

# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO



## FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN

### CENTRO DE ESTUDIOS DE POSGRADO

#### MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

**Tema:** “INNOVACIONES METODOLÓGICAS Y LA AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO DE LOS NIÑOS/AS DE LA ESCUELA DE NATACION AQUARIUS DEL CANTON AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

Trabajo de Investigación

Previa a la obtención del Grado Académico de Magíster en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo.

**Autor:** Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

**Director:** Lcdo. Mg. Fernando Yucailla Sánchez

Ambato - Ecuador

2013

**Al Consejo de Posgrado de la UTA.**

El tribunal receptor de la defensa del trabajo de investigación con el tema: “INNOVACIONES METODOLÓGICAS Y AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO DE LOS NIÑOS/AS DE LA ESCUELA DE NATACIÓN AQUARIUS DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA” presentado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez y conformado por: Dra. Mg. Marlene Barquin Yuque; Ing. Mg. Fabricio Lozada Torres; Dr. Mg. Wladimir Lach Tenecota, Miembros del Tribunal, Lcdo. Mg. Fernando Yucailla Sánchez, Director del Trabajo de Investigación y presidido por: Ing. Mg. Wilma Gavilanes López, Presidenta del Tribunal; Ing. Mg. Juan Garcés Chávez Director del CEPOS– UTA, una vez escuchada la defensa oral el Tribunal aprueba y remite el trabajo de investigación para uso y custodia en las bibliotecas de la UTA.

-----  
Ing. Mg. Wilma Gavilanes López  
Presidenta del Tribunal de Defensa

-----  
Ing. Mg. Juan Garcés Chávez  
DIRECTOR CEPOS

-----  
Lcdo. Mg. Fernando Yucailla Sánchez  
Director de Trabajo de Investigación

-----  
Dra. Mg. Marlene Barquin Yuque  
Miembro del Tribunal

-----  
Ing. Mg. Fabricio Lozada Torres  
Miembro del Tribunal

-----  
Dr. Mg. Wladimir Lach Tenecota  
Miembro del Tribunal

## AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La responsabilidad de las opiniones, comentarios y críticas emitidas en el trabajo de investigación con el tema: “INNOVACIONES METODOLÓGICAS Y AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO DE LOS NIÑOS/AS DE LA ESCUELA DE NATACIÓN AQUARIUS DEL CANTÓN AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”, nos corresponde exclusivamente a: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez, Autor y de Lcdo. Mg. Fernando Yucailla Sánchez, Director del Trabajo de Investigación; y el patrimonio intelectual del mismo a la Universidad Técnica de Ambato.

-----  
Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.  
AUTOR

-----  
Lcdo. Mg. Fernando Yucailla Sánchez.  
DIRECTOR

## **DERECHOS DE AUTOR**

Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este trabajo de investigación o parte de él un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los Derechos de mi trabajo de investigación, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de esta, dentro de las regulaciones de la Universidad.

-----  
Lcdo. Jorge Washington Jordán Sánchez

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco a Dios por la vida, sin ella no llegaría a cumplir mis metas personales y profesionales

A la Universidad Técnica de Ambato por abrirme las puertas del saber.

**Autor**

## **DEDICATORIA**

Esta obra está dedicada a mis hijos Kevin y Kylie quienes con sus vivencias compartidas con sus padres han sabido orientarme y ser mis guías para plasmar en esta obra lo mejor de la enseñanza y aprendizaje de la Natación; a mi esposa Ivonne que con su apoyo es fuente de inspiración en mi vida a mi madre por su apoyo, para poder dejar este trabajo a todos los maestros y maestras que buscan mejorar y sacar adelante a niños/as y jóvenes que son el presente y futuro del Ecuador.

**Jorge Jordán Sánchez**

## ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

Pág.

### PRELIMINARES

Portada .....	i
Al Consejo de Posgrado de la UTA. ....	ii
AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	iii
DERECHOS DE AUTOR .....	iv
AGRADECIMIENTO .....	v
DEDICATORIA .....	vi
ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS.....	vii
Resumen ejecutivo .....	xvi
INTRODUCCIÓN .....	1

### CAPTITULO I

#### EL PROBLEMA

1.1.Tema.....	3
1.2.Planteamiento del Problema.....	3
1.2.1. Contextualización.....	3
1.2.2. Árbol de Problemas.....	5
1.2.3. Análisis Crítico .....	6
1.2.3. Prognosis .....	6
1.2.4. Formulación del problema .....	7
1.2.5. Interrogantes de la Investigación .....	7
1.2.6. Delimitación del Objeto de Investigación.....	7
1.2.6.1. Delimitación Temporal .....	7
1.2.6.2. Delimitación Espacial .....	7

1.3. Justificación .....	7
1.4. Objetivos .....	9
1.4.1 Objetivo General .....	9
1.4.2. Objetivos Específicos.....	9

## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes Investigativos.....	11
2.2. Fundamentaciones.....	12
2.2.1. Fundamentación Filosófica .....	12
2.2.2. Fundamentación Epistemológica .....	12
2.2.3. Fundamentación Axiológica .....	13
2.2.4. Fundamentación Ontológica .....	14
2.2.5. Fundamentación Sociológica .....	14
2.2.6. Fundamentación Psicopedagógica .....	15
2.3. Fundamentación Legal .....	15
2.4.- CATEGORIAS FUNDAMENTALES.....	18
2.4.1. Constelación de Ideas de la Variable Independiente.....	19
2.4.2. Constelación de Ideas de la Variable Dependiente .....	20
2.5. Fundamentación Teórica.....	21
2.5.1. DIDÁCTICA.....	21
2.5.2. METODOLOGÍA .....	22
2.5.3. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS .....	23
2.5.4. INNOVACIONES METODOLÓGICAS .....	26
2.5.5. NATACIÓN .....	28
2.5.6. ESTRATEGIA ACUATICA .....	29
2.5.7. ADAPTACIÓN AL AGUA.....	30



2.5.8. AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO.....	30
Flotación.....	32
Respiración.....	33
Propulsión e Higiene Postural.....	34
Aprender a Nadar.....	41
Coordinación, flotación y respiración o control del medio acuático .....	42
Coordinación de impulso patada respiración .....	42
Coordinación de impulso, patada y brazada. ....	42
2.6. Formulación de Hipótesis .....	42
2.7. Señalamiento de Variables.....	43
2.7.1. Variable Independiente .....	43
2.7.2. Variable Dependiente.....	43

### CAPÍTULO III

#### METODOLOGIA

3.1. Enfoque de la Investigación .....	44
3.2. Modalidad de la Investigación .....	44
3.3. Niveles de Investigación .....	45
3.3.1. Nivel Exploratorio.....	45
3.3.2. Nivel Descriptivo. ....	45
3.3.3. Nivel Correlacional.....	46
3.4. Población y Muestra.....	46
3.4.1. Población.....	46
3.4.2. Muestra.....	47
3.5. Operacionalización de Variables .....	48
3.6. Técnicas e Instrumentos de Investigación .....	50
3.7. Validez .....	50

3.8. Confiabilidad.....	51
3.9. Plan de Recolección de la Información.....	51
3.10. Plan de procesamiento y análisis de la información.- .....	52
3.11. Análisis e interpretación de resultados.- .....	52

#### CAPÍTULO IV

##### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Encuesta dirigida a los entrenadores y monitores de la escuela de natación “Aquarius”.....	53
4.2. Guía de observación dirigida a los deportistas de la Escuela de natación “Aquarius”, de la ciudad de Ambato.....	64
4.3. Verificación de Hipótesis.....	74

#### CAPÍTULO V

##### CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones .....	79
5.2. Recomendaciones.....	79

#### CAPÍTULO VI

##### LA PROPUESTA

6.1. Título de la Propuesta. ....	81
6.2. Datos Informativos.....	81
6.3. Antecedentes de la Propuesta.....	81
6.4. Análisis de Factibilidad.....	82
6.5. Justificación de la Propuesta .....	86
6.6. Objetivos de la Propuesta.....	86
6.6.1. Objetivo Específico.....	86
6.6.2. Objetivos Específicos.....	87
6.7. Fundamentación Teórica-Científica.....	87

6.8. Plan de Acción .....	90
Matriz del Plan de Acción.....	116
Administración de la propuesta.....	117
Plan de Monitoreo y Evaluación de la propuesta.....	117
Bibliografía .....	119
Anexos .....	123

## ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro #:1 Árbol de Problemas.....	15
Cuadro #:2 Operacionalización de Variables V. Independiente.....	80
Cuadro #:3 Operacionalización de Variables V. Dependiente.....	81
Cuadro #:4 Recolección de la Información.....	51
Cuadro #:5 Innovaciones metodológicas.....	52
Cuadro #:6 Resultado de aprendizaje.....	53
Cuadro #:7 Aprendizaje de natación.....	54
Cuadro #:8 Etapa de Aprendizaje.....	55
Cuadro #:9 Calidad de Aprendizaje.....	56
Cuadro #:10 Ambientación al medio acuático.....	57
Cuadro #:11 Elementos que toma en cuenta.....	58
Cuadro #:12 Consideraciones que toma en cuenta.....	59
Cuadro #:13 Innovaciones Metodológicas y Ambientación.....	60
Cuadro #:14 Capacitación y actualización.....	61
Cuadro #:15 Estímulos al Agua.....	62
Cuadro #:16 Indicaciones nuevas de Aprendizaje.....	63
Cuadro #:17 Indicadores de Aprendizaje .....	64
Cuadro #:18 Etapa de Aprendizaje.....	65
Cuadro #:19 Sensibilidad al Agua.....	66
Cuadro #:20 Actitud Postural.....	67

Cuadro #:21 Coordinación de la flotación y la respiración.....	68
Cuadro #:22 Problemas en la Sumersión.....	69
Cuadro #:23 Etapas de aprendizaje.....	70
Cuadro #:24 Control del medio acuático.....	71
Cuadro #:25 Matriz de plan de Acción.....	113
Cuadro #:26 Evaluación de la Propuesta .....	115

## ÍNDICE DE GRAFICOS

Gráfico # 1 Categorías Fundamentales.....	33
Gráfico #:2 Constelación de Ideas de la V. Independiente.....	34
Gráfico #:3Constelación de Ideas de la Variable Dependiente.....	35
Gráfico #:4 Innovaciones metodológicas.....	52
Gráfico #:5 Resultado de aprendizaje.....	53
Gráfico #:6 Aprendizaje de natación.....	54
Gráfico #:7 Etapa de Aprendizaje.....	55
Gráfico #:8 Calidad de Aprendizaje.....	56
Gráfico #:9 Ambientación al medio acuático.....	57
Gráfico #:10 Elementos que toma en cuenta.....	58
Gráfico #:11 Consideraciones que toma en cuenta.....	59
Gráfico #:12 Innovaciones Metodológicas y Ambientación.....	60
Gráfico #:13 Capacitación y actualización.....	61
Gráfico #:14 Estímulos al Agua.....	62
Gráfico #:15 Indicaciones nuevas de Aprendizaje.....	63
Gráfico #:16 Indicadores de Aprendizaje .....	64
Gráfico #:17 Etapa de Aprendizaje.....	65
Gráfico #:18 Sensibilidad al Agua.....	66
Gráfico #:19 Actitud Postural.....	67

