaptada y/o paralímpica se puede desarrollar y mejorar la condición física como un complemento al desarrollo integral de las Personas con Discapacidad Física.

PREGUNTA 3.- ¿sabe nadar?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	8	22%
NO	29	78%
TOTAL	37	100%

Tabla 6: Pregunta 3, encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Hurtado 2017

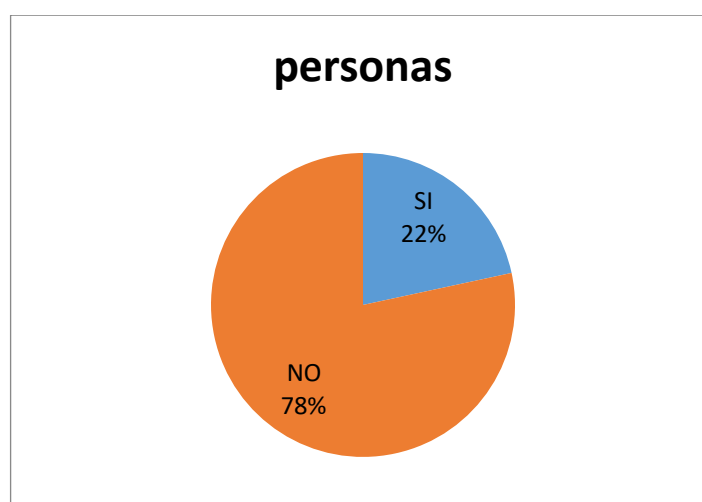


Gráfico N° 7 Pregunta 3, encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 78% que representan a 29 personas con Discapacidad Física No saben nadar y el 22% que son 8 personas con discapacidad física Si saben nadar

Interpretación:

Siendo la natación adaptada una disciplina de índole terapéutica y recreacional se puede convertir en deportiva y competitiva, puede servir como un medio para el desarrollo y mejoramiento de habilidades y destrezas que van en beneficio de las personas con discapacidad física pero cuando no se sabe nadar como en este caso es muy difícil que se logre este objetivo lo que hace que va en desmedro de su desarrollo integral

PREGUNTA 4.- ¿conoce usted si en el cantón Ambato existen piscinas totalmente accesibles para que las personas con Discapacidad Física puedan practicar la natación adaptada?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	5	14%
NO	32	86%
TOTAL	37	100%

Tabla 7: Pregunta 4, encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Hurtado 2017

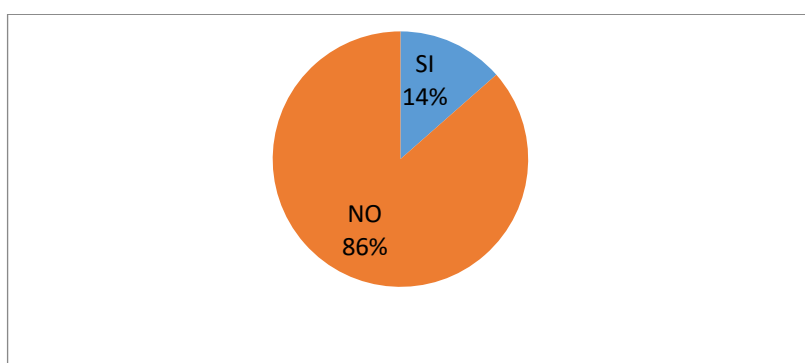


Gráfico N° 8 Pregunta 4, encuesta a personas con discapacidad

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 86% que representan a 32 personas con discapacidad física no una piscina totalmente accesible para la práctica de la natación Adaptada y el 14% que son 5 deportistas con Discapacidad Física si conocen una piscina donde pueden practicar la natación adaptada

Interpretación:

Para poder acceder a practicar cualquier deporte se necesita tener accesos adecuados y comodidades inherentes al deporte, y en este caso la natación adaptada como su palabra lo dice se debe adaptar las cosas básicas rampas de acceso, casilleros y baños adecuados, pasamanos, accesorios para poder entrar en la piscina. Entonces en Ambato no existen piscinas totalmente adecuadas para poder practicar la natación adaptado y con ello las Personas con Discapacidad Física no puedan acceder a obtener un desarrollo integral como parte del bienestar de los deportistas

PREGUNTA 5.- ¿le gustaría pertenecer a un club deportivo paralímpico donde practiquen la natación adaptada como deporte?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	28	76%
NO	9	24%
TOTAL	37	100%

Tabla 8 Natación adaptada

Elaborado por: Hurtado 2017

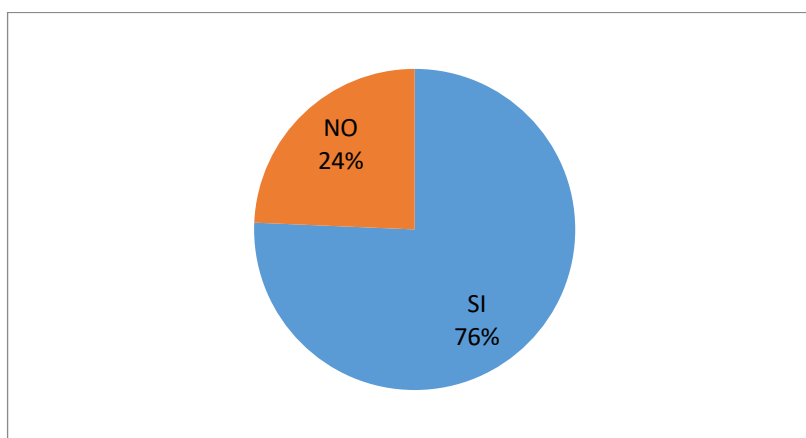


Gráfico N° 9 Natación adaptada

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 76% que representan a 28 personas con Discapacidad Física les gustaría pertenecer a un club donde también se practique la natación adaptada y un 24% que son 9 personas encuestadas que no integrarían un club de natación adaptada.

Interpretación:

Practicar la natación individualmente como parte de la recreación es bueno pero al estar agrupado y regido por un club se podría beneficiar ya estaría compartiendo vivencias con sus pares motivarse para practicar la natación, de poder someterse a un plan de entrenamiento y poder participar en competencias nacionales e internacionales con ello se puede integrar con sus pares y ser reconocido y poder insertarse en el entorno y la sociedad

PREGUNTA 6.- ¿le gustaría conocer su clasificación funcional para que pueda practicar la natación paralímpica?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	37	14%
NO	0	86%
TOTAL	37	100%

Tabla 9 Natación paralímpica

Elaborado por: Hurtado 2017

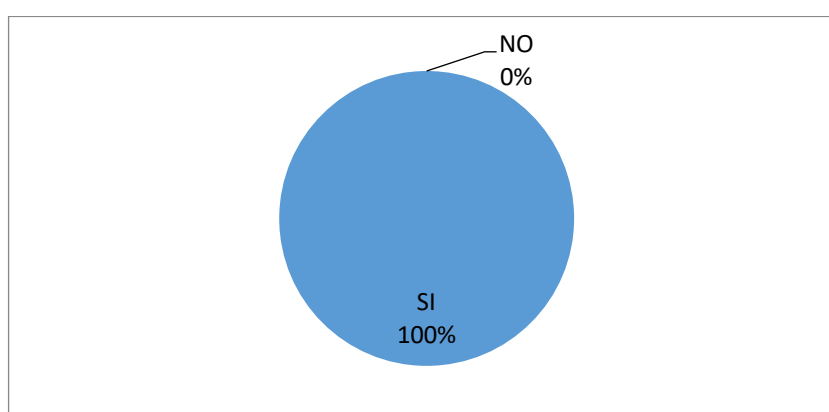


Gráfico N° 10 Natación paralímpica

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 100% que representan a 37 personas les gustaría conocer su clasificación en natación para poder practicar este deporte

Interpretación:

En esta pregunta sobre si le gustaría conocer su clasificación obtuvimos que todos los deportistas deseen conocer su clasificación es importante conocer algo para poder apropiarse y poder hacer uso con la práctica de la natación en su categoría y algunos quieren saber su clase por cultura general y si algún día se presenta la oportunidad de practicar la natación

PREGUNTA 7.- ¿Está de acuerdo que la natación paralímpica ayuda al desarrollo de capacidades físicas (fuerza, flexibilidad, resistencia, velocidad) y obtener una buena condición física, como parte del desarrollo integral de las personas con discapacidad física?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	25	68%
NO	12	32%
TOTAL	37	100%

Tabla 10 desarrollo de capacidades físicas

Elaborado por: Hurtado 2017

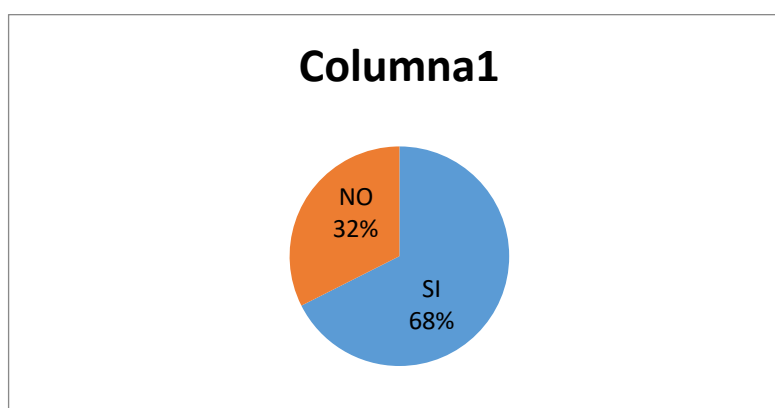


Gráfico N° 11 desarrollo de capacidades físicas

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 68% que representan a 25 Personas con discapacidad física si conocen que la natación adaptada y/o paralímpica ayuda a mejorar y desarrollar las capacidades físicas y mantener una buena condición física como parte del desarrollo integral. Y un 32% no conocen sobre los beneficios que la natación adaptada y/o paralímpica brindan para el desarrollo integral

Interpretación:

Las capacidades básicas son innatas en el ser humano pero estas se desarrollan y mejoran con la práctica de la natación adaptada y/o paralímpica lo que influye positivamente a que las personas con Discapacidad Física para que alcancen mejoren su capacidades físicas y por ende una condición física aceptable lo que contribuye al desarrollo integral de las Personas con discapacidad física

PREGUNTA 8.- ¿conoce los estilos y la técnica de la natación adaptada?

Alternativa	alternativa	Porcentaje
SI	9	24%
NO	28	76%
TOTAL	37	100%

Tabla 11 Personas con discapacidad física

Elaborado por: Hurtado 2017

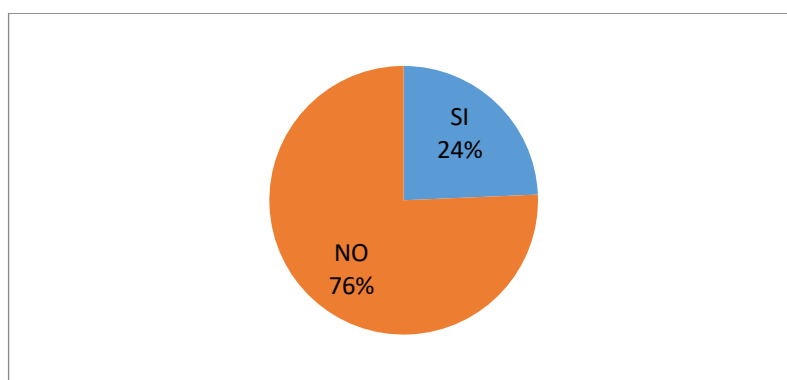


Gráfico N° 12 Personas con discapacidad física

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 76% que representan a 28 personas no conocen los estilos ni técnicas de natación y el 24% que son 9 personas si conocen los estilos de la natación adaptada y/o paralímpica

Interpretación:

En la natación es algo fundamental conocer la técnica de los 4 estilos que tiene la natación y vemos que la mayoría de Personas con Discapacidad Física no saben los fundamentos técnicos y esto influye para que este grupo de personas no puedan acceder a un verdadero desarrollo integral.

PREGUNTA 9.- ¿la natación adaptada y/o paralímpica es un medio más para que las personas con discapacidad física tenga una verdadera inclusión social y mejoren su salud como parte del desarrollo integral?