Gráfico #:20 Coordinación de la flotación y la respiración.....	68
Gráfico #:21 Problemas en la Sumersión.....	69
Gráfico #:22 Etapas de aprendizaje.....	70
Gráfico #:23 Control del medio acuático.....	71

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CENTRO DE ESTUDIOS DE POSGRADO**  
**MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**TEMA:** “INNOVACIONES METODOLÓGICAS Y LA AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO DE LOS NIÑOS/AS DE LA ESCUELA DE NATACIÓN AQUARIUS DEL CANTON AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

**AUTOR:** Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

**DIRECTOR:** Lcdo. Mg. Fernando Yucailla Sánchez.

**FECHA:** 2 de julio, 2013

**RESUMEN EJECUTIVO**

El presente trabajo de investigación tiene el propósito de diseñar una guía metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, dirigida a los instructores de la escuela de natación “Aquarius” de la ciudad de Ambato. Para lograr este objetivo se considera diagnosticar si los instructores y monitores de la escuela conocen y aplican estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, verificar de qué manera los instructores motivan a sus estudiantes a la natación. Las técnicas y estrategias con los que se trabaja actualmente, se basan en el paradigma crítico propositivo, lo que obliga a los instructores a convertir los nuevos conocimientos en acciones, la teoría en práctica, a comprender, analizar y realizar nuevas estrategias para la ambientación al medio acuático, a tomar una nueva opción en el método de enseñar y en la manera de aprender. Por lo que se propone que los instructores empleen frecuentemente estrategias activas, motiven y dirijan el proceso de natación con la participación dinámica de los estudiantes. Lo importante es que el estudiante se convierta en un deportista acuático auténtico haciendo del nado una práctica diaria, con metodologías que basadas una ambientación lúdica para que adquieran la sensibilidad en el agua, con el fin de lograr que el estudiante mejore sus estilos de nado, con el fin de estimular la coordinación de movimientos básicos en a través del medio acuático, generando en el estudiante confianza y soltura dentro del agua para actuar con autonomía y cumplir con los indicadores como disfruta en el agua, movimiento y desplazamiento con autonomía.

**Descriptor:** Didáctica, Ambientación, Medio, Acuático, Metodología, Innovaciones, Natación, Estrategia, Adaptación, Agua.



**TECHNICAL UNIVERSITY AMBATO  
FACULTY OF HUMANITIES AND EDUCATION  
POSTGRADUATE STUDIES CENTER  
MASTER OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS TRAINING**

**TOPIC:** METHODOLOGICAL INNOVATIONS AND THE SCENE IS THE  
AQUATIC ENVIRONMENT OF CHILDREN SWIMMING AS OF AQUARIUS  
OF CANTON AMBATO Province TUNGURAHUA

**AUTHOR:** Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

**DIRECTOR:** Lcdo. Mg. Fernando Yucailla Sánchez

**DATE:** 2 July, 2013

**SUMMARY**

The present research is intended to design a methodological guide for the setting current strategies to the aquatic environment, aimed at school instructors swimming "Aquarius" from the city of Ambato. To achieve this goal we considered diagnosed if the instructors and school monitors known and applied current strategies for the atmosphere to water, verify how the instructors encourage their students to swimming. The techniques and strategies that are working today, are based on the proactive critical paradigm, forcing instructors to convert new knowledge into the theory into practice, understand, analyze, and new strategies for setting the waterways, to take a new option in the method of teaching and how to learn. It is proposed that instructors often employ active strategies, motivate and lead the process of swimming with the active participation of students. The important thing is that the student becomes a true aquatic athlete doing a daily practice of swimming with a setting based methodologies for which acquire playful feeling in the water, in order to achieve the student to improve their styles of swimming, in order to encourage basic movement coordination through the waterways, generating confidence and ease the student into the water to act autonomously and meet and enjoy indicators in water, movement and travel independently.

**Descriptors:** Teaching, Atmosphere, Environment, Aquatic, Methodology, Innovations, Swimming, Strategy, Adaptation, Water.

## INTRODUCCIÓN

El espacio curricular aborda los aspectos relacionados con la iniciación de las experiencias en el medio acuático, los nados, la actividad acuática como espacio educativo, y una aproximación a la comprensión de los fenómenos físicos que en él se producen.

Las primeras experiencias acuáticas de muchos niños/as se desarrollan en el inicio de la práctica de esta disciplina deportiva, por lo tanto se establecen los mecanismos necesarios para contrarrestar los efectos de un proceso desarrollo motriz carente de esta amplia gama de posibilidades. Esta dificultad plantea necesariamente un mayor grado de atención en la relación instructor-aprendiz y estrategias didácticas que discriminen positivamente las características mencionadas, acorde a generar el espacio de intercambio y cooperación en la relaciones con el conocimiento en función de aprendizajes significativos.

El trabajo de Investigación se encuentra estructurado de seis capítulos de la siguiente manera:

En el primer capítulo está planteado el problema de investigación, la contextualización, el análisis crítico, la prognosis, formulación del problema, preguntas directrices, delimitación del objeto de investigación, objetivos y justificación.

El segundo capítulo contiene el marco teórico que se basa en la fundamentación psicológica, sociológica, pedagógica, filosófica, legal, categorías fundamentales, fundamentación teórica, hipótesis y señalamiento de variables

El capítulo tercero que corresponde a la metodología, figura el enfoque, modalidad, tipo o nivel de investigación, población y muestra, Operacionalización de variables, los procedimientos y finalmente el procesamiento y análisis.

En el capítulo cuarto constituye el análisis e interpretación de resultados de las encuestas realizadas tanto a los instructores y niños/as.

En el capítulo quinto constan las conclusiones y recomendaciones del presente trabajo de investigación, así como la verificación de hipótesis.

En el capítulo sexto consta la propuesta con el Título, datos informativos, antecedentes, justificación, objetivos, análisis de factibilidad, fundamentación teórica-científica, plan de acción, administración de la propuesta y evaluación de la propuesta.

Finalmente se encontrará la bibliografía y los anexos.

## **CAPÍTULO I**

### **EL PROBLEMA**

#### **1.1. Tema**

“INNOVACIONES METODOLÓGICAS Y LA AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO DE LOS NIÑOS/AS DE LA ESCUELA DE NATACIÓN AQUARIUS DEL CANTON AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA”

#### **1.2. Planteamiento del Problema**

##### **1.2.1. Contextualización**

En todo el mundo se puede hablar de que cada disciplina deportiva ha evolucionado en pasos agigantados gracias a toda la información y tecnología que existe para tal o cual tema, pero en sí en la natación es primordial la manera en que hoy los técnicos o entrenadores hablan sobre las metodologías americana, cubana, alemana, rusa en sí de cualquier que esta se ha marcada la primera fase de iniciantes en el agua para aprender a nadar y por ende su técnica futura en esta disciplina esto conlleva a que se adopte nuevas metodologías que hoy en día demuestran lo eficaz que puede ser para romper records a cada momento.

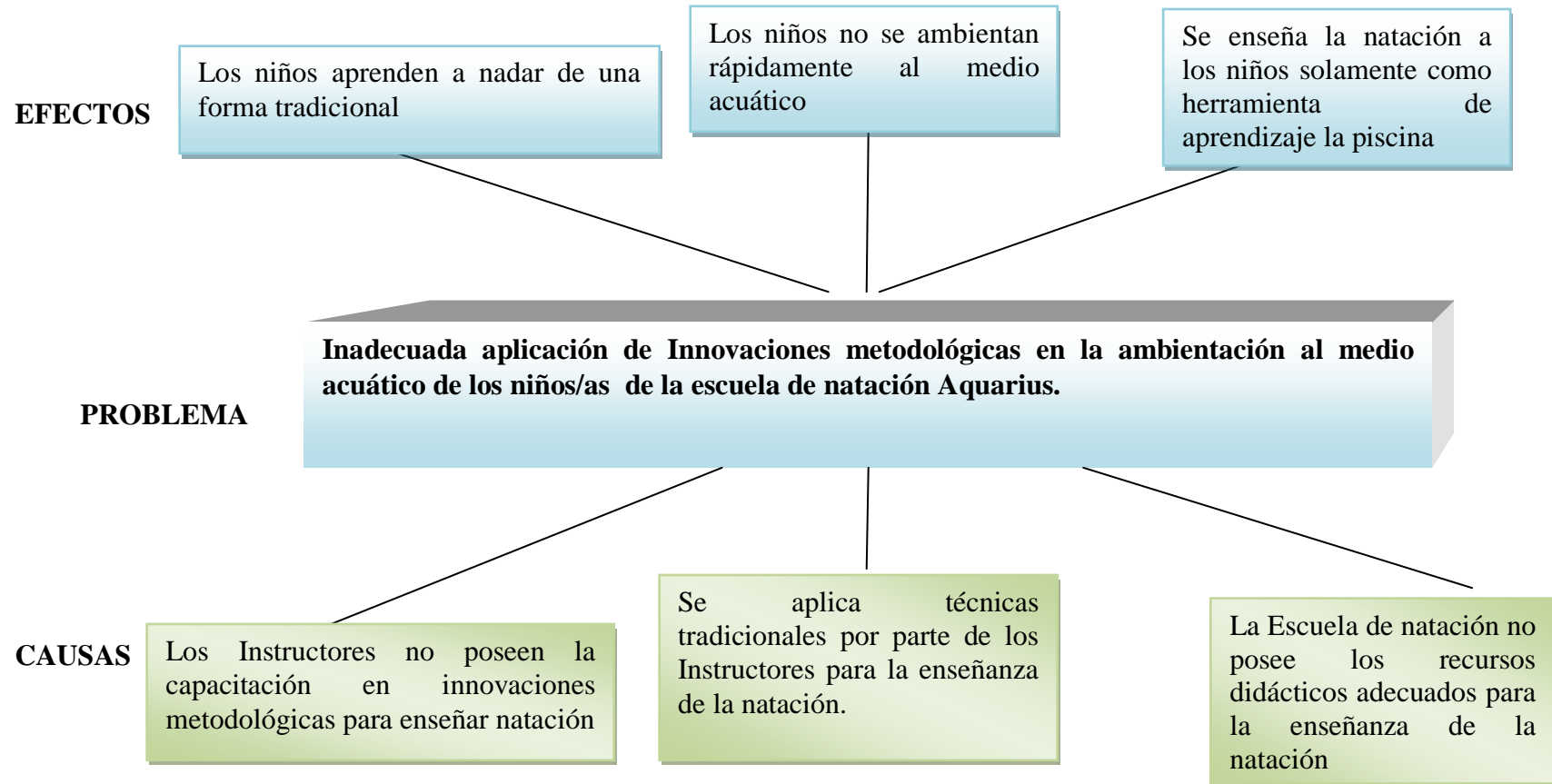
El programa de preparación para el deportista de natación no está exento de lo antes expuesto. Los cambios del mismo se deben realizar en cada ciclo, pues lo que se busca es perfeccionarlo a partir de nuevas experiencias y conocimientos adquiridos por el Consejo Nacional de Entrenadores, máximo responsable del mismo y único autorizado para introducir modificaciones. La versión actual (1996) es, precisamente, producto de intensos debates técnicos, de sugerencias del claustro de profesores de Natación de Cuba y entrenadores experimentados.