Alternativa	alternativa	Porcentaje
SI	30	81%
NO	7	19%
TOTAL	37	100%

Tabla 12 natación adaptada y/o paralímpica

Elaborado por: Hurtado 2017

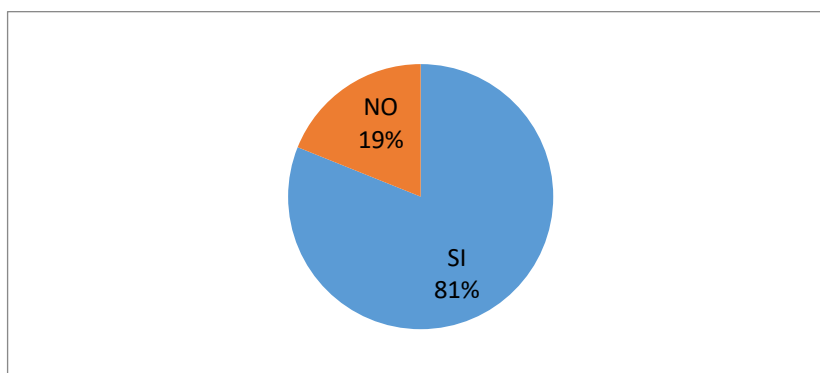


Gráfico N° 13 natación adaptada y/o paralímpica

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 81% que representan a 30 Personas con Discapacidad Física consideran que Si la natación ayudaría a una verdadera inclusión social como parte del Desarrollo Integral y NO dicen 7 personas con Discapacidad Física que representa al 19%

Interpretación:

La inclusión social de los seres humanos es importante más aun cuando las personas con Discapacidad Física siendo un grupo vulnerable y que han sido excluidos de la sociedad, tanto en la salud, laboral y deportiva, sin embargo estamos convencidos que con la inclusión las leyes más un trabajo de participación en la natación paralímpica logremos que esta parte sea un vínculo de inclusión entre las personas con discapacidad física y la sociedad contribuyendo al desarrollo integral

PREGUNTA 10.- ¿considera que la práctica de la natación ayuda al desarrollo deportivo, y mantener la salud como parte de un desarrollo integral?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	30	81%
NO	7	19%
TOTAL	37	100%

Tabla 13 desarrollo deportivo

Elaborado por: Hurtado 2017

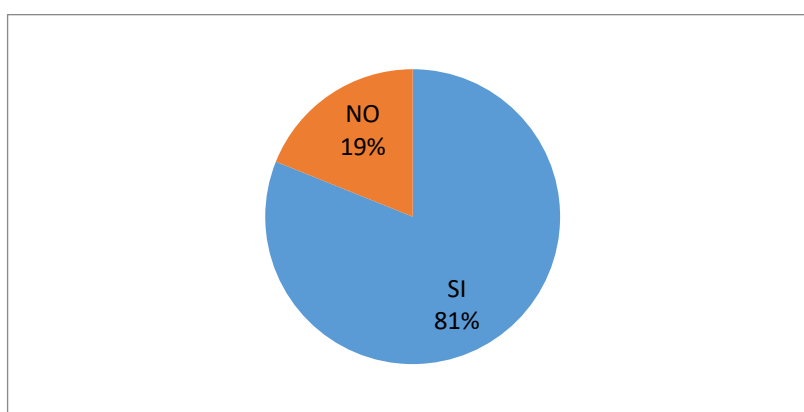


Gráfico N° 14 desarrollo deportivo

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 30% que representan a 30 personas con Discapacidad están de acuerdo que ayuda al desarrollo deportivo, y mantener la salud como un desarrollo integral y un 19% que son 7 No están de acuerdo que la natación adaptada y/o paralímpica ayuda al desarrollo integral.

Interpretación:

El desarrollo deportivo en las personas se logra con la práctica constante y un plan de actividades se complementa con ejercicios generales y específicos en este caso de natación adaptada que le dan a la persona con Discapacidad Física una alternativa para mantener o mejorar la salud que al final va sumando para que esta persona logre en su vida un desarrollo integral adecuado y optimo

ENCUESTA PARA DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA

PREGUNTA 1.- ¿conoce en la institución o en su entorno personas con discapacidad física?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	18	90%
NO	2	10%
TOTAL	20	100%

Tabla 14 institución o en su entorno personas

Elaborado por: Hurtado 2017

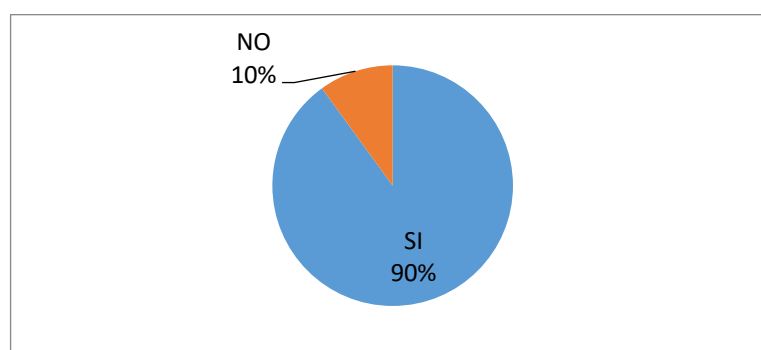


Gráfico N° 15 institución o en su entorno personas

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 90% que representan a 18 docentes conocen personas con discapacidad física en su entorno y un 10% que son 2 docentes no conocen la natación paralímpica

Interpretación:

Nos podemos dar cuenta que la mayoría de Docentes si conocen o tienen como estudiantes a personas con discapacidad física, en forma general que es un alto porcentaje para que se pueda motivar a que practiquen algún deporte e informarles sobre los beneficios que conlleva practicar la natación adaptada tanto físico, deportivo, de salud, de inclusión que todo esto le ayudaría a un obtener un desarrollo integral

PREGUNTA2.- ¿Sabe si estas personas con discapacidad física practican natación adaptada?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	5	75%
NO	15	25%
TOTAL	20	100%

Tabla 15 personas con discapacidad física

Elaborado por: Hurtado 2017

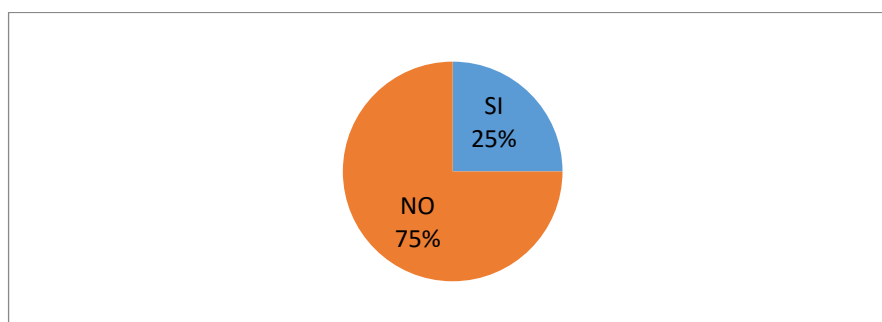


Gráfico N° 16 personas con discapacidad física

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 75% que representan a 17 Docentes que NO conocen que las Personas con Discapacidad practiquen la natación adaptada en cambio el 25% que son 5 Docentes SI conocen a Personas con Discapacidad Física que practican la natación adaptada y paralímpica los cuales se benefician del desarrollo integral

Interpretación:

Este resultado nos da la evidencia que los Docentes, por falta de interés o desconocimiento del tema hace que no se apropie del tema de deporte adaptado y no tenga los argumentos para poder direccionar adecuadamente a las Personas con Discapacidad Física a que practique la natación adaptada como deporte lo cual influye a que esta persona no obtenga los beneficios que este deporte ofrece como es el desarrollo integral

PREGUNTA 3.- ¿Conoce sobre la natación adaptada y/o paralímpica?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	2	4%
NO	18	96%
TOTAL	20	100%

Tabla 16 natación adaptada y/o paralímpica

Elaborado por: Hurtado 2017

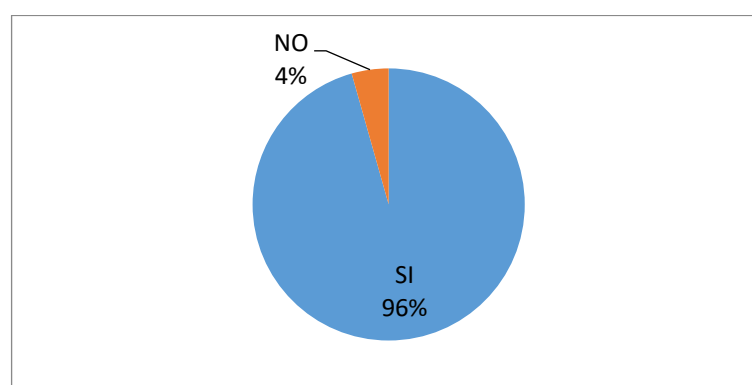


Gráfico N° 17 natación adaptada y/o paralímpica

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 96% que representan a 18 Docentes consideran que si conocen sobre la natación adaptada el otro 4% que son 2 Docentes no conocen sobre la natación paralímpico

Interpretación:

El conocimiento de las cosas son por necesidad por cultura general y entre estas podemos darnos cuenta que los docentes conocen sobre la natación adaptada por cultura general y no por especialización lo que es preocupante y este factor influye para que no se masifique la natación adaptada y por ende las personas con discapacidad Física no obtienen los beneficios del deporte e influye en el desarrollo integral

PREGUNTA 4.- ¿conoce sobre la clasificación de los deportistas de las personas con discapacidad en natación adaptada y/o paralímpica?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	5%
NO	19	95%
TOTAL	20	100%

Tabla 17 clasificación de los deportistas

Elaborado por: Hurtado 2017

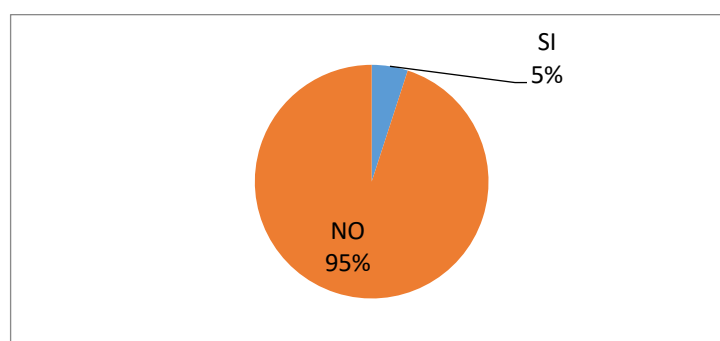


Gráfico N° 18 clasificación de los deportistas

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 95% que representan a 19 Docentes consideran que NO conocen sobre la clasificación de los deportistas con discapacidad física y el 5% que es 1 Docente SI conocen sobre la clasificación de los deportistas con discapacidad física

Interpretación:

Podemos evidenciar que la mayoría de los Docentes NO conocen como se clasifican a los deportistas con discapacidad física lo que es preocupante ya que al desconocer no pueden asesorar o guiar a este grupo vulnerable para que puedan practicar la natación y siendo otro factor para que no se beneficien de las bondades de este deporte como es el desarrollo integral.

PREGUNTA 5.- ¿considera que la natación adaptada ha sido socializada adecuadamente para su práctica y los beneficios que esta ofrece para el desarrollo integral de las personas con discapacidad física?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	0	00%
NO	20	100%
TOTAL	20	100%

Tabla 18 socializada adecuadamente para su práctica

Elaborado por: Hurtado 2017

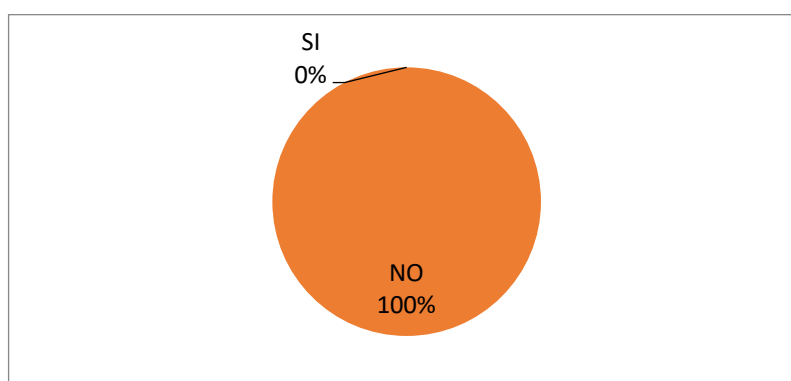


Gráfico N° 19 socializada adecuadamente para su práctica

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 100% que representan a 20 el total de Docente consideran que no ha sido socializada adecuadamente la natación adaptada y/o paralímpica

Interpretación:

Podemos evidenciar que la información obtenida sobre la natación paralímpica es muy poca difundida y que esto influye a que los Docente no puedan orientar a las personas con discapacidad sobre la práctica de este deporte y por ende perder los beneficios que ofrece al deportista en su formación integral.