En el Ecuador, no existe un apoyo a la disciplina de la natación que con lleve a una formación de métodos en los distintos entrenadores que se encuentran inmersos en el mundo de la natación para que sigan una determinada línea y promuevan una propia la cual marque un aprendizaje de la natación más científico y principalmente se forme una política por parte del ministerio del deporte y no se ha una mezcla de métodos que poco o nada hacen para que en este deporte surjan nuevos nadadores que busquen la excelencia deportiva.

En la ciudad de Ambato las pocas escuelas de natación existente no trabajan con un método específico como medio propicio para que el nadador precoz se inicie de forma correcta en este maravilloso deporte sin embargo la enseñanza en su primera fase es primordial trabajarla desde un punto de vista de adquirir una hegemonía propia a nuestro medio pues primero la falta de escenarios la poca difusión de un método primario hace que las escuelas existentes manipulen a su conveniencia y no se define como en Pichincha, Guayas, Cuenca donde su metodología se difunda por parte de la federación provincial impartiendo cursos y vacacionales sin el debido proceso de enseñanza y aprendizaje.

En la escuela de natación Aquarius de la ciudad de Ambato, se trata de aplicar innovaciones metodológicas en la enseñanza de la natación, se trata de aprovechar la experiencia de los instructores para cambiar la forma de enseñar tradicionalmente esta disciplina y lograr una ambientación adecuada al agua, sin que los niños/as tenga miedo o temor para entrar a la piscina y practicar su deporte favorito, se trata de aplicar nuevas estrategias metodológicas innovadoras para el cultivo y desarrollo de la natación.

### 1.2.2. Árbol de Problemas



Cuadro 1: Relación Causa-Efecto

**Elaborado por:** Investigador Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.

### **1.2.3. Análisis Crítico**

Los Instructores no poseen la capacitación en innovaciones metodológicas para enseñar natación, por lo que los niños/as aprenden a nadar de una forma tradicional, es decir a seguir las instrucciones de quienes lo están enseñando, no de una manera técnica-metodológica, siguiendo pasos continuos y articulados que vayan desde los calentamientos previos, la adaptación y ambientación al agua, y la aplicación de las técnicas que fueron explicadas en teoría.

Se aplica técnicas tradicionales por parte de los Instructores para la enseñanza de la natación, por lo que los niños/as no se ambientan rápidamente al medio acuático, que es el mayor requisito para empezar a la práctica de esta disciplina, al contrario las personas que están al frente de esta actividad no conocen de técnicas apropiadas para que los infantes tengan una adaptación y ambientación correcta al agua y su aprendizaje y rendimiento sea el adecuado.

La Escuela de natación no posee los recursos didácticos adecuados para la enseñanza de la natación, por lo que se enseña la natación a los niños/as solamente como herramienta de aprendizaje la piscina, lo que contrasta en el rendimiento de los aspirantes a aprender a nadar, se carece de recursos didácticos que le permitan utilizar a cada infante y pueda desarrollar todas las destrezas corporales coordinadas en la ejecución de cada movimiento dentro y fuera de la piscina.

### **1.2.3. Prognosis**

Si no se soluciona el problema del desconocimiento de innovaciones metodológicas para lograr la ambientación acuática de los niños/as que desean aprender natación, se seguirán teniendo serios problemas en el dominio de las diferentes técnicas de esta disciplina, se tendrán nadadores que aprenden de una forma inadecuada a patear, bracear entre otras, no se logrará conseguir deportistas con proyección competitiva, sino a lo mucho personas que nadan por nadar, teniendo nadadores no competitivos sino nadadores como para defenderse dentro del campo recreativo y social para demostrar que saben nadar y nada más.

#### **1.2.4. Formulación del problema**

¿Cómo inciden el conocimiento de Innovaciones metodológicas en la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua?

#### **1.2.5. Interrogantes de la Investigación**

¿Se aplica innovaciones metodológicas en la enseñanza de la natación de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua?

¿Cuál es nivel de ambientación al medio acuático que se aplica a los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua?

¿Existe alguna alternativa de solución al problema de las innovaciones metodológicas y la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua?

#### **1.2.6. Delimitación del Objeto de Investigación**

##### **1.2.6.1. Delimitación Temporal**

Se realizó en trabajo de investigación en el periodo comprendido entre Julio 2012 y julio de 2013.

##### **1.2.6.2. Delimitación Espacial**

En las instalaciones de la Escuela de natación Aquarius ciudad de Ambato. Provincia de Tungurahua

#### **1.3. Justificación**

El desarrollo de esta investigación es viable gracias al trabajo como profesional de natación e instructor de la misma en base a esta experiencia puedo decir la importancia en que el niño descubra por sus propios medios la adaptabilidad con el medio acuático pues el principal obstáculo en los principiantes para



aprender a nadar es el miedo al agua y el nerviosismo que producen en su cuerpo una tensión muscular dificultando su adaptación y por ende el aprendizaje se torne más complejo.

Si bien es cierto pocas son las escuelas de natación que existen en la provincia y que lo han visto como un negocio lucrativo, dejando de lado el verdadero sentido de aplicar una enseñanza y desarrollar su motricidad en base al desarrollo de su sensibilidad, esto hará comprender al mismo de por qué se debe realizar tal movimiento y para que el mismo, si cuando comenzamos a caminar se atraviesa diferentes etapas: gatear, pararse, equilibrar y caminar. Sin dejar de lado ninguna de las fases de enseñanza-aprendizaje optamos por establecer un manual el cual sirva para un padre que quiere enseñar a nadar a su hijo como para un profesor que inicia su carrera, siendo esta primera etapa para un niño la más importante para optar por este deporte.

Busca aportar al profesional de cultura física e instructores de natación, comprenda la importancia de descubrir la sensibilidad en el agua y de los indicadores tales como posición del cuerpo, flotabilidad, coordinación motora, alto grado de flexibilidad en las articulaciones principales para la propulsión en el agua, dando como resultado en poco tiempo que el aprendiz pueda seguir en camino con su objetivo de aprender a nadar en muy poco tiempo.

Las fases de adaptación son periodos del crecimiento y desarrollo en los que se facilita el aprendizaje, y desarrollar los fundamentos de una capacidad. Si un niño es adaptado mejor y por ende tiene una correcta sensibilidad la siguiente etapa de coordinación en movimientos de extremidades con elementos necesarios para el aprendizaje será mucho más rápido, ya que el niño aprende solamente cuando está listo, cuando domina los prerrequisitos de lo que va a aprender y cuando tiene organizado el sistema de recepción de lo que se quiere aprender. Al parecer la fase adaptación es una etapa determinante para el posterior entrenamiento de esas capacidades.

No existe una determinada edad para aprender a nadar. En cualquier momento de la existencia se puede producir unas reacciones favorables de dominio del

medio acuático. Sin embargo, estas reacciones estarán siempre en función de las características individuales del aprendiz, y de las circunstancias psicomotoras, intelectuales, afectivas y sociales que envuelven al mismo estudiante en las diferentes etapas de su desarrollo evolutivo, desde que nace hasta que llega a una edad adulta. Ellos a más de ser los beneficiarios directos, los indirectos son sus padres por mantener a sus hijos realizando actividades extracurriculares que benefician a su salud tanto física como mental.

La oportunidad de exponer, debatir, y reflexionar sobre las actividades acuáticas, debe ser aprovechada por todos aquellos que se sientan comprometidos día a día en esta tarea formadora, que utiliza al medio acuático como un factor único e irremplazable. Por ello se cree importante manifestar que la labor realizada sobre el impulso de los componentes censo motores en el medio acuático tiene su influencia en la enseñanza aprendizaje de la natación técnica.

Es decir que la adaptación corre con un papel fundamental en el proceso de enseñanza y aprendizaje de la natación, cada persona es diferente y se mueve de acuerdo a su modo de adaptación a través del agua, de aquí nace la sensibilidad dentro del agua.

## **1.4. Objetivos**

### **1.4.1 Objetivo General**

Analizar las Innovaciones metodológicas y ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua.

### **1.4.2. Objetivos Específicos**

- Determinar si se aplica innovaciones metodológicas en la enseñanza de la natación de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua

- Comprobar cuál es nivel de ambientación al medio acuático que se aplica a los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua
  
- Elaborar un manual de innovaciones metodológicas y ambientación al medio acuático para los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua

## **CAPÍTULO II.**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes Investigativos**

En la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Villa Clara de Cuba, se encontró el trabajo de: Heidy García Liranza, sobre el tema: “Sugerencias de modificaciones al programa de preparación para el deportista de natación en las edades de 7 a 11 años”, quien llega a las siguientes conclusiones: **“Se observaron errores en los siguientes objetivos, contenidos e indicaciones metodológicas de todas las edades analizadas en la etapa de principiantes, además en los controles correspondientes a 8 y 9 años.**

**Se identificaron diferentes errores en el PPD para las edades estudiadas a los cuales se les ha sugerido cambios o modificaciones a través del documento.**

**Durante todo el análisis del programa de preparación para el deportista de natación en la etapa de principiante encontramos numerosos errores a los que fuimos dándole conclusión y propuestas de modificaciones mientras nos referíamos a ellos. Estas pueden encontrarse en las siguientes páginas:**

**Objetivos- de 7 a 10 años (desde la Pág. 16 hasta la Pág. 28)**

**Contenidos – 7 a 11 años (desde la Pág. 29 hasta la Pág. 40)**

**Controles – 8 y 9 años (desde la Pág. 41 hasta la Pág. 42)**

**Indicaciones metodológicas- en todas las edades (pag43)”**

La misma ha sido investigada en Argentina pues la sensibilidad del nadador es el tema a tratarse en los últimos años, pues su importancia para el desarrollo del futuro nadador es trascendente de ahí que una investigación previa se presentó en

Primer Encuentro Argentino de Actividades Acuáticas" en la Universidad Nacional de Río Cuarto. Facultad Ciencias Humanas, Córdoba. Junio de 2000 organizado por la Fundación Argentina Educación Psicomotriz (FAEP) de tal modo que la presente sería la primera investigación sobre el tema en nuestro país.

## **2.2. Fundamentaciones**

### **2.2.1. Fundamentación Filosófica**

Esta fundamentación dirige al hombre que debe actuar desde la perspectiva de la ética y la moral en todos sus actos, más tratándose de educación debe reflexionar sobre su obrar dentro de los objetivos que se plantea, para lograr formar estudiantes críticos-propositivos que busquen el bien común de sí mismo y de los demás.

El Investigador se ubica en el paradigma filosófico crítico-propositivo. De acuerdo con HERRERA, L (2008), **“crítico porque cuestiona los esquemas básicos de hacer investigación que están comprometidas con la lógica instrumental del poder...”** (p.20), ya que actualmente la sociedad está en una etapa de transformaciones en la educación debido a los profundos cambios sociales por lo que atraviesa. **“Propositivo en cuanto la investigación no se detiene en la contemplación pasiva de los fenómenos, sino que además plantea alternativas de solución construidas en un clima de sinergia y pro actividad”**. (p.20).

### **2.2.2. Fundamentación Epistemológica**

La epistemología es la ciencia de las ciencias, la disciplina filosófica cuyo objetivo consiste en someter a examen crítico los fundamentos de una disciplina particular. En este sentido la epistemología es sinónimo de teoría del conocimiento.

De acuerdo con AGUILERA AYALA, F. (2001) **“la Epistemología es el conjunto de reflexiones, análisis y estudios acerca de los problemas suscitados por los conceptos, métodos, teorías y desarrollo de las ciencias”** (Pág.15)

La Investigación se fundamenta epistemológicamente porque según, PIAGET, J. (1972)“**la teoría del conocimiento pues es esencialmente una teoría de la adaptación del pensamiento a la realidad...**” (p.28), de modo que los seres humanos aprenden y comprenden la realidad, de manera especial cómo se relacionan con el medio ambiente y consigo mismo .El conocimiento en los-las estudiantes es fundamental ya que buscan opciones para mejorar su estilo de vida, a través de la práctica de las disciplinas deportivas, en especial la natación como base para tener una formación integral de su cuerpo y mente como una herramienta para afrontar nuevos retos, y buscar nuevas oportunidades de competitividad en la vida.

### **2.2.3. Fundamentación Axiológica**

El carácter axiológico de la investigación implica el asumir la necesidad de la comprensión compleja de lo humano y de lo social, por tanto resultan insoslayables ambos aspectos, en cualquier actividad que realice el ser humano deben estar presentes los valores humanos, éticos y morales. Al referirse al conjunto de valores a partir de los cuales se analiza el objeto-sujeto a identificar. Este conjunto de valores, si bien atraviesa la esfera de lo teórico, de alguna manera le pone también en tela de juicio y se refiere al compromiso que tiene la instancia identificadora en el proceso.

Tiene un soporte axiológico el trabajo de investigación porque su función no es sólo enseñar o transmitir los conocimientos sobre innovaciones metodológicas para la ambientación al medio acuático, sino completar la formación integral con disciplina, responsabilidad, creatividad, criticidad y pro positividad, de modo que sea un individuo respetuosos dentro del contexto en el cual se desenvuelve. La participación de la familia en la educación de los-las estudiantes es comprometido puesto que la labor del docente se ve enormemente ayudada cuando los padres de familia coadyuvan en la misma dirección que se pretende dar el la formación de los dicentes.

#### **2.2.4. Fundamentación Ontológica**

La investigación se basa en la fundamentación ontológica porque el aprendizaje de innovaciones metodológicas en la ambientación al medio acuático requiere de un individuo capaz de instaurar estructuras mentales para adquirir conocimientos y emplearlos a la realidad. Estas acciones y prácticas involucran a todos los individuos que forman parte del proceso de enseñanza aprendizaje y organiza el trayecto del estudiante hacia un fin.

De este modo el estudiante está consciente del valor que tiene la disciplina deportiva de la natación a nivel de la aplicación de innovaciones metodológicas, para obtener resultados como el dominio de técnicas y estrategias de la natación, cumpliendo el proceso de manera coherente y articulada

#### **2.2.5. Fundamentación Sociológica**

GAVILANES J.M. (2009) sustenta **“la necesidad de impulsar una escuela nueva para pensar, crear y hacer, con el fin de mejorar los niveles de vida hacia el logro de la movilidad social en la población ecuatoriana y superar la falta de trabajo, la producción y la pobreza entre otros problemas sociales que cada vez se van acentuando más sobre el 60% de la población ecuatoriana”** (p.80).

Aspectos como la igualdad de oportunidades, equidad de género, la educación como factor de la movilidad social, la escuela como grupo de progreso y trabajo, la interacción positiva entre la educación y el trabajo productivo, sociedad y tecnología, la preparación profesional adaptada a las necesidades actuales y la educación permanente, muestran concepción interdisciplinar, abierta y dinámica, de la educación de hoy.

Desde el punto de la sociología se considera que la investigación permite deducir el medio donde se desenvuelve y educa el estudiante y del mismo modo exponer que el aprendizaje son todos aquellos conocimientos que adquiere el hombre partiendo de su entorno social particular. El estudiante aprende de su entorno social y con la ayuda del establecimiento educativo este aprendizaje es formal y

no formal convirtiéndose el maestro en un mediador para la adquisición de los conocimientos. Por lo tanto el plantel educativo es uno de los principales agentes socializadores para el estudiante con su ambiente social (gobierno, religión, cultura.).

### **2.2.6. Fundamentación Psicopedagógica**

La investigación se sustenta según los criterios de GARDNER, H. (1987), quien define a la inteligencia como **“un potencial bio-psicológico para procesar información que se puede activar en un marco cultural para resolver problemas o crear productos que tienen valor para una cultura”**. (p.45), de forma que al definir la inteligencia como una capacidad, Gardner la convierte en una destreza que se puede desarrollar.

El conocimiento a menudo es considerado de acuerdo a la calificación en los exámenes escolares, no se toma atención a alguna otra área en la que el- la estudiante puede sobresalir. Los- las estudiantes tienen propios talentos, aptitudes y habilidades que les ayuda a entender y a transformar su entorno. De acuerdo con GARDNER, H. (1987), **“los usos constructivos y positivos de las inteligencias no se producen por accidente. Decidir cómo hacer uso de las propias inteligencias es una cuestión de valores, no de mera capacidad.”**(p.55). Por lo tanto a las inteligencias, capacidades o fortalezas más o menos desarrolladas en las personas, los maestros tiene que diagnosticarlas en los- las estudiantes, ya que permite comprenderlos más y proyectar las actividades más adecuadas para obtener grandes beneficios. Así que el maestro tiene que informarse, recibir ayuda, disponer de tiempo extra, institucionalizar el trabajo y comprometer a toda la comunidad.

### **2.3. Fundamentación Legal**

**CONSTITUCION POLITICA DE LA REPUBLICA, referente a los Derechos sociales y culturales, CAPÍTULO IV SECCION UN DECIMA, DE LOS DEPORTES:**



**Artículo 82.**-“El estado protegerá, estimulara, proveerá y coordinara la física, el deporte y recreación, como actividades para la formación integral de las personas. Proveerá de recursos e infraestructura que permita la masificación de dichas actividades”

En la **Ley Orgánica de Educación Intercultural menciona en el Art.347. Literal 8.**-Incorporar las tecnologías de la información y comunicación en los procesos educativos y propiciar el enlace de la enseñanza por las actividades productivas y sociales.

En la ley de **Cultura física deporte y recreación título I menciona en el Artículo 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.

**Artículo 8.**- Condición del deportista.- Se considera deportista a las personas que practican actividades de manera regular, desarrollen habilidades y destrezas en cualquier disciplina deportiva individual o colectiva, en las condiciones establecidas en la presente ley, independiente del carácter y objeto que persigan.

Artículo 9.- De los derechos de las y los deportistas de nivel formativo y de alto rendimiento.- en esta ley prevalece el interés prioritario de las y los deportistas, siendo sus derechos los siguientes:

c) Los deportistas de nivel formativo gozaran obligatoriamente de un seguro de salud, vida y accidentes que cubra el periodo que comienza 30 días antes y termina 30 días después de las competencias oficiales nacionales y/o internacionales en las que participan;

**En el capítulo I del deporte formativo manifiesta lo siguiente:**

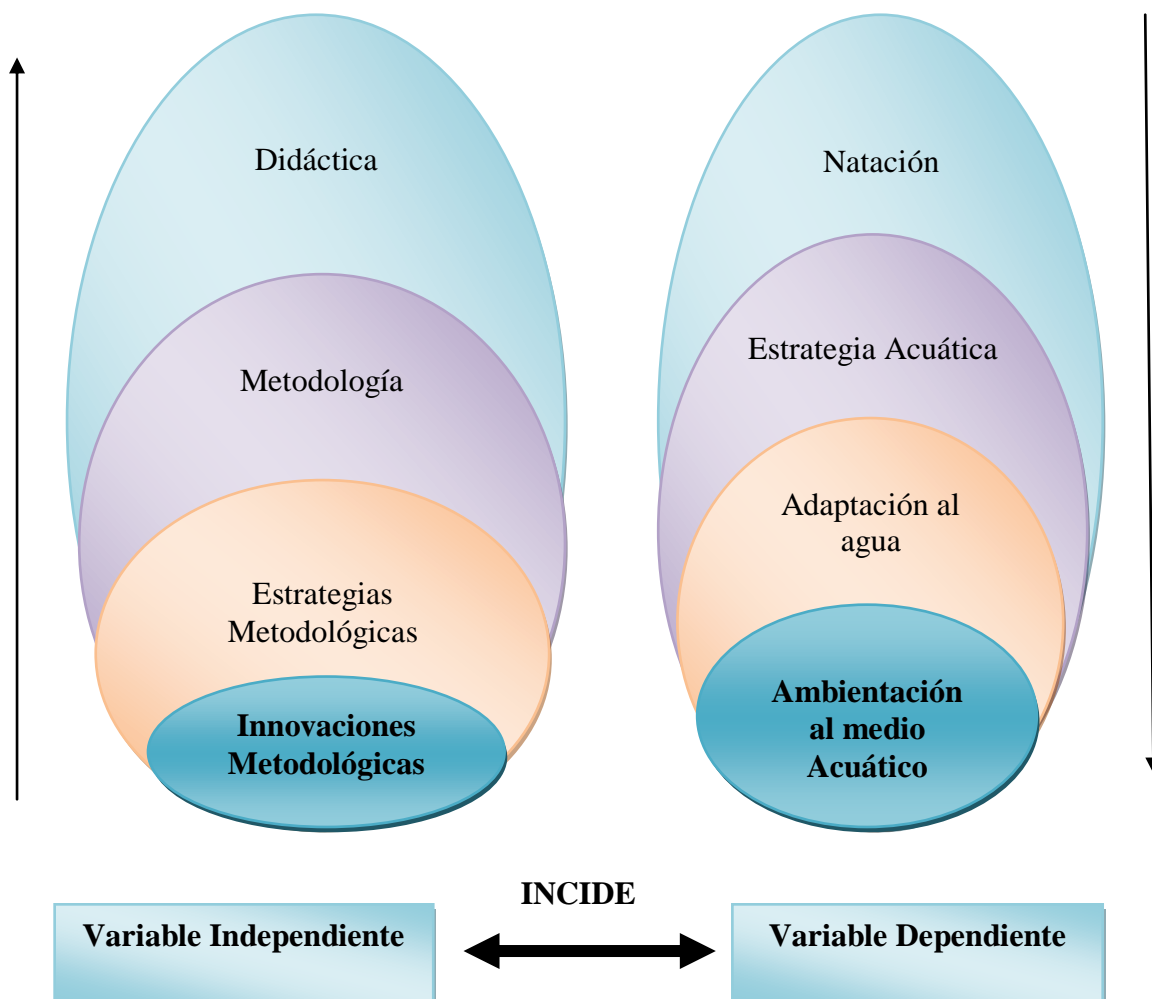
**Artículo 26.**- Deporte formativo.- El deporte formativo comprenderá las actividades que desarrollen las organizaciones deportivas legalmente constituidas

reconocidas en los ámbitos de la búsqueda y selección de talentos, iniciación deportiva, enseñanza y desarrollo.