PREGUNTA 6.- ¿está de acuerdo que la natación adaptada y/o mejora la condición física y deportiva las cuales influyen positivamente al desarrollo integral de las Personas con discapacidad física?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	10%
NO	0	0%
TOTAL	20	100%

Tabla 19 condición física y deportiva

Elaborado por: Hurtado 2017

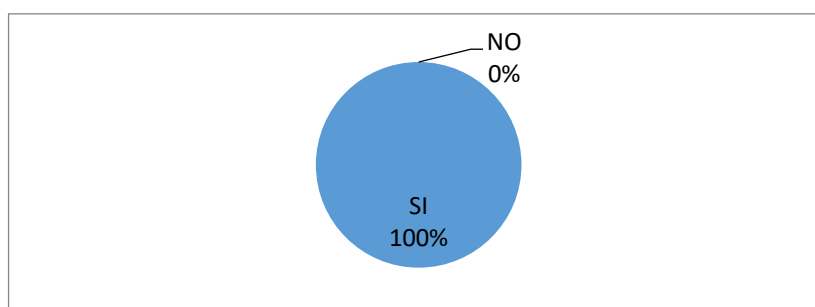


Gráfico N° 20 condición física y deportiva

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 100% que representan a 20 Docentes consideran que la natación adaptada y/o paralímpica ayudan al desarrollo integral de las personas con discapacidad física

Interpretación:

Podemos evidenciar y afirmar que los docentes de educación física concedores del tema de deportes y todos los beneficios que este provee a las personas que lo practican, tanto físicos, deportivos de los deportes están de acuerdo que la natación adaptada ayuda e influye en el desarrollo integral de las personas con discapacidad

PREGUNTA 7.- ¿considera que usted está capacitado para asumir la responsabilidad de cumplir con el proceso de enseñanza y aprendizaje y de entrenamiento en la disciplina de natación para las personas con discapacidad física?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	2	10%
NO	18	90%
TOTAL	20	100%

Tabla 20 responsabilidad de cumplir con el proceso

Elaborado por: Hurtado 2017

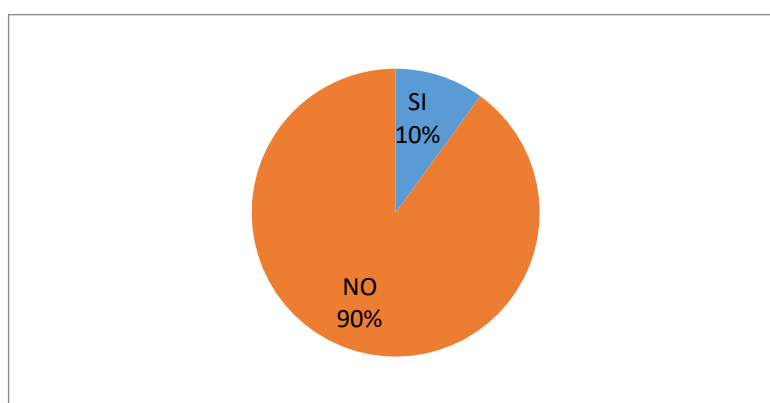


Gráfico N° 21 responsabilidad de cumplir con el proceso

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 90% que representan a 18 Docentes NO están capacitados para impartir la enseñanza de la natación para personas con discapacidad y solo el 10% que son 2 personas SI están capacitados de asumir la responsabilidad de enseñar la natación adaptada.

Interpretación:

Se evidencia que la mayoría de los Docentes no están capacitados para asumir con responsabilidad del proceso de enseñanza – aprendizaje de la natación adaptada a las personas con discapacidad física lo que influye en que este grupo no tengan un desarrollo integral como una buena condición física, de salud, integración social y deportiva

PREGUNTA 8.- ¿conoce si en el cantón Ambato existen piscinas totalmente accesibles para las personas con discapacidad física?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	2	10%
NO	18	90%
TOTAL	20	100%

Tabla 21 cantón Ambato existen piscinas

Elaborado por: Hurtado 2017

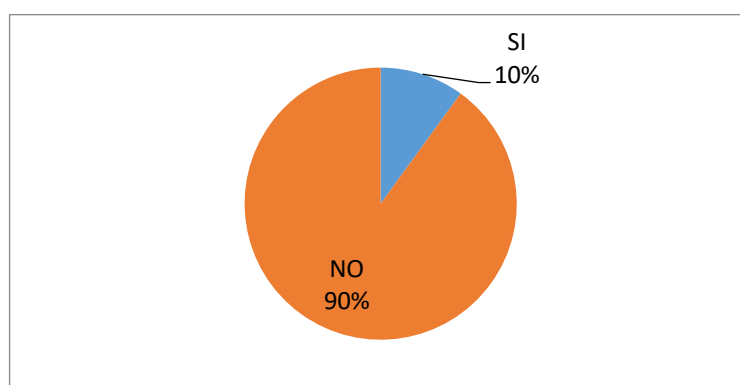


Gráfico N° 22 cantón Ambato existen piscinas

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 10% que representan a 2 Docentes consideran que SI conocen piscinas completamente accesibles para personas con discapacidad física y 90% que son 18 Docentes NO conocen que existan piscinas completamente accesibles

Interpretación:

Podemos evidenciar que es una lamentable realidad que en realidad no existen piscinas completamente accesibles que brinden todas las comodidades que deben tener las personas con discapacidad física, no solamente es la rampa sino otras adaptaciones como baños, casilleros, vestidores, acceso al agua, todo esto influye a que estas personas no accedan al beneficio del desarrollo integral.

PREGUNTA 9.- ¿la natación adaptada y/o paralímpica ayuda al desarrollo integral de las Personas con discapacidad física como mantener y mejorar la salud, a tener una buena condición física e inclusión verdadera y total en la sociedad?

ALTERNATIVA	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	20	100%
NO	0	0%
TOTAL	20	100%

Tabla 22 mejorar la salud

Elaborado por: Hurtado 2017

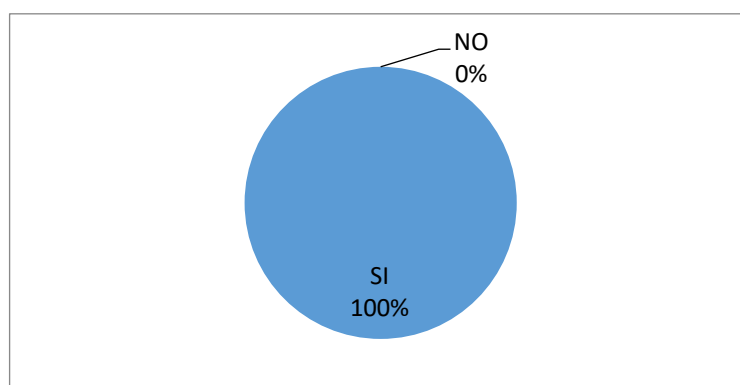


Gráfico N° 23 mejorar la salud

Elaborado por: Hurtado 2017

Análisis:

El 100% de los Docentes consideran que la natación paralímpica Si ayuda al desarrollo integral de las personas con discapacidad física

Interpretación:

Vemos que como conocedores de los beneficios que conlleva practicar cualquier deporte como mejorar la condición física, la salud, y poder socializarse con los demás pues saben que la natación adaptada trae múltiples beneficios que ayudan al desarrollo integral de las personas con discapacidad física.

4.2 VERIFICACIÓN DE LA HIPÓTESIS

Descripción de la Población

Para la investigación de campo se ha tomado la totalidad de la población de los encuestados tanto Personas con discapacidad física y docentes

POBLACION	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Personas con discapacidad física	37	65%
Docentes	20	35%
Total	57	100%

Tabla 23 Población

Elaborado por: Hurtado 2017

Fuente: cuestionario aplicado a integrantes de los clubes y docentes de las instituciones educativas

Recolección de datos y cálculo del estadístico

Frecuencias observadas

PREGUNTAS	FRECUENCIAS OBSERVADAS		
	CATEGORIAS		SUBTOTAL
	SI	NO	
7(PDF) ¿Está de acuerdo que la natación paralímpica ayuda al desarrollo de capacidades físicas (fuerza, flexibilidad, resistencia, velocidad) y obtener una buena condición física, como parte del desarrollo integral de las personas con discapacidad física?	25	12	37
9 (D).- ¿está de acuerdo que la natación adaptada y/o mejora la condición física y deportiva las cuales influyen positivamente al desarrollo integral de las Personas con discapacidad física?	20	0	20
3 (PDF).- ¿sabe nadar?	8	29	37
7(D).- ¿considera que usted está capacitado para asumir la responsabilidad de cumplir con el proceso de enseñanza y aprendizaje y de entrenamiento en la disciplina de natación para las personas con discapacidad física?	2	18	20
TOTAL	55	59	114

Tabla 24 tabla de frecuencias observadas

Elaborado por: Hurtado 2017

Tabla de frecuencias esperadas

POBLACIÓN	ALTERNATIVAS	FRECUENCIAS ESPERADAS	
Pregunta 7 (p con discapacidad física)	Si	$(55 \cdot 37) / 114$	17.85
	No	$(59 \cdot 37) / 114$	19.15
pregunta 9(docentes)	Si	$(55 \cdot 20) / 114$	9.65
	No	$(59 \cdot 20) / 114$	10.35
Pregunta 9 (P. discapacidad física)	Si	$(55 \cdot 37) / 114$	17.85
	No	$(59 \cdot 37) / 114$	19.15
pregunta 6 (Docentes)	Si	$(55 \cdot 20) / 114$	9.65
	No	$(59 \cdot 20) / 114$	10.35
TOTAL			114

Tabla 25 Tabla de frecuencias esperadas

Elaborado por: Hurtado2017

O	E	(O-E)	(O-E) ²	(O-E) ² /E
25	17.85	7.15	51.12	2.86
12	19.15	-7.15	51.12	2.67
20	9.65	10.35	107.12	11.10
0	10.35	-10.35	107.12	10.35
8	17.85	-9.85	97.02	5.44
29	19.15	9.85	97.02	5.07
2	9.65	-7.65	51.12	5.30
18	10.35	7.65	51.12	4.94
114	114			37.38

Tabla 26 Tabla chi cuadrado

Elaborado por: Hurtado 2017

Planteamiento de la hipótesis

a. Modelo lógico

Hipótesis Nula Ho.- la natación paralímpica NO incide en el desarrollo integral de las personas con discapacidad física del cantón Ambato

b. **Hipótesis Alternativa Hi.-** La natación Paralímpica SI inciden el desarrollo integral de las personas con discapacidad del cantón Ambato.

Especificación de las regiones de aceptación y rechazo

Para decidir sobre estas regiones primeramente determinamos los grados de libertad conociendo que la Tabla está conformada por 4 filas y 2 columnas.

$$gl=(f-1)(c-1)$$

$$gl=(4-1)(2-1)$$

$$gl=(3)(1)$$

$$gl= 3$$

Como tenemos 3 grados de libertad y un nivel de significancia 0.5 tenemos que tabular el valor de 2.37 en la tabla de χ^2 , por lo que se acepta la hipótesis nula para todo valor de chi cuadrado que se situó con igual o menor valor de 2.37 y se rechaza la hipótesis nula si los valores de χ^2 calculada sean mayores a 2.37.

La presentación grafica es:

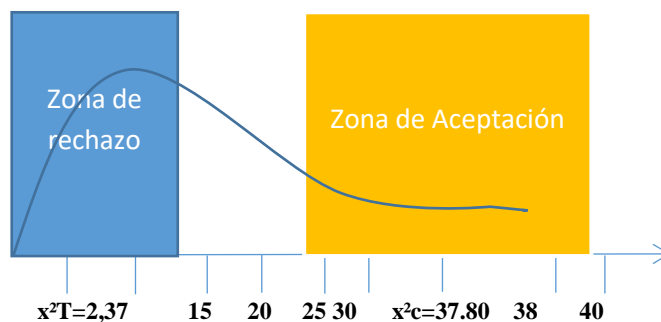


Gráfico N° 24 Campana Gauss

Elaborado por: Ángel Celio Hurtado Puga

Decisión Final

Con los 3 grados de libertad a un nivel de significación 0.5 en la tabla 2.37 y como el valor del chi cuadrado es 37.80 se encuentra fuera de la región de aceptación entonces se rechaza la hipótesis nula y por ende se acepta la hipótesis alterna que dice:

“la natación paralímpica SI incide positivamente en el desarrollo integral de las Personas con Discapacidad física del cantón Ambato”

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

Los resultados de la investigación que se ha obtenido permiten describir y argumentar las siguientes conclusiones.

- Una vez que se realizó la investigación sobre las personas con discapacidad física, vemos que el 75% de las personas con discapacidad física no saben nadar, conocen poco sobre la su clasificación de igual manera más del 90% de docentes de Educación Física no están capacitados para asumir el reto de empezar el proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación adaptada a las Personas con Discapacidad Física, lo que ha influido a que se esté limitando el desarrollo adecuado de las capacidades físicas como también la parte de su salud tanto física como psicológica y que tenga una relación social más estrecha y con el mayor número de sus pares y con su entorno,
- Luego de la investigación se concluye que la natación paralímpica es una actividad física, mediante un sistema organizado y controlado puedan ayudar a este deporte a que se masifique y obtengan grandes beneficios que esta ofrece a las personas que lo practican, de la misma manera concluimos que el deporte adaptado tiene su propio reglamento, reglas adaptadas así como la clasificación de sus deportistas de acuerdo a la discapacidad y su funcionabilidad que lo rigen organismos locales nacionales e internacionales. La cual debe tener todas las facilidades tanto técnicas,

accesibilidad, aplicación de la ley y crear otras para que la práctica de la natación adaptada y/o paralímpica se masifique en las personas con discapacidad física.

- PROPUESTA establecer una propuesta básica que vaya contribuyendo a que las deficiencias y el poco desarrollo integral de las personas con discapacidad física se mejore y que los docentes cuenten con una herramienta como es la guía de enseñanza- aprendizaje para poder nutrirse y ayudar a este grupo vulnerable.

5.2 RECOMENDACIONES

- Se recomienda que se socialice sobre los múltiples beneficios de la natación paralímpica a las personas con discapacidad física de igual manera motivar e instruir a los docentes para que puedan cumplir a cabalidad y con responsabilidad el proceso de enseñanza de la natación adaptada y que luego de un proceso se puede llegar al deporte adaptado y/o paralímpico, así como promover talleres que le van ayudar a que la persona con discapacidad se desarrolle integralmente tanto en la parte física, psicológica y deportiva, de mejorar y mantener la buena salud e integrarse a la sociedad como un ente productivo. Llegar a la conciencia de quienes diseñan y construyen piscinas y quienes autorizan para que sean accesibles para este grupo vulnerable dándoles igual de oportunidades.

- Es primordial recomendar a que la natación paralímpica debe ser tomada en cuenta como política de estado nacional y local, creando leyes, ordenanzas, para que las piscinas tanto públicas y privadas puedan dar cabida a las personas con discapacidad física y que estas puedan acceder a realizar actividad física mediante la natación adaptada y que pueda convertirla en un sistema de entrenamiento que vayan encaminadas a adquirir destrezas y capacidades competitivo y alto rendimiento, todo esto provocaría a que se masifique la natación adaptada.
- Recomendar que la guía metodológica de enseñanza aprendizaje de la natación adaptada y/o paralímpica sea socializada entre estudiantes y docentes de la carrera de educación física, profesionales de la actividad física, como al público en general para que se ponga en práctica, que a su vez sirva de base para futuras investigaciones y que esta sea actualizada y mejorada, que las personas con discapacidad física puedan acceder a los beneficios que ofrece esta, también que se logre la masificación deportiva e inclusive formar clubes deportivos especializados en natación.

CAPITULO VI LA PROPUESTA

TITULO

**“GUÍA METODOLÓGICA PARA LA ENSEÑANZA – APRENDIZAJE DE
LA NATACIÓN PARALÍMPICA”**

6.1 DATOS INFORMATIVOS

Responsable de ejecución:	Lic. Ángel Celio Hurtado Puga
localización geográfica:	Provincia de Tungurahua, Cantón Ambato
Beneficiarios:	Personas con Discapacidad Física Docentes Comunidad Entorno familiar
Duración del proyecto:	indefinido
Fecha estimada de inicio:	Febrero del 2018
Naturaleza o tipo proyecto:	Deportivo, social

6.2 ANTECEDENTES

De acuerdo al análisis y los resultados obtenidos en la presente investigación en las personas con discapacidad física del cantón Ambato no saben nadar lo que limita a este grupo vulnerable que se pueda beneficiar de las bondades de este deporte que es el desarrollo de capacidades tanto físicas como deportivas, evita el sedentarismo y por ende la obesidad hipertensión y todas las enfermedades colaterales que esta

acarrea, también no hay una verdadera integración con el entorno familiar, educativo y sociedad.

Varios son los aspectos por los cuales las Personas con Discapacidad Física no acceden al aprendizaje y práctica de la natación entre ellos están las barreras arquitectónicas, sociales, salud y poca oferta de profesionales. Las barreras arquitectónicas como la poca accesibilidad de las piscinas que no cuentan con todas las comodidades básicas como rampas, baños y casilleros adecuados, pasamanos, accesorios para ingreso al agua lo que es un delimitante para las personas con discapacidad física se limiten a la práctica del deporte paralímpico.

La poca socialización de la natación paralímpica y/o adaptada en el Cantón Ambato por parte de las entidades gubernamentales y privadas encargadas de difundir y apoyar al deporte, en este caso para las Personas con Discapacidad Física que tanta falta les hace de ahí que deberían agilizar y exigir a los propietarios de piscinas que construyan o hagan adecuaciones para que sea accesible el ingreso de este grupo de personas vulnerables.

De igual manera la escasa preparación técnica, táctica, formativa y competitiva de los profesionales de Educación Física así como encargados del deporte Entrenadores, Monitores y Directivos, lo que las personas con discapacidad no tienen donde ni a quién recurrir para que les guíe, les direcciones en el aprendizaje de la natación. Al dotar de una herramienta didáctica sobre la enseñanza aprendizaje de la natación adaptada va ayudar a que este grupo vulnerable pueda aprovechar y beneficiarse de las bondades de este deporte.

Al no tener una guía o herramienta donde la sociedad se apoye para que las personas con discapacidad puedan desarrollarse íntegramente, pues es una deficiencia y la cual me ha motivado a que con mis 15 años de experiencia deje plasmado esta propuesta de clases de natación adaptada que es muy compleja ya que existen muchos tipos de discapacidades físicas y una gama de disfuncionalidad lo que se hace la enseñanza- aprendizaje más personalizada.

6.3 JUSTIFICACIÓN

En la actualidad donde las sociedades están creando leyes cada vez más incluyentes en el ámbito laboral, social, de salud y deportiva que están ayudando a que las personas con discapacidad física se beneficien de estas leyes pero muchas de estas no se cumplen en su totalidad, y una muy importante es la de la inclusión social tanto en la educación, la salud, deporte en base a este precepto se puede apoyar de forma activa en el deporte al crear una herramienta de enseñanza- aprendizaje que sirva de base para que la sociedad en general ponga en práctica y la mejore, lo que va a generar personas con discapacidad física con menos sedentarismo con lo su salud mejorara, con la práctica constante las personas con discapacidad física tendrían la oportunidad de desarrollar las capacidades básicas

Interés.- La creación de una herramienta pedagógica de “enseñanza aprendizaje de la natación adaptada y/o paralímpica” tiene como finalidad tener una guía práctica para que las personas con discapacidad física, Docentes, Entrenadores, voluntarios que estén interesados en que la masificación de la natación paralímpica Lo que

permitirá reducir el tiempo de aprendizaje y ganar mayor tiempo para desarrollar integralmente a la persona con discapacidad física.

Importancia.- El tener una guía pedagógica de enseñanza-aprendizaje es importante ya que las Personas con Discapacidad Física tendrían una oportunidad de nutrirse de conocimientos y puedan adquirir y desarrollar destrezas, habilidades, capacidades físicas, evitando el sedentarismo todo esto enmarcado como un desarrollo integral donde los docentes y entrenadores tengan una herramienta para ampliar sus horizontes de involucrarse en el deporte paralímpico.

Utilidad.- al tener una herramienta de enseñanza- aprendizaje que va a servir de guía a la comunidad y sociedad del cantón Ambato donde se pueda poner en práctica por parte de los docentes, estudiantes, entrenadores, familiares y personas con discapacidad física, que esta sea un aporte para que se beneficien las Personas con Discapacidad física, que se puedan desarrollar, mejorar las capacidades físicas, evitando el sedentarismo y las enfermedades colaterales, de la misma manera servirá a que haya una mejor relación con toda la sociedad.

Impacto.- al creación de “una guía metodológica” en el Cantón Ambato tendrá un gran impacto ya que sería la primera guía pedagógica y metodología de enseñanza-aprendizaje para personas con discapacidad física lo que permitirá a que estas personas sean visualizadas por la sociedad y al mismo tiempo obtengan los beneficios que la práctica de la natación adaptada y/o paralímpica deporte ofrece como son el desarrollo de habilidades destrezas, capacidades física, modo de vida activa evitando el sedentarismo como el desarrollo integral.

6.4 OBJETIVOS

6.4.1. Objetivo general

- Crear una guía metodológica y pedagógica para la enseñanza-aprendizaje de la natación adaptada y/o paralímpica.

6.4.2. Objetivos específicos

- Implementar un plan de clase para un aprendizaje significativo.
- Elaborar una serie de ejercicios básicos y sistemáticos para cada clase

6.5. Análisis de factibilidad

Factibilidad Organizacional

La propuesta es factible para su ejecución ya que existen cientos de personas con discapacidad física que no saben nadar y por ende no practican la natación de igual manera los docentes de Educación Física están prestos a colaborar y enriquecerse con nuevos conocimientos sobre la natación adaptada y que esta sirva para masificar la natación adaptada y/o paralímpica como deporte

Factibilidad técnica-operativa

Para que esta propuesta sea implementada, se cuenta con el apoyo de las personas con discapacidad física y organizaciones deportivas y no deportivas que aglutinan a este grupo de Personas vulnerables, así como de los docentes que están prestos a

colaborar de forma activa en la investigación, la ejecución está a cargo del investigador como formador y entrenador de las personas con discapacidad física.

Factibilidad financiera

Tendrá un mínimo impacto económico en las personas con discapacidad física y de docentes ya que será financiada por todos los involucrados de esta investigación.

RUBRO	ESTIMADO
Transporte	150
Material de oficina	200
Internet	60
Impresiones	70
Imprevistos	50
TOTAL	530

6.6 Fundamentación

Fundamentación científico – técnica

En la actualidad donde las sociedades modernas están entrando en la era de la inclusión total y de la actividad física como medio para desarrollar destrezas, habilidades, tanto físicas, psicológicas y deportivas, lo que está haciendo que el individuo sea más activo y evite el sedentarismo y que esta lleve a contraer enfermedades colaterales, de la misma forma existen métodos de entrenamiento para la natación para distintas edades, sexo, condición física y económica las cuales están siendo puestas en práctica lo que ayuda al proceso de formación de nadadores paralímpicos con un desarrollo integral total.

Plan de clase, herramienta pedagógica guía metodológica

6.6.1. Descripción de la propuesta

La natación adaptada es la actividad física más completa y sana donde se la puede practicar desde la niñez hasta la vejez, además es un proceso continuo, sistemático y progresivo que permite a que la persona con discapacidad física adquiera y desarrollen destrezas, habilidades, capacidades físicas, psicológicas y sociales, para la práctica de la natación debe tener conocimientos básicos sobre la técnica para que pueda desplazarse con mayor facilidad y rapidez para lo cual vamos a poner a disposición en primer lugar las fases de la natación.

Etapas de la natación adaptada.- debemos tomar en cuenta que todas las etapas deben seguir un orden metodológico donde el tiempo de duración no existe y que la acción de movimientos a enseñar es permanente

Etapas de aprendizaje

- Socialización
- Ambientación
- Flotación
- Propulsión
- Coordinación

Etapas de perfeccionamiento

- Los 4 estilos
- Llegadas
- Partidas

Etapas de entrenamiento

- Macro, meso, micro ciclos
- Aeróbico y anaeróbico láctico
- Anaeróbico (a láctico)
- Capacidades básicas

De la misma manera pondremos a disposición esta guía que en 23 clases especificadas pedagógicamente para la enseñanza-aprendizaje de la natación adaptada donde está plasmada parte de mi experiencia de 12 años de trabajar con las personas con discapacidad física.

Indicaciones generales

- La natación en esta etapa es personalizada

Los ejercicios son adaptados para clase de nadadores

- El proceso en el tiempo de aprendizaje varía de acuerdo a lesión mientras más alta sea la lesión o su funcionalidad sea muy limitada el tiempo será un poco más amplio
- Siempre estar pendiente de su seguridad y comodidad del alumno
- Como toda planificación se puede aumentar, disminuir o adaptar otros ejercicios para llegar al objetivo.
- El profesor debe tener un ojo crítico y muy observador para ver donde se puede reforzar o modificar la técnica.