**Artículo 27.-** Estructura del deporte formativo.- Conforman el deporte formativo las organizaciones deportivas como clubes, más las que se crearen conforme a la Constitución de la República y normas legales vigentes:

- a) Clubes Deportivos especializados Formativos.

## 2.4.- CATEGORIAS FUNDAMENTALES.



**Gráfico No 1** Red de Inclusiones

**Elaborado por:**Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.

### 2.4.1. Constelación de Ideas de la Variable Independiente

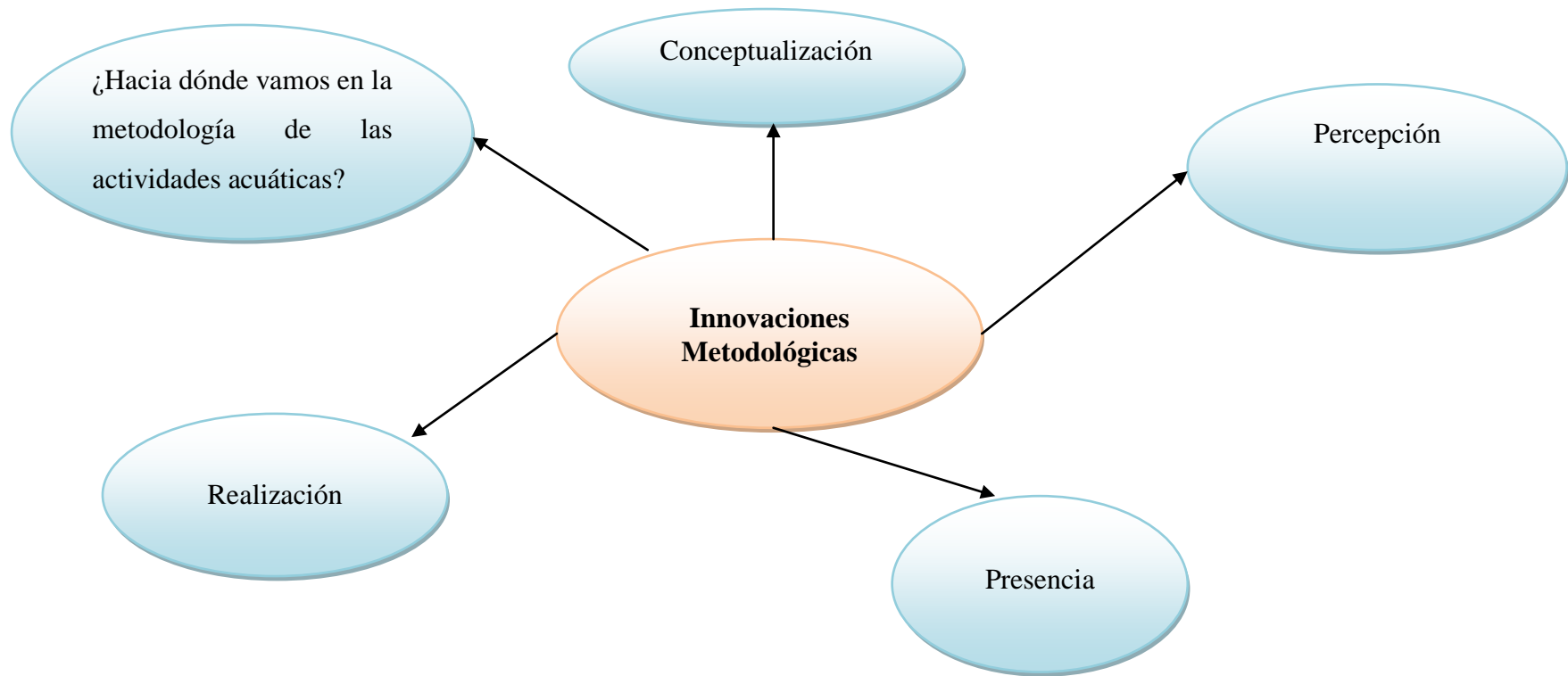


Gráfico #: 3 Constelación de ideas de VI  
Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.

### 2.4.2. Constelación de Ideas de la Variable Dependiente

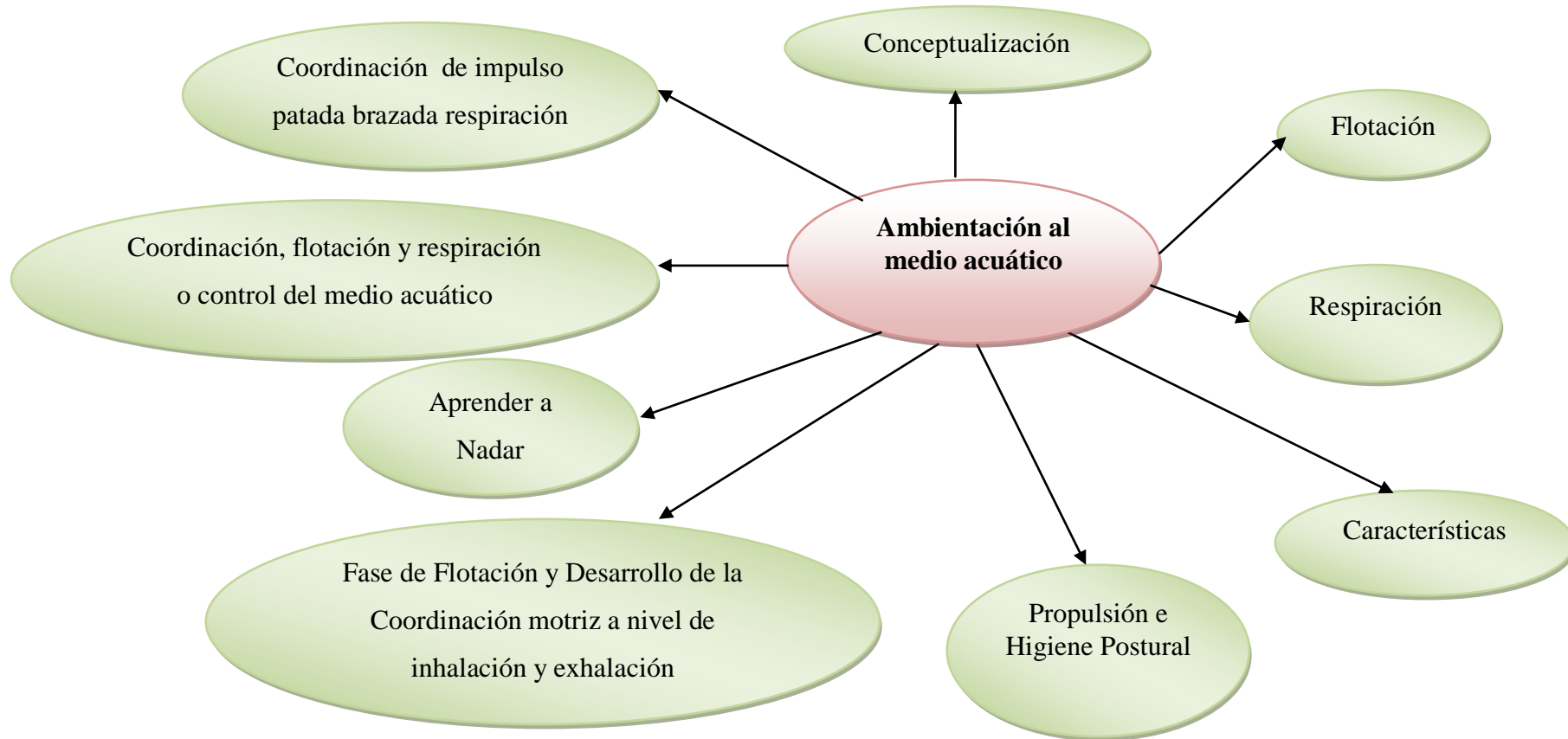


Gráfico #: 4 Constelación de ideas de VD  
Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.

## **2.5. Fundamentación Teórica**

### **Variable Independiente**

#### **2.5.1. DIDÁCTICA**

El hombre crece con el trabajo que sale de sus manos. Esta frase de José Martí nos indica que el conocimiento no solo debe explicar el mundo sino que debe señalar las vías para su transformación y es preciso hacer cada día más la vinculación de los contenidos con su aplicación en la práctica donde los estudiantes se enfrenten a problemas nuevos que los obliguen a pensar y crear soluciones prácticas utilizando los conocimientos aportados por las ciencias.

Los contenidos del proceso pedagógico no pueden verse constreñidos a los marcos de las propias áreas y programas de estudio porque se convierten en aspectos abstractos, muy teóricos y desarticulados con la vida.

Los materiales objeto de conocimiento escolar no constituyen un fin en sí mismos sino un medio para lograr la inserción creciente del estudiante en la sociedad como un participante activo y transformador y no como un receptor pasivo.

Este principio responde directamente a la idea de hacer que la educación satisfaga las necesidades de la sociedad, para que marche con el dinamismo de la vida social y el avance científico - técnico, lo cual implica la vinculación de los estudiantes a la realidad de la vida, favoreciendo la asimilación de experiencias acerca de las relaciones sociales además de desarrollar sentimientos, valores, actitudes y normas de conducta.

Sin resentir su carácter científico, los conocimientos deben relacionarse de forma constante y sistemática con los hechos y fenómenos de la naturaleza y de la sociedad, con los cuales los estudiantes se enfrentan cotidianamente.

Una de las formas de manifestarse este principio es la vinculación escuela - comunidad a través de la integración a los procesos sociales y comunitarios. La influencia conjunta de la escuela, la familia y la comunidad constituyen un modo

indispensable para unir el estudio con el trabajo y la actividad social, en función de formar las competencias laborales y ciudadanas de los estudiantes.

Propiciar la profesionalización de las diversas áreas del conocimiento vinculando los contenidos científicos que se trabajan con su aplicación en la vida, en el mundo laboral y productivo.

Partir siempre que sea posible de los ejemplos prácticos y de las experiencias de los estudiantes.

Ofrecer la oportunidad de aplicar los conocimientos a la actividad práctica aprovechando las posibilidades que la práctica ofrece como punto de partida, base y fin del conocimiento.

Demostrar la importancia del trabajo para la vida haciendo que los estudiantes participen en la solución de problemas socialmente útiles.

Realizar actividades de formación vocacional y orientación profesional dentro del propio proceso pedagógico, buscando la aparición de motivos e intenciones profesionales en la personalidad de los estudiantes.

Unidad entre instrucción, educación y desarrollo de la personalidad. **(B. Maccario, 2002)**

### **2.5.2. METODOLOGÍA**

Metodología es un vocablo generado a partir de tres palabras de origen griego: *metà* (“más allá”), *odòs* (“camino”) y *logos* (“estudio”). El concepto hace referencia al plan de investigación que permite cumplir ciertos objetivos en el marco de una ciencia. Cabe resaltar que la metodología también puede ser aplicada en el ámbito artístico, cuando se lleva a cabo una observación rigurosa. Por lo tanto, puede entenderse a la metodología como el conjunto de procedimientos que determinan una investigación de tipo científico o marcan el rumbo de una exposición doctrinal.