Clase 1

TIEMPO: 1 horas

TEMA: Socialización

Clasificación: S 4, S5 y S7

Participantes: Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral

Objetivo: socializar sobre los beneficios, cuidados dentro de la piscina en la natación paralímpica

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
conocer los beneficios de la natación adaptada en las personas con discapacidad	<ul style="list-style-type: none">✓ Conversación con las personas con discapacidad física que tienen el deseo de aprender a nadar y sus objetivos✓ Se explica sobre las ventajas de la natación adaptada, de la misma manera los peligros y cuidados que se debe tener en un medio acuático, la vestimenta que se va usar✓ Observar videos de natación paralímpica	Video Cámara	El estudiante repetirá los beneficios de la natación



Clase 2**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Socialización II**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral**Objetivo:** indagar sobre los conocimientos previos y explicar lo que vamos hacer en el proceso de enseñanza- aprendizaje

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
permitir que el estudiante este informado sobre el proceso de enseñanza- aprendizaje	<ul style="list-style-type: none">✓ Preguntas y respuestas sobre si antes de la lesión sabían nadar, les gusta el agua, sienten temor, miedo, incertidumbre✓ la respuesta en una lluvia de ideas, dar respuestas positivas✓ Observar video	Video Piscina	El estudiante discernirá toda la información



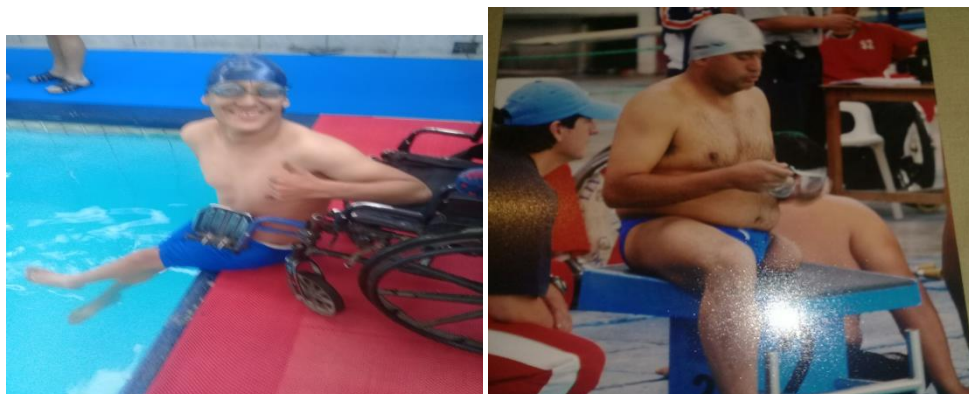
Clase 3**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Ambientación (Ingreso a la piscina)**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral.**Objetivo:** Lograr que el estudiante se familiarice al medio acuático y pierda el temor

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
Aprenderá a familiarizarse con el medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre los objetivos de clase de adaptación al agua. ✓ Calentamiento básico general ✓ ingresar al agua a la persona con discapacidad física ayudado por el instructor o familiares uno por uno. ✓ Darles seguridad y confianza al indicarles las formas de sujetar del filo o tubo y la relajación que es importante ✓ Formas de entrar a la piscina con ayuda, luego solos desde el borde ✓ juegos acuáticos, aplaudir en el agua, salpicar y lanzamiento de agua. Para cada repetición hay que tener un descanso de 1, 2 minutos 	Piscina Tabla tallarines	El estudiante demostrara seguridad al ingreso al medio acuático



Clase 4**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Ambientación (Ingreso a la piscina)**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** personas con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral, amputados.**Objetivo:** brindar seguridad y confianza al estudiante para una buena ambientación

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante Obtendrá una seguridad de sí mismo para que pueda culminar el proceso	<ul style="list-style-type: none"> ✓ retro alimentación de la clase anterior preguntas, respuestas ✓ socializar objetivo de la clase, dinámica, ✓ Calentamiento básico general ✓ Continuación con ejercicios de ambientación, movimiento de una mano, de los pies y piernas los que pueden hacerlo, chapotear ✓ desplazamiento en el agua con ayuda del instructor o ayudante tomado de la mano, ✓ vuelta a calma corrección de errores 	Video Piscina tabla	El estudiante ejecutara movimientos y juegos en el agua



Clase 5**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Ambientación**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** personas con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral, amputados.**Objetivo:** Dominar el cuerpo en diferentes situaciones en el agua

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
Ambientar al estudiante en el agua para que domine el cuerpo en situaciones y posiciones	<ul style="list-style-type: none"> ✓ charla sobre los objetivos de la clase, retroalimentación ✓ La secuencia de los ejercicios se diversifica ya que estos ejercicios dan al aprendiz mayor confianza y mejor adaptación al agua ✓ Aplaudir dentro del agua ✓ Salpicar al profesor y compañeros ✓ Lavarse la cara ✓ La cara dentro del agua, pasar por la ula 	Piscina Ula tablas	El estudiante ejecutara con seguridad juegos y ejercicios donde domine el cuerpo



Clase 6**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** flotación**Clasificación:** S 4, S5 y S7

Participantes: personas con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral, amputados.

Objetivo: Adquirir un perfecto dominio del cuerpo en el agua mediante la flotación estática

OBJETIVO	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante lograra Flotar en el agua de forma estática	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Socializar el objetivo de la clase y retroalimentación ✓ Con el ejercicio aprendido se continúa el proceso y esta vez se debe lograr que el cuerpo flote con la cabeza dentro del agua ✓ Flotación posición ventral sujetándose del filo o tubo de la piscina, tabla y del instructor ✓ Experimentar la flotación con el cuerpo totalmente extendido ✓ asumir que el agua es un aliado y que esta eleva al cuerpo, de forma estática 	Video Piscina Tablas Tallarines	El estudiante flotara de forma estática con tabla y sin ella

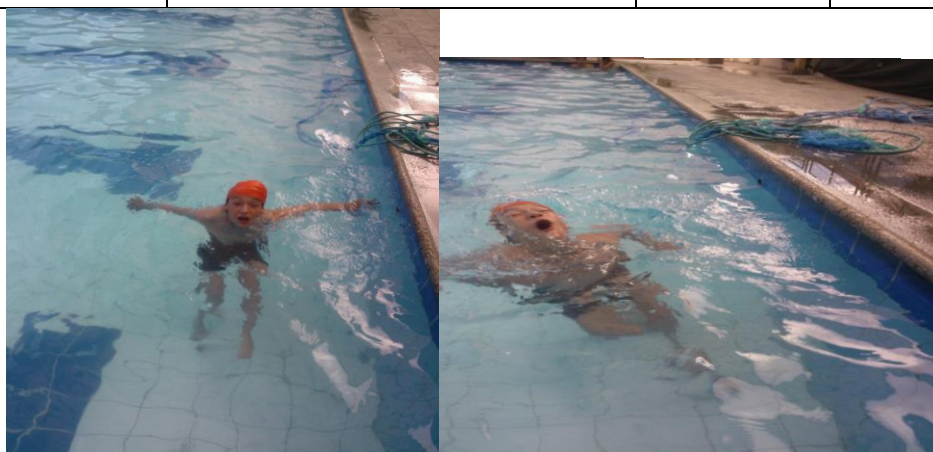


Clase 7**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** flotación**Clasificación:** S 4, S5 y S7

Participantes: personas con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral, amputados.

Objetivo: Adquirir un perfecto dominio del cuerpo en el agua mediante la flotación dinámica

OBJETIVO	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante lograra Flotar en el agua de forma dinámica	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charlar sobre el objetivo de la clase ✓ Sumersión simple y completa ✓ El aprendiz meterá la cabeza y se soltara del filo o tubo de la piscina lo que le permite permanecer sin movimiento ✓ Siempre se debe ayudar con flotadores, tablas y churros para adquirir confianza, para el desplazamiento (dinámica) ✓ Trabajo siempre con el instructor quien debe acompañar al aprendiz hasta que adquiriera la confianza y pueda hacer el ejercicio solo o sola 	Video Piscina Tablas Flotadores tallarines	El estudiante flotara dinámicamente con desplazamientos con o sin implementos



Clase 8**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Flotación**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** lograr que el alumno tenga un buen dominio del equilibrio del cuerpo en el medio acuático

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
Flotar con Movimiento y mantener la cabeza fuera del agua	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Socializar sobre el objetivo y la importancia de la flotación con la cabeza dentro y fuera del agua ✓ Retroalimentación ✓ Mantenerse con movimientos las extremidades inferiores y superiores siempre y cuando pueda caso contrario solo moverán las que tengan movilidad ✓ desplazamientos empezar a flotar con movimientos de las extremidades o con los segmentos que le permitan. También el instructor debe ejecutar el ejercicio ✓ vuelta a la calma, recreación 	Video Piscina Flotadores Tablas tallarines	El estudiante ejecutara la flotación con la cabeza fuera del agua manteniéndose así por un buen tiempo con y sin implementos



Clase 9**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Respiración**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** coordinar las 1era fase de respiración para continuar el proceso de aprendizaje del estilo libre

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante asimilara y discernirá la primera fase de la respiración	<ul style="list-style-type: none"> ✓ charla sobre el objetivo de la clase, preguntas y respuestas sobre el tema ✓ la respiración se ejecutara fuera del agua, ejercicios de inspiración profunda a ver cuánto aire pueden meter en los pulmones ✓ luego trasladamos al agua el ejercicio que inspire y abra la boca dentro del agua y deje salir el aire esto lo hará sujetándose del filo de la piscina ✓ este ejercicio se repetirá varias veces ✓ el ejercicio lo ejecutara por la nariz con la cabeza sumergida y con sumersión completa 	Video Piscina Tablas Tallarines flotadores	El estudiante lograra mantener la respiración por un largo periodo de tiempo fuera y dentro del agua



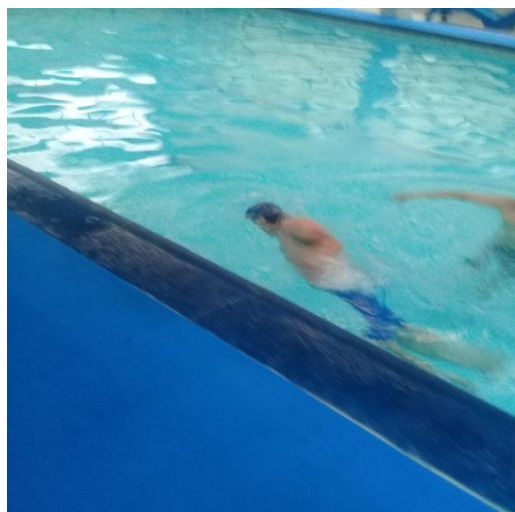
Clase 10**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Respiración**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** coordinar y mecanizar la 2da fase de respiración para continuar el proceso de aprendizaje del estilo libre

OBJETIVO	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante asimilara, diferenciara, discernirá la segunda fase de la respiración	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Socializar el objetivo de la clase, preguntas y respuestas sobre el proceso y como se siente ✓ La espiración se lo hace dentro del agua ✓ Tomados de la canaleta tiene que hacer burbujas con fuerza (explosiva) por la nariz y boca, en los chicos con PC debe ser más pausado ✓ Se repetirá el ejercicio de forma estática y en movimiento con la tabla o churos hasta que se mecanice ✓ Se realizara la inspiración al lado derecho, izquierdo y frontal 	Video Piscina Tablas tallarines	El estudiante ejecutara el ejercicio coordinando la inspiración con expiración fuera y dentro del agua



Clase 11**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Respiración**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** coordinar y mecanizar las fases de respiración para continuar el proceso de aprendizaje del estilo libre con desplazamiento

OBJETIVO	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante lograra coordinar las fases de la respiración con movimientos y ayuda de tablas	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Objetivo de la clase ✓ Preguntas y respuestas sobre el proceso y su rendimiento ✓ Calentamiento básico ✓ Inspirar aire sumergir la cabeza dentro del agua en flotación ventral aguantarse la respiración ✓ Expirar el agua el aire paulatinamente y con fuerza a la izquierda como derecha ✓ El ejercicio siempre con ayuda del instructor sujetando la tabla y flotadores en los pies a los lesionados medulares ✓ El ejercicio se repite con el instructor sujetado de la tabla hasta que mecanice y coordine el movimiento con el desplazamiento 	Video Piscina Flotadores Tablas tallarines	El estudiante realizara mecánica y coordinadamente las fases de respiración con movimientos corporales



Clase 12**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** Respiración con movimiento de las extremidades **Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** mejorar la coordinación de la respiración con movimientos de los brazos del estilo libre

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante dominara la respiración y coordinara con los movimientos propulsivos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Socializar el Objetivo de la clase. ✓ Dinámica y charla sobre el proceso y su avance ✓ Calentamiento básico ✓ Tomamos aire y las dos manos paralelas en la tabla o tallarín, usar flotadores en los pies para ayuda en las personas con lesión medular ✓ Con la mano derecha tomando la tabla extendido totalmente, la izquierda en la espalda sacamos la cabeza a ese lado luego de soltar el aire dentro del agua. ✓ Sumergimos la cabeza y brazo izquierdo se estira hasta ponerse paralelo del derecho se repite el ejercicio cíclicamente Alternadamente respiración y brazos izquierdo derecho ✓ Practicamos también la respiración frontal que ayuda a los chicos con parálisis cerebral en el desplazamiento 	Video Piscina Tabla Tallarines	El estudiante realizara el desplazamiento coordinado la respiración con movimiento de los miembros superiores



Clase 13**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** propulsión coordinación
S7**Clasificación:** S 4, S5 y**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** alcanzar la sincronización de los movimientos de piernas, brazos con la respiración

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
el estudiante sincronizara el movimiento de los segmentos corporales con la respiración	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Planteamiento del tema y objetivo ✓ Calentamiento básico ✓ Con ayuda de una tabla o tallarín y flotadores se procede a que se tanto brazos y piernas se muevan sincrónicamente, en el caso de no poder mover las piernas solo moverá los segmentos corporales que pueda y estos con la respiración ✓ La patada es importante en el desplazamiento una ayuda fundamental, pero en las personas con lesión medular o parálisis cerebral se complica mucho por lo que estas personas compensan esa función con movimientos del cuerpo, cintura tórax y los brazos ✓ Los amputados o secuela de polio el movimientos de piernas es limitado y compensan con movimientos de un miembro o los dos parcialmente. 	Video Piscina Tablas tallarines flotadores	El estudiante ejecutara los ejercicios sincronizada mente dentro del agua tanto con miembros superiores e inferiores



Clase 14**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** propulsión coordinación
S7**Clasificación:** S 4, S5 y**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** mejorar la sincronización de los movimientos de piernas, brazos con la respiración

DESTREZAS	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante mejorar la sincronización y coordinación de las extremidades inferiores y superiores	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Socialización del objetivo, charla sobre el tema y el avance de su proceso ✓ Calentamiento general ✓ Ejercicios de respiración fuera de la piscina con y sin tabla, por cuanto la persona con discapacidad no logra el dominio y hay que repetir unas 20 veces fuera ✓ Ejercicios Respiración con deslizamiento lateral alternando derecha izquierda apoyo de la tabla ✓ El mismo ejercicio dentro del agua y que se mecanice ✓ Hay que estar al lado de los estudiantes siempre hasta que logren coordinar y lleguen de un lado al otro de la piscina 	Video Piscina Tablas tallarines	El estudiante demostrara de una forma mejorada la sincronización de los movimientos corporales y la respiración



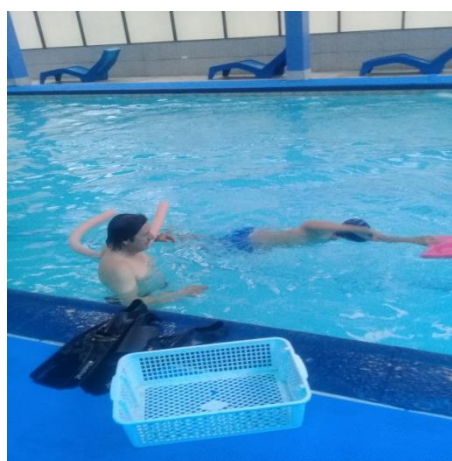
Clase 15**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** propulsión coordinación S7**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** desarrollar la propulsión como factor que propicia el desplazamiento venciendo la resistencia del agua en el estilo libre e

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
En el estudiante es importante la propulsión con los brazos para poder avanzar y vencer la resistencia del agua	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivos de la clase ✓ Calentamiento general ✓ Observación de video sobre la brazada ✓ Demostración practicada por el profesor fuera de agua para que se cree una imagen ✓ Ejecución por parte del estudiante fuera del agua ✓ Corrección de errores ✓ Ejecución del ejercicio en el agua ✓ Se toma en cuenta la posición del cuerpo sea lo más adecuada posible de acuerdo a su discapacidad es importante el ojo crítico para ver cuál es la posición más adecuada. ✓ Ejecuta el movimiento usando tabla y manoplas y en algunos casos flotadores en los pies 	Video Piscina Tabla Tallarines Flotadores manoplas	El estudiante vencerá la resistencia del agua mediante la propulsión de los miembros superiores



Clase 16**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** propulsión coordinación 1era fase y S7**Clasificación:** S 4, S5**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** desarrollar la 1era fase de la propulsión en natación trayectoria aérea

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El estudiante lograra mecanizar la 1era fase de la propulsión	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivo de la clase ✓ Una retroalimentación de todo lo aprendido ✓ El ejercicio de la trayectoria aérea que es el recobro fuera de la piscina para fijar una imagen mental de esta fase ✓ Donde corregimos los errores ya que la técnica dice que se dobla el brazo por medio del codo a unos 45° ✓ En las personas con PC no lo hacen con la técnica, pero el profesor tratara de lo ejecute lo más parecido posible ya por su discapacidad no llegar a los 45° ✓ El profesor será lo suficientemente observador para ver cuál es la ejecución que le permite realizar el recobro de su discapacidad y trabajar fortaleciendo y mejorando su movimiento 	<p>Video</p> <p>Piscina</p> <p>implementos</p>	El estudiante ejecutara el recobro mecánicamente la trayectoria aérea



Clase 17**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** propulsión coordinación 2da fase y S7**Clasificación:** S 4, S5**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** fomentar el uso adecuado de la 2da fase de la propulsión en natación trayectoria submarina

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
realizar el uso adecuado de la 2da fase de la propulsión	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivo de la clase ✓ Una retroalimentación de todo lo aprendido ✓ El ejercicio de la trayectoria aérea que es el recobro fuera de la piscina donde se fijara una imagen mental ✓ Al terminar el recobro la mano hace contacto con el agua y ahí empieza la 1era fase de propulsión terminando a los 45° de la superficie ✓ En las personas con PC no lo hacen con la técnica, pero el profesor tratara de lo ejecute lo más parecido y técnicamente posible, ✓ El profesor será lo suficientemente observador para ver cuál es la ejecución que le permite realizar el agarre según su discapacidad y trabajar fortaleciendo y mejorando su movimiento ✓ Se trabaja con tabla o tallarín con ayuda siempre del profesor cogiéndolo de la mano y haciéndolo la técnica ✓ Se usara manoplas para que doble adecuadamente la mano 	Video Piscina Tablas Tallarines Manoplas	El estudiante lograra usar adecuadamente la trayectoria submarina propulsión



Clase 18**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** propulsión coordinación 3era fase y S7**Clasificación:** S 4, S5**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** lograr la mecanización de la 2da fase de la propulsión en natación trayectoria submarina empuje

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
mediante el trabajo mecanizara el empuje como parte fundamental de la propulsión	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivo de la clase ✓ Una retroalimentación de todo lo aprendido ✓ El ejercicio para desarrollar tracción se lo realiza fuera de la piscina donde se fijara una imagen mental ✓ Al terminar la 1era fase de propulsión terminando a los 45° de la superficie empieza la tracción hasta los 135° ✓ En las personas con PC no lo hacen con la técnica, pero el profesor tratara de lo ejecute lo más parecido y técnicamente posible, ✓ El profesor será lo suficientemente observador para ver cuál es la ejecución que le permite realizar el agarre según su discapacidad y trabajar fortaleciendo y mejorando su movimiento ✓ Se trabaja con tabla o tallarín con ayuda siempre del profesor cogiéndolo de la mano y ejecutando la técnica ✓ Se usara manoplas para que doble adecuadamente la mano y el brazo ✓ Además se ejecutar todo el proceso anterior siempre 	Video Piscina Tablas tallarines	El estudiante ejecutara mecánicamente la ultima fase de la propulsión



Clase 19

TIEMPO: 1 horas

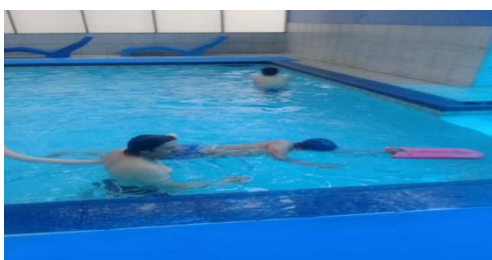
TEMA: propulsión coordinación 3era fase y S7

Clasificación: S 4, S5

Participantes: Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,

Objetivo: mejorar la mecanización de la 3era fase de la propulsión en natación trayectoria submarina empuje mediante la repetición

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
A mediante el trabajo de repetición mecanizara el empuje como parte fundamental de la propulsión	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivo de la clase ✓ Una retroalimentación de todo lo aprendido ✓ El ejercicio para desarrollar tracción se lo realiza fuera de la piscina donde se fijara una imagen mental ✓ Al terminar la 1era fase de propulsión terminando a los 45° de la superficie empieza la tracción hasta los 135° ✓ En las personas con PC no lo hacen con la técnica, pero el profesor tratara de lo ejecute lo más parecido y técnicamente posible, ✓ El profesor será lo suficientemente observador para ver cuál es la ejecución que le permite realizar el agarre según su discapacidad y trabajar fortaleciendo y mejorando su movimiento ✓ Se trabaja con tabla o tallarín con ayuda siempre del profesor cogiéndolo de la mano y ejecutando la técnica ✓ Se usara manoplas para que doble adecuadamente la mano y el brazo ✓ Además se ejecutar todo el proceso anterior siempre 	Video Piscina Tablas tallarines	El estudiante ejecutara repetida y mecánicamente la última fase de la propulsión



Clase 20**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** ejecución de la técnica estilo libre y S7**Clasificación:** S 4, S5**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** coordinar todos los movimientos del proceso en un desplazamiento continuo

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El desplazamiento será adecuado y coordinado con todos los movimientos aprendidos	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivo de la clase ✓ Una retroalimentación de todo lo aprendido ✓ El ejercicio se ejecuta ya sin implementos que el estudiante logre ejecutar el estilo libre en un solo movimiento y es de forma continua de forma cíclica ✓ En las personas con PC no lo hacen con la técnica, pero el profesor tratara de lo ejecute lo más parecido y técnicamente posible, el desplazamiento es lento no hay que preocuparse ✓ El profesor siempre está acompañando en el trayecto hasta que coja confianza y pueda ejecutarlo solo ✓ Cuando lo ejecute solo siempre debe el profesor debe estar pendiente y corrigiendo los errores 	Video Piscina	El estudiante repetida y mecánicamente la última fase de la propulsión



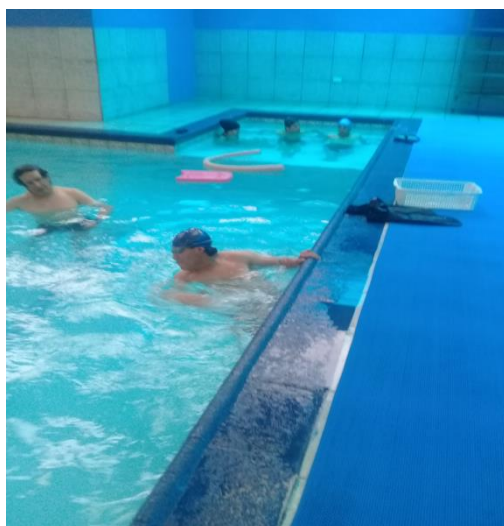
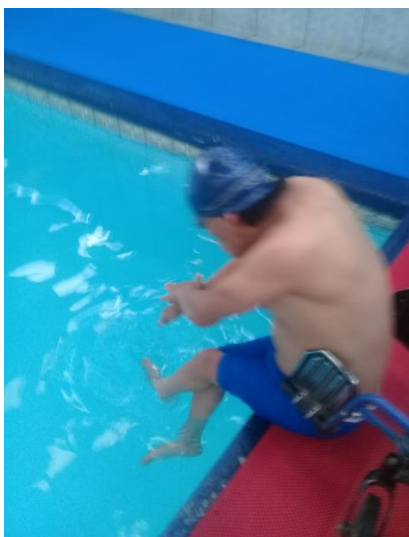
Clase 21**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** ejecución de la técnica estilo libre**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** coordinar todos los movimientos del proceso en un desplazamiento continuo con más distancia

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
El adecuado movimiento y coordinado para nadar más de 50 metros	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivo de la clase ✓ Una retroalimentación de todo lo aprendido ✓ El ejercicio se ejecuta ya sin implementos que el estudiante logre ejecutar el estilo libre en un solo movimiento y es de forma continua de forma cíclica ✓ En las personas con PC no lo hacen con la técnica, pero el profesor tratara de lo ejecute lo más parecido y técnicamente posible, el desplazamiento es lento no hay que preocuparse ✓ El profesor siempre está acompañando en el trayecto hasta que coja confianza y pueda ejecutarlo solo ✓ Cuando lo ejecute solo siempre debe el profesor debe estar pendiente y corrigiendo los errores 	Video Piscina	El estudiante nadara mínimo 50 metros y mecánicamente la última fase de la propulsión



Clase 22**TIEMPO:** 1 horas**TEMA:** lanzamiento zambullidas**Clasificación:** S 4, S5 y S7**Participantes:** Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,**Objetivo:** descubrir la mejor forma de zambullirse desde distintos lugares

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
La zambullida como parte fundamental de la natación	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivo de la clase ✓ Una retroalimentación de todo lo aprendido ✓ El ejercicio se ubica a los estudiantes al filo de la piscina y se motiva a que se zambullan al agua, es muy complicado para los nadadores de pc y lesión medular, no es la más adecuada ✓ Se los ubica en cubículo de salida y se experimenta las zambullidas ✓ Se ubican dentro de la piscina sujetados del filo o canaleta y se dan la señal para la zambullida esta es la mejor forma ✓ Se repetirá este ejercicio varias veces para mecanizar su ejecución desde todos los lugares de piscina 	<p>Video</p> <p>Piscina</p>	Ejecutar zambullidas desde varios lugares de la piscina