En el ámbito de las ciencias sociales, el recurso de la metodología se enfoca en la realidad de una sociedad para arribar a una conclusión cierta y contundente acerca de un episodio valiéndose de la observación y el trabajo práctico típico de toda ciencia.

Es importante la distinción entre el método (nombre que recibe cada plan seleccionado para alcanzar un objetivo) y la metodología (rama que estudia el método). El metodólogo no se dedica a analizar ni a verificar conocimiento ya obtenido y aceptado por la ciencia: su tarea es rastrear y adoptar estrategias válidas para incrementar dicho conocimiento.

La metodología es una pieza esencial de toda investigación (método científico) que sigue a la propedéutica ya que permite sistematizar los procedimientos y técnicas que se requieren para concretar el desafío. Cabe aclarar que la propedéutica da nombre a la acumulación de conocimientos y disciplinas que son necesarios para abordar y entender cualquier materia. El término proviene del griego pró (“antes”) y paideutikós (“referente a la enseñanza”)

En otras palabras, la metodología es un recurso concreto que deriva de una posición teórica y epistemológica, para la selección de técnicas específicas de investigación. La metodología, entonces, depende de los postulados que el investigador crea que son válidos, ya que la acción metodológica será su herramienta para analizar la realidad estudiada. La metodología para ser eficiente debe ser disciplinada y sistemática y permitir un enfoque que permite analizar un problema en su totalidad. <http://definicion.de/metodologia/#ixzz2SsufirRd>

### **2.5.3. ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**

#### **Concepto de estrategias metodológicas.**

Frente al bajo nivel académico y a la emergencia educativa, justifican la necesidad de tomar muy en serio las estrategias que manejan los estudiantes en sus tareas de aprendizajes. Asimismo, los recientes estudios de la inteligencia y el aprendizaje han dado lugar a que se tenga muy en cuenta las estrategias metodológicas, ya que



la inteligencia no es una, sino varias, por ello la conceptualización de inteligencia múltiple.

Se ha comprobado que la inteligencia no es fija sino modificable. Es susceptible a modificación y mejora, abriendo nuevas vías a la intervención educativa. Asimismo la nueva concepción del aprendizaje, tiene en cuenta la naturaleza del conocimiento: declarativo - procedimental- condicional y concibe al estudiante como un ser activo que construye sus propios conocimientos inteligentemente, es decir, utilizando las estrategias que posee, como aprender a construir conocimientos, como poner en contacto las habilidades, aprender es aplicar cada vez mejor las habilidades intelectuales a los conocimientos de aprendizaje. El aprender está relacionado al pensar y enseñar es ayudar al educando a pensar, mejorando cada día las estrategias o habilidades del pensamiento.

### **Sentido de las Estrategias Metodológicas.**

Las estrategias son una especie de reglas que permiten tomar las decisiones adecuadas en un determinado momento del proceso. Definida de esta forma tan general, las estrategias permiten a esa clase de conocimiento llamado procedimental, que hace referencia a cómo se hacen las cosas, como por ejemplo cómo hacer un resumen. De esa forma se distingue de otras clases de conocimiento, llamado declarativo que hace referencia a lo que las cosas son. Las estrategias de aprendizajes son reglas o procedimientos que nos permiten tomar las decisiones adecuadas en cualquier momento del proceso de aprendizaje. Nos estamos refiriendo, por tanto, a las actividades u operaciones mentales que el estudiante puede llevar a cabo para facilitar y mejorar su tarea, cualquiera sea el ámbito o contenido del aprendizaje.

La naturaleza de las estrategias se puede identificar con un cierto plan de acción que facilita el aprendizaje del estudiante y tiene, un carácter intencional y propósito. Las clasificaciones de las estrategias son muchas, aunque casi todas incluyen, al menos estos tres grupos: estrategias de apoyo, estrategias cognitivas y estrategias meta cognitivas.

## **Naturaleza de las Estrategias Metodológicas.**

Estudios realizados acerca de la educación tradicional, arrojan resultados negativos, los que se pueden resumir en una enseñanza receptiva, memorística, mecánica y autoritaria; la escuela lejos de convertirse en un ambiente placentero y grato, se convierte en un ambiente hostil, obligando a que el niño asista presionado por sus padres antes que por el interés propio. Frente a esta problemática, muchos países del mundo adoptan nuevas opciones pedagógicas, basadas principalmente en el constructivismo pedagógico. En nuestro país el Ministerio de Educación adopta el Nuevo Enfoque Pedagógico, convirtiendo a la educación tradicional en arcaica e iniciando un programa de re conceptualización de las prácticas pedagógicas en todos los niveles educativos del país.

El constructivismo pedagógico plantea que el aprendizaje humano es una construcción de cada alumno por modificar su estructura mental. También es posible conceptualizar el constructivismo pedagógico como un movimiento pedagógico contemporáneo que se opone a concebir el aprendizaje como receptivo y pasivo, al considerarlo más bien como una actividad compleja del alumno que elabora sus conocimientos propuestos a partir de la construcción de conocimientos nuevos sobre la base de los ya existentes, pero en cooperación interactiva con el facilitador que es el maestro y sus compañeros.

El principio de todo proceso de construcción de conocimientos reside en la acción del sujeto, que construye, como acción o interacción dentro de un contexto social. Desde este punto de vista el aprendizaje es un proceso constructivo del conocimiento y las interpretaciones personales de la experiencia. Estas representaciones están constantemente abiertas al cambio; sus estructuras y conexiones configuran la base de otras estructuras de conocimientos que se integran. El aprendizaje es por tanto un proceso activo en el cual el significado se desarrolla en función de la experiencia.

Las estrategias pedagógicas constructivistas son el conjunto coherente de acciones que realiza el docente, que le permite crear condiciones óptimas para que los estudiantes desplieguen una actividad mental constructiva rica y diversa basada en

los conocimientos previos que poseen los alumnos posibilitando el desarrollo individual y social, ofreciendo a los estudiantes la posibilidad de ser gestores de sus aprendizajes reales y significativos. **GONZALEZ MOREYRA, Raúl, "Psicología del Aprendizaje".2000.**

#### **2.5.4. INNOVACIONES METODOLÓGICAS**

##### **Conceptualización**

La denominada Teoría es un esfuerzo interesante y reciente por modelar los procesos para la innovación.

La representación gráfica en forma de U de los tres grandes componentes del proceso de innovación explica el nombre y permite su explicación, en resumen.



La **percepción** se refiere a la observación en profundidad. Aunque se mire un evento aislado, la observación debe alcanzar el total al que pertenece dicho evento. En la profundización, hacia el origen de las cosas observadas, se tomará en cuenta que cada parte es un reflejo del todo. Al alcanzarla, estás preparado para el siguiente proceso.

La **presencia** se refiere a la reflexión, tomando distancia de la manera habitual de interpretar el evento observado. Este desprendimiento del pensamiento analítico habitual hacia el pensamiento primario, provoca el surgimiento de la sensación del futuro.

La **realización** transforma esta sensación en acción. Se cristalizan las imágenes que se traducen en un prototipo rápido.

### **¿Hacia dónde vamos en la metodología de las actividades acuáticas?**

El interés por la natación y las actividades acuáticas se ha venido incrementando progresivamente durante los últimos años. La explosión general en el empeño por el análisis y tratamiento de la aptitud física ha producido avances en diversas áreas de la ciencia del deporte que también han estimulado la investigación en el marco de las actividades acuáticas.

Este concepto (actividades acuáticas) ha sido acuñado recientemente en nuestra sociedad, pues a lo largo de la historia el agua ha sido entendida bajo distintas concepciones (Moreno Gutiérrez, 19995 a, 1995 b, 1998 a), de las cuales, la más conocida ha sido el termino de natación. El ser humano no ha poseído la facultad instintiva de nadar desde el comienzo de la historia, sino que ésta ha sido adquirida, esencialmente determinada por factores sensorios motores y perceptivo motores muy elaborados (Da Fonseca, 1994), aunque en etapas iniciales observemos claros indicios de reflejos natatorios. El aprendizaje de la natación, como cualquier otro aprendizaje adaptativo, no está inscrito en los genes de la persona, al contrario de otras especies como los peces y los anfibios, que desarrollan a lo largo de su evolución estrategias de adaptación acuática muy características.

La posición bípeda de la persona ha marcado la diferencia con el resto de los animales, pues su actitud postural y el natural equilibrio de su cuerpo le ha permitido realizar movimientos en tierra y en agua.

A lo largo de la historia, para la enseñanza de las actividades acuáticas se han seguido diversas metodologías; su evolución ha ido desde los estilos más tradicionales, utilizando para ello el mando directo y la asignación de tareas, hasta los estilos que hacen intervenir al participante más cognitivamente. Dada la importancia de dichas estrategias en el proceso de enseñanza-aprendizaje de las actividades acuáticas, en el siguiente artículo se realiza una revisión bibliográfica

de los métodos más conocidos a lo largo de los años y finalmente se apuesta por una metodología que responde a las exigencias de las enseñanzas más contemporáneas. **Tomado de Dr. Juan Antonio Moreno Murcia (España) Facultad de Educación. Universidad de Murcia**

### **2.5.5. NATACIÓN**

La natación es el arte de sostenerse y avanzar, usando los brazos y las piernas, sobre o bajo el agua. Puede realizarse como actividad lúdica o como deporte de competición. Debido a que los seres humanos no nadan instintivamente, la natación es una habilidad que debe ser aprendida. A diferencia de otros animales terrestres que se dan impulso en el agua, en lo que constituye en esencia una forma de caminar, el ser humano ha tenido que desarrollar una serie de brazadas y movimientos corporales que le impulsan en el agua con potencia y velocidad. En estos movimientos y estilos se basa la evolución de la natación competitiva como deporte.

La natación puede practicarse en cualquier tipo de recinto de agua lo bastante grande como para permitir el libre movimiento y que no esté demasiado fría, caliente o turbulenta. Las corrientes y mareas pueden resultar peligrosas, pero también representan un desafío para demostrar la fuerza y el valor de los nadadores, como se puede comprobar con los muchos intentos con éxito de cruzar el canal de la Mancha.

La natación fue un deporte muy estimado en las antiguas civilizaciones de Grecia y Roma, sobre todo como método de entrenamiento para los guerreros. En Japón ya se celebraban competiciones en el siglo I a.C. No obstante, durante la edad media en Europa su práctica quedó casi olvidada, ya que la inmersión en agua se asociaba con las constantes enfermedades epidémicas de la época. Hacia el siglo XIX desapareció este prejuicio y, ya en el XX, la natación se ha llegado a considerar un sistema valioso de terapia física y la forma de ejercicio físico general más beneficiosa que existe. Ningún otro ejercicio utiliza tantos músculos del cuerpo y de modo tan intenso. Además, la mayor afluencia de nadadores, así como las mejores técnicas de construcción y calefacción, han aumentado

enormemente el número de piscinas públicas al aire libre y cubiertas en todo el mundo. La piscina privada, que fue en un tiempo signo de excepcional privilegio, es cada vez más común. **Zorrilla, Alberto** (2004).