Clase 23

TIEMPO: 1 horas

TEMA: ejecución de la natación desde la zambullida **Clasificación:** S 4, S5 y S7

Participantes: Nadadores con discapacidad física lesión medular y parálisis cerebral,

Objetivo: mejorar el estilo de la natación desde la salida hasta la llegada en el estilo libre

DESTREZA	DESARROLLO	RECURSOS	EVALUACION
La natación como medio de coordinación para ejecutar el desplazamiento en el agua desde la salida hasta la llegada	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Charla sobre el tema y objetivo de la clase ✓ Una retroalimentación de todo lo aprendido ✓ El ejercicio da la salida desde el filo de la piscina y se toma el tiempo ✓ Luego sobre el cubículo de salida de igual manera se toma el tiempo para comparar con el esto de salida y tomar la decisión de cuál es la mejor forma de salida ✓ La salida dentro de la piscina de igual manera será tomada los tiempo ✓ El profesor siempre está acompañando y motivando al estudiante ✓ Cuando lo ejecute solo siempre debe el profesor estar pendiente y corrigiendo los errores 	<p>Video</p> <p>Piscina</p>	El estudiante ejecutar de manera mas veloz desde la salida hasta la llegada



6.7. METODOLOGIA

Modelo Operativo. La formulación de esta guía metodológica es un herramienta que va permitir que las personas con discapacidad física, docentes de Educación Física, entrenadores encargado de fomentar, desarrollar estrategias para que la natación adaptada ser un medio más para que los deportistas con discapacidad puedan adquirir un el desarrollo de capacidades físicas, evitar el sedentarismo y por ende mejorar su salud con llevando a que alcance un desarrollo integral y responde a las siguientes preguntas:

¿Para qué? Objetivo

¿Qué? Estrategias y tareas

¿Quién? Responsables

¿Con que? recursos

¿Cuándo? Tiempo

Indicadores de seguimiento y evaluación

FASES	METAS	ACTIVIDAD	RESPONSABLES	RECURSOS	TIEMPO
Valoración de los resultados obtenidos en la investigación	Facilitar los resultados obtenidos en la investigación	Socializar los resultados y la posible solución	Investigador Personas con discapacidad Docentes	Humanos Materiales	
Diseño de la propuesta					
Presentación de la propuesta					
Socialización de la propuesta	A personas con discapacidad y docentes	Convocatorias, reuniones para tratar los beneficios de			
Ejecución de la propuesta	Aplicación de la propuesta	Citación a reuniones , asambleas, sesiones			
Evaluación de la propuesta		Con un FODA			
Promocionar	Difundir la guía metodológica	Socializar			

6.8.- ADMINISTRACION

La guía metodológica es una herramienta para fomentar el desarrollo de habilidades y capacidades físicas como un medio para la enseñanza-aprendizaje de la natación y que esta ayude a mantener en actividad física y evitar el sedentarismo y las enfermedades colaterales como son la obesidad, hipertensión etc. Coadyuvando al desarrollo integral en las personas con discapacidad física de la ciudad de Ambato Su administración está a cargo del investigador, con el apoyo de las Personas con discapacidad física, docentes. Se aplicará entre otras las siguientes estrategias:

- Reunión con las Personas con discapacidad física y docentes de las instituciones
- Socialización de los objetivos y beneficios que tiene la guía metodológica
- Cumplir con todos las líneas de acción

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
¿Qué evaluar?	La guía metodológica enseñanza-aprendizaje
¿Por qué evaluar?	Porque es un indicador de seguimiento
¿Para qué evaluar?	Para ver aciertos y corregir errores
¿con que criterios evaluar	Observación
Indicadores	Aspectos obtenidos en las encuestas
¿Quién va evaluar?	Angel Celio Hurtado Puga
¿Cuándo evaluar	En todo el proceso hasta el fin de aplicación de la propuesta
¿Cómo evaluar?	Seguimiento, monitoreo del proceso
Fuentes de información	Avances del aprendizaje
¿Con que evaluar?	Con listas de cotejo

El siguiente paso es el seguimiento, control y evaluación de la aplicación de la guía metodológica con indicadores establecidos en el proceso de evaluación.

El monitoreo de las acciones y el cumplimiento de todas las líneas de acción que se va ejecutar son los aspectos que permitirán que se pueda corregir errores y fortalecer los aciertos lo que permite que sea una acción en el proceso de la operabilidad, cumplimientos de objetivos mediante estrategias metodológicas.

Conclusiones

Que la guía metodológica ayudo significativamente a las personas con discapacidad física.

Se integraron con sus pares y la sociedad

Ayudo a mejor la movilidad y la motricidad

Corroboro a que se a una persona más activa

Recomendaciones

Se recomienda poner en práctica todos los ejercicios

Mantener el entrenamiento continuo

Bibliografía

- A, M. M. (2016). *google*. Recuperado el 14 de 06 de 2017, de <http://www.dreguapiles.com/wp-content/uploads/2016/02/clasificaci%C3%B3n-deportiva-atletas-IPC.pdf>
- A, M. M. (2016). *google academico*. Recuperado el 14 de 06 de 2017, de <http://www.dreguapiles.com/wp-content/uploads/2016/02/clasificaci%C3%B3n-deportiva-atletas-IPC.pdf>
- Agustina Palacios, Francisco Bariffi. (s.f.). *googe academico*. (s. grupo editor CINCA, Productor) Recuperado el 03 de 17 de 2017, de http://repositoriocdpd.net:8080/bitstream/handle/123456789/402/L_PalaciosA_DiscapacidadDerechosHumanos_2007.pdf?sequence=1
- Alberto Almena, Javier Perez, javierCoteron, Santiago Veiga. (2015). *google academico*. Recuperado el 16 de 08 de 2017, de scholar: <https://google.com/es/entrenamiento-en-natacion/articulos/analisis-de-la-competicion-en-la-prueba-de-100-metros-estilo-libre-en-nadadores-espanoles-con-discapacidad-fisica-influencia-de-la-clasificacion-funcional-1796>
- Arroyo, J. (05 de 2015). *google academico*. Recuperado el 08 de 08 de 2017, de efdeportes: <http://www.efdeportes.com/efd204/el-entrenamiento-de-alta-intensidad-en-natacion.htm>
- Astray, M. (2014). *goglee academico*. Recuperado el 28 de 28 de 2017, de scholar. google: http://oa.upm.es/30996/1/TFG_MARIO_ASTRAY_MENDOZA.pdf
- Barea, D. (06 de 2009). *google academico*. Recuperado el 02 de 08 de 2017, de <http://www.efdeportes.com/efd133/capacidad-fisica-basica-vs-cualidad-motriz.htm>
- Bouthier, D. (2014). *google academico*. Recuperado el 19 de 12 de 2017, de scholar- google: http://www3.udg.edu/publicacions/vell/electroniques/VI_Jornades_aprendizaje_accion_tactica/docs/07_cap5.pdf
- Carrera, D. (05 de 2015). *goglee academico*. Recuperado el 02 de 08 de 2017, de ef deportes: <http://www.efdeportes.com/efd204/taxonomias-sobre-motricidad-humana.htm>
- CésarCáceres, Lourdes Pérez, Soledad Benítez. (2005). *manual de modalidad*. Quito: ediciones fournier.

- Conadis. (2016). *google*. Recuperado el 05 de 09 de 2017, de <http://www.consejodiscapacidades.gob.ec/estadistica/index.html>
- CONADIS. (2016). *google*. Recuperado el 05 de 09 de 2017, de <http://www.consejodiscapacidades.gob.ec/estadistica/index.html>
- concepto.de. (20 de 05 de 2017). *concepto de salud*. Obtenido de google: <http://concepto.de/salud-segun-la-oms/>
- concepto.de. (s.f.). *google*. Recuperado el 20 de 05 de 2017, de <http://concepto.de/salud-segun-la-oms/>
- Christian Giñin, Fernanda Vele. (2016). *google*. Recuperado el 25 de 08 de 2017, de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/27220/1/Tesis%20final%20PDF...pdf>
- Christian Giñin, Fernanda Vele. (2016). *google academico*. Recuperado el 25 de 08 de 2017, de google/scholar: <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/27220/1/Tesis%20final%20PDF...pdf>
- Definicion.de. (2008-2017). *goglee*. Recuperado el 31 de 07 de 2017, de <http://definicion.de/condicion-fisica/>
- definicion.de. (2012). *goglee*. Recuperado el 08 de 08 de 2017, de <http://definicion.de/resistencia/>
- Eliseo Garcia Canto, Juan Jose Perez soto. (02 de 2013). *efdeportes*. Recuperado el 30 de 05 de 2017, de <http://www.efdeportes.com/efd177/los-principios-del-entrenamiento-deportivo-voleibol.htm>
- Enedys Moas Acevedo. Hirbins Dopico Perez. (09 de 2013). *efdeportes*. Recuperado el 30 de 05 de 2017, de <http://www.efdeportes.com/efd184/la-preparacion-psicologica-en-el-entrenamiento-deportivo.htm>
- Eraña Arregui, Martinez de Haro. (2001). *google academico*. Recuperado el 08 de 09 de 2017, de https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/3784/26067_3.pdf?sequence=1
- española, R. A. (s.f.). *google*. Recuperado el 23 de 05 de 2017, de <http://dle.rae.es/?id=VViq2su>
- Eva Muñoz, Daniel Grote, Cristina Sanchez. (2017). *google academico*. Recuperado el 19 de 12 de 2017, de scholar- goolgle:

<http://infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEPA/article/view/1037/919>

GALEANO, R. (07 de 2004). *GOOGLE*. Recuperado el 05 de 09 de 2017, de <http://www.discapacidadonline.com/wp-content/uploads/2012/02/deporte-adaptado-ecuador.pdf>

Galicia, A. (03 de 2014). *goglee*. Recuperado el 02 de 08 de 2017, de efdeportes: <http://www.efdeportes.com/efd190/conceptos-basicos-sobre-la-fuerza-muscular.htm>

Garrido, M. (03 de 2013). *google*. Recuperado el 08 de 08 de 2017, de efdeportes: <http://www.efdeportes.com/efd178/el-desarrollo-de-la-resistencia-en-la-escuela.htm>

Garzón Pérez, Laura Vanessa Pachón Calderón, Nicolás Barreto Pineda, Bryan Alejandro. (2016). *google academico*. Recuperado el 20 de 06 de 2017, de <http://repository.usta.edu.co/handle/11634/631>

Gerlero, J. C. (2013). *google academico*, 2da . Recuperado el 23 de 05 de 2017, de <http://170.210.83.98:8080/jspui/bitstream/123456789/175/1/Art%C3%ADculo%20-%20-%20Gerlero.pdf>

gonzalez, J. I. (1998). *google academico*. Recuperado el 18 de 12 de 2017, de scholar/google: file:///C:/Users/PC/Downloads/Dialnet-LaCulturaDeConsumoElCuerpoYLaEducacionFisica-3645221.pdf

Javer Nicoletti. gustavo garcia. (2015). *google academico*. Recuperado el 18 de 12 de 2017, de scholar/ google: http://emasf.webcindario.com/El_derecho_a_la_EF_adaptada.pdf

Javier perez, R. R. (13 de 05 de 2017). *gogle academico*. Obtenido de <http://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/86>

Javier Perez, Raul Reina, David Sanz. (2012). *gogle educativo*. Recuperado el 13 de 05 de 2017, de <http://ccd.ucam.edu/index.php/revista/article/view/86>

Javier Perez-Tejero. (22 de 07 de 2014). *google academico*. Recuperado el 30 de 05 de 2017, de http://www3.ubu.es/blogubuabierta/wp-content/uploads/2014/07/AFA_jpt_220714_Miranda-Ebro.pdf

Joan garcia, Jordi Catala. (2015). *Google Academico*. Recuperado el 14 de 06 de 2017, de <https://upcommons.upc.edu/handle/2117/87837>