#### **2.5.6. ESTRATEGIA ACUATICA**

El mundo de las actividades acuáticas es un área que exige un conocimiento vivenciado de sus contenidos. El objeto de conocimiento es parte del propio alumno-a, que de esta manera se convierte en protagonista no solo de la acción didáctica sino también del contenido en la medida que trabaja y toma conciencia lo corporal y motriz respecto de sí mismo. Esta característica define el tipo de planteamiento didáctico, donde todo conocimiento parte de la experiencia y la acción.

Así se configurará una peculiar motivación intrínseca por estos contenidos, incorporando, potenciando y orientando estas actividades para que el alumno-a de cauce a su motricidad y por lo tanto evitando que en la organización didáctica de la clase se hagan planteamientos que supongan restricciones a la propia movilidad (filas, utilización rígida de material, tablas, exposiciones y demostraciones prolongadas, entre otros.).

Se debe asegurar que el juego sea una forma de aprendizaje natural en el alumno-a, un modo peculiar de enfrentarse a las diferentes situaciones y que no le suponga un conflicto sino una diversión.

En consecuencia estas características de contenidos vivenciados, motivación intrínseca, necesidad de movimiento, y el juego definirán las orientaciones didácticas de carácter general para estas actividades.

La evaluación está implícita en el propio proceso de aprendizaje, es decir, no es la situación terminal de este proceso, sino que debe contemplarse al inicio, durante y al final de éste para facilitar el desarrollo de sus capacidades.

### **2.5.7. ADAPTACIÓN AL AGUA**

La adaptación es un proceso continuo, que se va logrando en forma permanente: comienza con la adaptación ambiental (escuela nueva, vestuarios, natatorio) para continuar en la vivencia acuática.

Ya en el agua, la percepción de diferencias en el peso corporal, en el equilibrio, la visión, la audición, la respiración, son causas permanentes de adaptación. Si se realizan ejercitaciones adecuadas a la capacidad y necesidad del niño, aparece entonces la habilidad acuática que bien elaborada permite la iniciación del nado formal.

### **2.5.8. AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO**

#### **Conceptualización**

Es la de capacidad de sentir el agua del individuo, mejorar la sensibilidad del nadador y que él mismo aprenda a entender las sensaciones de las diferentes presiones del agua (flujo) es el gran desafío. Por ello es válido suponer que el desarrollo de la sensibilidad o "sentido" del agua, en el período de iniciación acuática y en el posterior control de las técnicas de nado, incrementa la acuidad perceptiva de los analizadores táctiles y cenestésicos, y por ende influye en el desempeño motor del nadador.

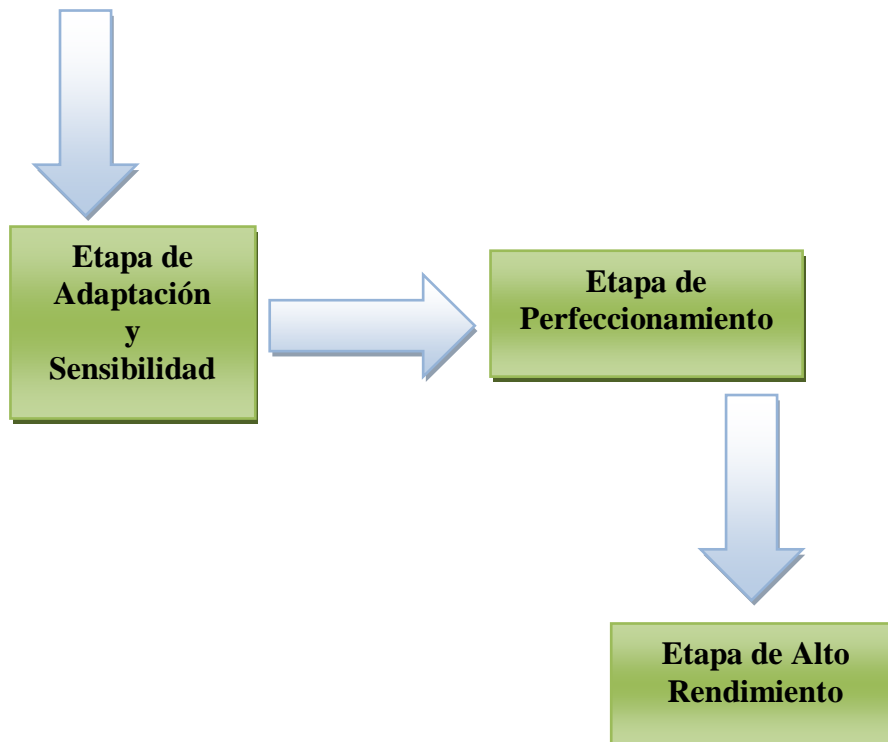
Esta nueva fórmula de intervención en el campo de la natación pretende enseñar al nadador a anticipar, controlar y manipular el flujo del agua. Sin embargo, debemos destacar que aunque la sensibilidad del agua es una habilidad intuitiva del nadador, puede ser desarrollada y perfeccionada con ejercicios y procedimientos muy sencillos, labor de la que tendrán que ser conscientes los entrenadores.

Producto de un estudio profundo de las características de la Natación, junto con una revisión bibliográfica sobre el tema, se plantea que existen una serie de variables importantes a las cuales hay que prestarles esmerada atención en el inicio de un proceso de enseñanza y aprendizaje de la natación.

- Desarrollo de la sensibilidad.
- Desarrollo de la adaptación.
- Higiene postural
- Buenos indicadores de flotabilidad.

Determinar el desarrollo de capacidad Aeróbica, e indicadores tales como posición del cuerpo, flotabilidad, coordinación motora, alto grado de flexibilidad en las articulaciones principales para la propulsión en el agua.

Siempre que se hable de iniciación en la Natación, hay que tener en cuenta las etapas en las cuales se divide el proceso de entrenamiento. Muchos autores plantean la forma siguiente:



Aun cuando su adaptación continuara durante sucesivas etapas hasta lograr un completo dominio del cuerpo en el medio acuático en los tres principios básicos



que junto a la Adaptación se fundamenta la natación: flotación, respiración, propulsión.

### **Flotación**

La flotación la parte fundamental en el inicio del proceso de un nadador precoz como el primer paso en su adaptación al medio acuático sin dejar de lado ningún otro factor que entra en el proceso.

La posición del cuerpo en postura supinación dorsal con la mirada al techo lograra que el cuerpo permanezca en suspensión siempre que sus caderas y la columna vertebral permanecerá en posición recomendable en el medio acuático. Es muy importante la forma de sostener al niño detrás de la cabeza y por debajo de ella, pues en ello sentirá el propio principiante la seguridad. La posibilidad de flotación en el medio acuático se fundamenta en el principio de Arquímedes. La flotación conlleva una situación o sensación de ingravidez.

### **Aspectos a tener en cuenta:**

- El dominio implica el control del esquema corporal en todas las posiciones corporales.
- Existe mayor flotabilidad en la posición horizontal y posición medusa (agrupado).
- No siempre será en actitud pasiva, dependiendo en gran medida de la posición.
- En muchos casos implicará la inmersión de la cabeza.
- Tiene gran relación con la fase de respiración.
- La flotación activa vendrá provocada por el desplazamiento o propulsión; a mayor dominio, mejor nivel de flotación.
- Existe la posibilidad de utilización de medios auxiliares.

- Variación de la flotabilidad en función de la edad, sexo y características antropométricas.

## **Respiración**

Se pretende que un niño principiante aprenda y practique correctamente la mecánica respiratoria de la natación. Desde la segunda semana hasta el cuarto mes de vida del bebe, este se ha ido habituando, en la bañera portátil a recibir el agua en su cara sin alterarse, y es presumible que adopte una actitud de tranquilidad cuando su madre lo introduzca en la bañera familiar. Esto consiste en el que niño automatice con la mayor perfección posible la acción del bloquear la glotis cuando el agua penetra en su boca evitando que pase a las vías respiratorias, bien sea por sumersión solo o acompañado del profesor hay tener muy en cuenta que este ejercicio se efectué con seguridad y confianza.

Le permite al nadador ajustar la posición y dirección de los miembros para maximizar la propulsión.

La respiración acuática es una función voluntaria controlada; mientras que la terrestre es automática.

## **Características**

- La respiración en el medio acuático es esencialmente bucal, en muchos casos la inspiración es breve e intensa, la espiración puede terminarse por nariz en forma explosiva con el fin de expulsar el agua, evitando su entrada en las vías respiratorias.
- El mecanismo habitual sufre modificaciones: mientras que en el terrestre la inspiración es más breve que la espiración y la espiración es pasiva; en el acuático la inspiración es especialmente breve y la espiración es activa para vencer la resistencia del agua.

### **Aspectos a tener en cuenta:**

- Normalmente plantea un rechazo inicial, este rechazo va desapareciendo conforme se familiariza con la inmersión.
- Tendrá que ser un trabajo progresivo paralelo a otros trabajos o actividades.
- Su aprendizaje supone una regulación voluntaria a un automatismo adquirido.
- Se deberán plantear todas las posibilidades de respiración.

### **Propulsión e Higiene Postural**

Es la posibilidad de desplazamiento del individuo por el medio acuático, supone el aspecto que culmina el dominio del medio. Saber impulsarse en el medio acuático con el menor movimiento del cuerpo es otro de los factores que tienen a bien desarrollar la sensibilidad en todo nadador precoz. La propulsión es saber nadar o la capacidad de desplazarse por la superficie del agua una cierta distancia (4 – 5 METROS) por sí mismo y sin ayudas mecánicas, con movimientos leves y adoptando posiciones básicas con el control del cuerpo en el medio acuático. De aquí se desprenden los tres principios fundamentales que son; Flotar es necesario para mantenerse en la superficie del agua sin hundirse, pero hay muchos momentos en que la cara del practicante del practicante se halla sumergida en el agua, por lo que también será necesario saber una buena toma de aire; es decir, hay que saber respirar. Por último para recorrer una distancia de 4 a 5 metros, será necesario conocer y desarrollar la técnica de la propulsión.

### **Aspectos a tener en cuenta:**

- Se verá facilitada en posición longitudinal según el sentido de desplazamiento por un menor rozamiento.
- Dependiendo de la posición corporal, se requerirá en mayor medida la participación de los miembros superiores e inferiores.

- Se deberá de intentar que el niño/a adquiriera la sensación de empuje voluntario del agua en sentido contrario de la dirección de desplazamiento.
- El aprendizaje se ha basado fundamentalmente en el descubrimiento guiado, buscando una interiorización de la actividad y limitando las informaciones técnicas a correcciones individuales.
- En la propulsión básica intentaremos que el niño/a tome conciencia de la posición del cuerpo en el agua y la relación de sus extremidades con respecto al cuerpo.

### **Fase de Flotación y Desarrollo de la Coordinación motriz a nivel de inhalación y exhalación**

El niño, al percibir los estímulos ambientales y procesar la información de estos estímulos, producirá un cambio favorable en el rendimiento modificando su conducta, logrando así el aprendizaje.