- Joan Garcia, Jordi Catala. (2015). *google academico*. Recuperado el 15 de 08 de 2017, de Scholar. google:
https://upcommons.upc.edu/bitstream/handle/2117/87837/TFG_JoanGarcia_Memoria_Viabilidad_Final.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Joan Garcia, Jordi Catana. (2015). *Google cADAEMICO*. Recuperado el 14 de 06 de 2017, de <https://upcommons.upc.edu/handle/2117/87837>
- JORDI CATALA, JOHAN GARCIA. (2015). *GOOGLE*. Recuperado el 07 de 09 de 2017, de SCHOLAR:
https://upcommons.upc.edu/bitstream/handle/2117/87837/TFG_JoanGarcia_Memoria_Viabilidad_Final.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Julian perez, Maria Merino. (2012). *google academico*. Recuperado el 14 de 08 de 2017, de <http://definicion.de/tecnica/>
- Laura Garzon, Nicolas Pachon, Bryan Barreto. (2015). *google academico*. Recuperado el 30 de 08 de 2017, de schole.google:
<http://repository.usta.edu.co/handle/11634/631>
- ma Torralba,MA Viera, MJ Rubio. (2017). *google academico*. Recuperado el 22 de 06 de 2017, de <http://www.redalyc.org/pdf/2351/235149687005.pdf>
- Macias, Gonzales. (2012). *ef deportes*. Recuperado el 23 de 05 de 2017, de [file:///C:/Users/PC/Downloads/261438-352752-1-SM%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/PC/Downloads/261438-352752-1-SM%20(1).pdf)
- Maria Muñoz, Daniel Garrote, Cristina Sanchez. (2017). *google cademico*. Recuperado el 19 de 12 de 2017, de scholar/ google:
<http://infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEP/article/view/1037/919>
- mendoza, M. A. (2014). *googloe*. Recuperado el 23 de 08 de 2017, de http://oa.upm.es/30996/1/TFG_MARIO_ASTRAY_MENDOZA.pdf
- Monje, M. (2016). *google academico*. Recuperado el 14 de 06 de 2017, de <http://www.dreguapiles.com/wp-content/uploads/2016/02/clasificaci%C3%B3n-deportiva-atletas-IPC.pdf>
- NARANJO, F. (26 de 12 de 2011). *GOOGLE*. Recuperado el 07 de 09 de 2017, de <http://repo.uta.edu.ec/bitstream/123456789/519/1/CF-17.pdf>
- OCHOA, I. S. (s.f.). *GOOGLE*. Recuperado el 31 de 07 de 2017, de <http://www.educacion.es/exterior/centros/severoochoa/es/departamentos/edfis/Salud2.pdf>

- Olivera-beltran, j. torreadella-flix,x. (2015). *google academico*. Recuperado el 17 de 12 de 2017, de scholar-google:
https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/664840/RIMCAFD57_5.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Oviedo, C. (2015). *google academico*. Recuperado el 08 de 08 de 2017, de
<http://www.raco.cat/index.php/RevMovHum/article/view/304393/394072>
- Pazmiño, M. g. (2015). *google academico*. Recuperado el 18 de 12 de 2017, de scholar-google:
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/6401/1/Psicolog%C3%ADa%20deportiva%20presiones%20deportivas%20y%20disposici%C3%B3n%20combativa.pdf>
- Perez, J. (22 de 07 de 2014). *google academico*. Recuperado el 30 de 08 de 2017, de http://www3.ubu.es/blogubuabierta/wp-content/uploads/2014/07/AFA_jpt_220714_Miranda-Ebro.pdf
- Pérez, J. (2016). *google*. Recuperado el 08 de 08 de 2017, de <http://definicion.de/capacidades-coordinativas/>
- Perez-Tejero, J. (22 de 07 de 2014). *google academico*. Recuperado el 22 de 06 de 2017, de http://www3.ubu.es/blogubuabierta/wp-content/uploads/2014/07/AFA_jpt_220714_Miranda-Ebro.pdf
- Prado, C. D. (2015). *google educativo*. Recuperado el 02 de 06 de 2017, de http://retos.org/numero_27/166-171.pdf
- Prado, C. E. (2015). *Google academico*. (retos, Editor) Recuperado el 02 de 06 de 2017, de http://retos.org/numero_27/166-171.pdf
- RAE. (s.f.). *GOGLE ACADEMICO*. Recuperado el 07 de 08 de 2017, de <http://dle.rae.es/srv/fetch?id=bUyWG7T>
- RAE. (s.f.). *google*. Recuperado el 22 de 06 de 2017, de <http://dle.rae.es/?id=Rr9hdMG>
- RAE. (s.f.). *GOOGLE*. Recuperado el 02 de 08 de 2017, de <http://dle.rae.es/srv/fetch?id=IYwPBb3>
- RAE, R. A. (s.f.). *google*. Recuperado el 22 de 06 de 2017, de <http://dle.rae.es/?id=Rr9hdMG>
- Ramos Alejandro emilio, Ojeda Rafael, Baez Damarais, martinez Reinier, Nuñez Edel. (09 de 2011). *efdeportes*. Recuperado el 23 de 05 de 2017, de

<http://www.efdeportes.com/efd160/la-recreacion-desarrollo-humano-para-comunidades.htm>

Reina, R. (27 de 04 de 2014). *google academico*. Recuperado el 07 de 06 de 2017, de

<http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/3278/reina.pdf?sequence=1>

Reina, R. (27 de 04 de 2014). *google academico*. Recuperado el 29 de 08 de 2017, de scholar.google:

<http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/3278/reina.pdf?sequence=1>

Rodriguez, E. P. (15 de 03 de 2016). *google academico*. Recuperado el 21 de 06 de 2017, de <https://rio.upo.es/xmlui/bitstream/handle/10433/2513/1627-6041-2-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rodriguez, E. P. (15 de 03 de 2016). *google academico*. Recuperado el 21 de 06 de 2017, de

https://www.upo.es/revistas/index.php/materiales_historia_deporte/article/view/1627/1579

Rodriguez, h. (04 de 09 de 2014). *google academico*. Recuperado el 29 de 08 de 2017, de

http://buleria.unileon.es/xmlui/bitstream/handle/10612/4188/10_TFG%20H%C3%A9ctor%20Rodr%C3%ADguez%20Marqu%C3%A9s_4%20septiembre.pdf?sequence=1

Rodriguez, H. (04 de 09 de 2014). *google academico*. Recuperado el 29 de 08 de 2017, de

http://buleria.unileon.es/xmlui/bitstream/handle/10612/4188/10_TFG%20H%C3%A9ctor%20Rodr%C3%ADguez%20Marqu%C3%A9s_4%20septiembre.pdf?sequence=1

salud, O. M. (2017). *google*. Recuperado el 11 de 07 de 2017, de

<http://www.who.int/topics/disabilities/es/>

Salvador Belloch, Pedro Perez, amalie Cebrian,Pablo sal. (2011). *google*.

Recuperado el 27 de 08 de 2017, de

<https://revistas.uam.es/caf/article/view/2957/3172>

Salvador Llana, Pedro Perez, Amalia del Valle, Pablo Sala. (2016). *google academico*. Recuperado el 15 de 08 de 2017, de scholar.google:

<https://revistas.uam.es/caf/article/view/2957>

- Sara Marquez rosa y Nuria Garatachea vallejo. (2013). *actividad fisica y salud*. Madrid: ediciones Diaz de Santos, SA. Recuperado el 2o de mayo de 2017, de https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=isxZr7nS2n8C&oi=fnd&pg=PR17&dq=actividad+f%C3%ADsica+y+salud&ots=Aa1TqK8YOK&sig=IOznLZcmQ_-AIEuE5E_bAf3rCxg#v=onepage&q=actividad%20f%C3%ADsica%20y%20salud&f=false
- Tito Usima, Javier Tamayo. (2017). *google academico*. Recuperado el 09 de 08 de 2017, de https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/3784/26067_3.pdf?sequence=1
- Vallejo, P. (27 de 08 de 2016). la natacion como medio de desarro personal. (A. H. Puga, Entrevistador) Pichincha, Ecuador.
- Vargas, J. (2016). *google academico*. Recuperado el 16 de 08 de 2017, de scholar.google: <http://repositorio.unilibre.edu.co/handle/10901/9107>
- Victoria Jones, Andrea rey. (02 de 10 de 2015). *google*. Recuperado el 28 de 08 de 2017, de http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar/11o-congreso/publicaciones-11ocongreso/Mesa%2006_Jones.pdf
- wikipedia. (09 de 06 de 2017). *google*. Recuperado el 10 de 06 de 2017, de <https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte>
- wipimedia. (2 de 12 de 2016). *goglee*. Recuperado el 31 de 07 de 2017, de https://es.wikipedia.org/wiki/Comit%C3%A9_Paral%C3%ADmpico_Internacional
- Wipimedia. (2017). *google*. Recuperado el 27 de 08 de 2017, de https://es.wikipedia.org/wiki/Estilo_pecho
- Wipimedia. (11 de 07 de 2017). *googlee*. Recuperado el 22 de 06 de 2017, de https://es.wikipedia.org/wiki/Juegos_Paral%C3%ADmpicos
- ZUÑIGA, C. (2013). *GOOGLE*. Recuperado el 07 de 09 de 2017, de <http://repo.uta.edu.ec/handle/123456789/7458>

Anexo 1



Ambato, 10 de noviembre del 2016

Licenciado
Angel Hurtado Puga
Presente

A nombre de los integrantes del club paralímpico de personas con discapacidad física reciba un cordial y atento saludo.

En contestación al oficio donde se solicita la aplicación del proyecto de tesis en este club, ya que es requisito para poder obtener el grado académico de Magister en la Universidad Técnica de Ambato con el tema de investigación "LA NATACIÓN PARALIMPICA EN LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA", la cual ha sido aceptada con el mucho agrado ya que usted ha colaborado como instructor en este club y con deportistas independientes, se dejara una copia de esta esta investigación para el club.

Por la atención brindada a la presente, anticipo mis agradecimientos.


Franklin Santamaría
PRESIDENTE
171140297-2

dirección Aniceto Jordan y Antonio Clarijo telefono: 0987141328-032942383-0987067905
Ambato - Ecuador

Anexo 2



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACION

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

DIRECCIÓN DE POSGRADO

ENCUESTA A DOCENTES

INSTRUCCIONES

Señale con una X en el paréntesis la alternativa que considere la más acertada de acuerdo a su conocimiento y experiencia

1.- ¿tiene en su institución o conoce en su entorno alguna persona con discapacidad física?

SI ()

NO ()

2.- ¿sabe si sus alumnos o conocidos practican algún deporte?

SI ()

NO ()

indique que deporte.....

3.- ¿conoce sobre la natación adaptada y/o paralímpica?

SI ()

NO ()

3.- ¿tiene conocimiento sobre cómo son clasificadas las personas con discapacidad para practicar la natación paralímpica?

SI ()

NO ()

Por a) su discapacidad () b) por el grado de la lesión () c) por su funcionalidad ()

4.- ¿considera que las piscinas en el cantón Ambato brindan todas las facilidades como, (rampas, casilleros, vestidores, baños, pasamanos para subir y bajar hacia la piscina) para que las personas con discapacidad física puedan acceder a dichas instalaciones?



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA
EDUCACION

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO
DEPORTIVO

DIRECCIÓN DE POSGRADO

ENCUESTA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Conteste con honestidad el siguiente cuestionario marcando con X dentro del paréntesis la respuesta que considere la más apropiada

1.- ¿practica algún deporte?

SI ()

NO ()

Cual deporte.....

2.-. ¿Conoce sobre la natación adaptada?

SI ()

NO ()

3.- ¿Por qué no practica la natación?

No sabe nadar () Falta de recursos económicos () poco tiempo

disponible () distancia del lugar de residencia a una piscina () existen pocos

profesionales capacitados para la enseñanza de este deporte ()

Todas las anteriores ()

4.- ¿conoce sobre los beneficios de la natación paralímpica en las persona con discapacidad física?

SI ()

NO ()

5.- ¿considera usted que la natación paralímpica le ayudaría al desarrollo de capacidades físicas (Fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad)?

SI ()

NO ()

6.- ¿ha sentido que no hay suficiente apoyo de las autoridades para que usted como una persona con discapacidad practiquen la natación?

SI ()

NO ()

7.- ¿le gustaría pertenecer a un club para personas con discapacidad donde se practique la natación?

SI ()

NO ()

8.- ¿sabe usted su clasificación y con quienes puede practicar y competir en natación paralímpica?

SI ()

NO ()

9.- ¿conoce usted en la ciudad de Ambato una piscina accesible (sin gradas, con baños adecuados, agua caliente, con soportes para sujetarse, horarios flexibles) para la práctica de la natación?

SI ()

NO ()

10.- ¿conoce sobre las técnicas de nado en cada uno de los 4 estilos?

SI ()

NO ()

Anexo 3



Fabricio Barrionuevo 1er campeón nacional

Primeros juegos nacionales cuenca 200



Fabricio Barrionuevo

Campeón nacional Ibarra 2006



José Chulco , Javier Urbina seleccionados nacionales



Preparación para los juegos para panamericanos Colombia 2010



Olimpiadas especiales 2016



JUEGOS NACIONALES CUENCA 2014



EQUIPO DE NADADORES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD FISICA





JUEGOS NACIONALES MANTA 2016



ABIERTO DE NATACION SANGOLQUI 2016