Los ejercicios de flotación se empezarán realizando en aguas muy poco profundas, en donde el niño pueda extender el cuerpo en posición ventral, de tal manera que el cuerpo pueda tocar el fondo y al extender sus codos con sus manos apoyadas en el piso pueda salir fácilmente su cabeza hacia la superficie. El niño realizará la inhalación por la boca y sumergirá su rostro tratando de levantar el cuerpo extendido del piso para mantener esta posición hasta que ya no le sea posible mantener el aire y tenga que expulsarlo. Luego de esto, se ejercitará al niño para que vaya perdiendo contacto con el piso todo su cuerpo y pueda flotar realmente por unos pocos segundos. Al realizar la flotación dinámica, el niño puede desplazarse utilizando sus miembros superiores y con una inhalación por la boca y la sumersión del rostro avanzar unos pocos metros.

En aguas un poco más profundas en donde el niño pueda pararse en el fondo y mantener su cabeza fuera del agua, el profesor ayudará al niño cogiéndolo de los brazos para que con una inhalación por la boca sumerja el rostro y extienda el cuerpo y mantener la posición y la sumersión reteniendo el aire inhalado por unos pocos segundos. El mismo ejercicio deberá realizar el niño con apoyo en la pared

y luego con ayuda de un implemento flotante (palo de balsa) para que se vaya adiestrando a hacerlo poco a poco por sí mismo hasta llegar a hacerlo sin ayuda.

El profesor puede desplazar al niño mientras realiza el ejercicio de flotación con ayuda y sin ayuda para que vaya sintiendo las diferentes sensaciones que se vive en el agua, y reteniendo cada vez más tiempo el aire mientras se encuentra sumergido su rostro.

Una vez que el niño se ejercite en los ejercicios anteriores, deberá realizar la flotación dinámica. El niño inhala por la boca y pone su cuerpo como una flecha para que el profesor lo lance hacia un lugar seguro, luego el niño lo hará solo.

Ya aprendidos los ejercicios de flotación estática y dinámica en posición ventral con la inhalación y retención del aire, el niño podrá realizar al final de la retención la exhalación del aire dentro del agua, preferiblemente por la nariz o sino por boca y nariz simultáneamente, para luego incorporarse a la posición de pie y respirar normalmente el aire atmosférico.

Al ejercitar al niño en la flotación dorsal, el niño se acuesta en el piso en aguas muy poco profundas apoyando su cabeza en la orilla y el resto del cuerpo en el agua, en donde deberá realizar la respiración con una inhalación por la boca y la respectiva exhalación por la nariz. En aguas un poco más profundas, el profesor deberá mantener el contacto corporal haciendo que apoye el alumno la cabeza en el hombro del profesor o cogiéndolo de la cabeza con las manos, para luego el niño extender el cuerpo y mantener el abdomen arriba realizando la respiración con la inhalación por la boca y la exhalación por la nariz. Conforme el niño vaya sintiéndose más seguro, el profesor ayudará a desplazarlo de un lugar a otro.

Poco a poco se irá quitando la ayuda del profesor y pasará a ser ayudado por un implemento flotante (palo de balsa, caña guadua o tallo de Kinggrasas) hasta eliminar estos y mantener la flotación el niño por sí mismo respirando con inhalación por la boca y exhalación por la nariz.

Los ejercicios de cada fase pueden ser complementados con los de las fases anteriores para tener un dinamismo capaz de mantener una temperatura corporal

adecuada en el niño, ya que el niño tiene menor tejido adiposo que el adulto lo que significa una menor defensa ante el frío y las aguas naturales de un río tienen generalmente su temperatura bajo los 20 grados. Para evitar las molestias que pueden causar las bajas temperaturas de un río se debe mantener a los niños/as en constante dinamismo y si algún niño presenta manifestaciones negativas a la baja temperatura del agua como puede ser: labios morados, temblor, poca concentración, entre otros, la clase deberá terminar para ese niño.

En las fases anteriores ya se ha introducido la mecánica de la respiración acuática (inhalación por la boca y la respectiva exhalación por la nariz), por lo que el niño ya ha desarrollado cierta familiarización con esta respiración, llegando el momento de ejercitar la respiración acuática en forma continua.

El aprendizaje “es el sentido de adquisición y de utilización de una nueva modalidad de respuesta, cuya finalidad es la creación de nuevos automatismos que tengan las características de la flexibilidad y que se adapten a las variaciones ambientales mediante la intervención de la percepción consciente y la interiorización sucesiva del acto”. Es indispensable realizar la exhalación más larga y lenta que la inhalación para impedir un aumento excesivo de la concentración hemática de anhídrido carbónico, vaciar los alvéolos de la mayor cantidad posible de aire, así como para crear presupuestos para un mejor relleno posterior de aire. La respiración oral efectuada en esfuerzos deportivos de carácter cíclico, como la natación, permite alcanzar valores límites de la ventilación pulmonar, facilitando de esta manera un mejor rendimiento de la prestación atlética.

Es necesario que el niño sepa relajarse para que pueda combinar un esquema de intervenciones musculares y alcanzar un acto respiratorio coordinado, económico y eficaz.

El niño se apoyará con sus manos en la pared y con su cuerpo metido en el agua pero pisando el fondo, realizará la sumersión de su rostro previo la inhalación del aire por la boca para luego soltar el aire por la nariz dentro del agua; el profesor irá contando las respiraciones que deberán realizar los niños/as en voz alta para

que lo realicen a un mismo ritmo (en un principio los niños/as tienden a realizar varias inhalaciones previo la sumersión y respectiva exhalación, lo cual se les permitirá en un principio hasta lograr un mejor adiestramiento) y se les explicará que deben hacer muchas burbujas con el aire expulsado por la nariz. Cabe destacar que se les pedirá a los niños/as que mantengan los ojos abiertos dentro del agua. Si existiesen errores en la respiración, es necesaria la intervención para modificar el esquema de respiración errónea a través de la correcta y apropiada educación respiratoria en donde debe prevalecer el aspecto neuromotor sobre el muscular.

Luego los niños/as deberán realizar la respiración acuática en forma continua (por cada inhalación bucal una exhalación por la nariz) varias veces, primero lo harán en un mismo sitio para luego desplazarse caminando y con apoyo en la pared o en un implemento flotante.

Una vez que puedan realizar varias respiraciones sumergiendo el rostro dentro del agua, se pasará a realizar los mismos ejercicios pero realizando sumersiones de toda la cabeza para poder ejercitar todos los sentidos y sentir la sensación dentro del agua también de los oídos.

### **Fase de saltos de poca altura y el desarrollo de la coordinación dinámica global y el equilibrio**

Al sistematizar y conducir las conductas de exploración de los objetos en el tiempo y en el espacio, el niño comprende la realidad que le rodea.

Los saltos pueden ser acompañados de la locomoción en un principio, desplazándose de un lugar a otro en aguas poco profundas imitando a animales que saltan, haciéndolo con los pies juntos y luego con un solo pie. También se puede imitar a animales en cuadrupedia saltando, realizando de esta manera un movimiento global del cuerpo en donde se coordinen todos los segmentos corporales. Los primeros ejercicios deberán realizarse a poca altura en aguas bajas, y a medida que vayan asimilando y ejecutando de manera correcta se aumentará la complejidad en el salto y la profundidad del agua.

En aguas un poco más profundas el alumno se sentara sobre una piedra en la pared y se lanzará al agua con la ayuda del profesor cogiéndolo de las manos y conforme se sienta más seguro el niño se le pedirá que al saltar realice una sumersión, para luego realizar estos ejercicios sin la ayuda del profesor.

A lo ancho del río se puede colocar un tronco de caña guadua que sirva de base para que el niño se siente sobre esta, debiendo trasladarse hasta la mitad de la caña guadua y manteniendo el equilibrio para no caerse al río, para luego realizar el salto hacia el profesor y luego hacia algún material flotante que deberá sujetarlo al terminar el salto. También podrá realizar el salto para luego hacer una flotación dinámica (en forma de flecha avanzar unos pocos metros).

Una vez adiestrados los alumnos en los saltos desde la posición sentada se puede pasar a realizar los mismos ejercicios de saltos tanto desde una piedra como al caminar manteniendo el equilibrio por la caña guadua para luego saltar al río. En esta ocasión los niños/as ya se sentirán más seguros para realizar los saltos, entonces, se les pedirá que realicen los saltos cogiendo objetos en el aire (frutos), haciendo giros en el aire, o realizando sumersiones para coger objetos del fondo del río (piedras) para luego incorporarse fácilmente a la posición de pie y mostrar el objeto sacado del río. Lo que se quiere aquí es que además de los saltos los niños/as coordinen el movimiento para atrapar, girar, caer, incorporarse a posiciones seguras, así como mantener el equilibrio previo el salto, durante y después del salto.

### **Fase de Propulsión y el desarrollo de la coordinación dinámica global y el equilibrio**

En esta fase se pretende ambientar al medio acuático de manera completa al estudiante luego de haber pasado por las fases anteriores.

La propulsión con las extremidades inferiores es la primera que se debe ejercitar, ya que esta ayudará a mantener la estabilidad del cuerpo y a mantener un buen equilibrio en posición horizontal. Es necesario que el niño aprenda a controlar el batimiento de piernas para hacerlo de una manera eficaz, aunque en un principio



la propulsión con los miembros inferiores no demuestre una eficacia en el movimiento propulsor sino más bien que el niño sienta el movimiento de sus miembros con la respectiva resistencia y empuje del agua hacia su cuerpo. Los movimientos y ejercicios que pueden salir del niño espontáneamente son muy importantes, ya que por medio de la exploración el niño comprende una situación nueva. Poco a poco se lo ira ejercitando para que realice el movimiento adecuado hasta llegar a patear con las rodillas cercanas una de la otra y con el movimiento generado desde la articulación coxofemoral y los tobillos en extensión.

El sentido de la vista es muy importante para lograr un adecuado aprendizaje por parte del niño, ya que por medio de este sentido envía información sobre las propias acciones para poder ir adaptando la ejecución de un movimiento al ideal, así como observara como los agentes externos influyen en la realización del movimiento.

El profesor irá indicando y corrigiendo el movimiento tanto cuando lo haga con la ayuda del profesor como con la ayuda de implementos flotantes (palo de balsa) o cuando lo haga el alumno solo, para de esta manera ir eliminando los movimientos mal ejecutados y grabando el movimiento adecuado.

Luego de realizar el batimiento de piernas en posición ventral, se podrá seguir el mismo proceso en posición dorsal, cuidando de que coordine bien el movimiento y mantenga la posición horizontal con el abdomen y miembros inferiores hacia arriba.

Una vez ejercitada la propulsión con las extremidades inferiores, se continuará con las extremidades superiores, empujando con las palmas de las manos el agua para que el niño sienta que avanza en la dirección contraria a la que está realizando el empuje (empuja el agua hacia atrás pero avanza hacia delante, si empuja hacia un lado su cuerpo irá hacia el lado contrario) por lo que su cuerpo realizará un movimiento compensador equilibrante para mantener la posición deseada.

Los ejercicios propulsores con las extremidades superiores se pueden realizar en la pared, caminando, con ayuda del profesor, con ayuda de implementos flotantes (palo de balsa que actúa como tabla de natación, y otro igual que actúa como pool boy para mantener la flotación de las piernas cuando no se realiza el batimiento de piernas). Los medios auxiliares a utilizar deben motivar y facilitar los ejercicios para tener un verdadero contacto con el agua y que el niño sienta la resistencia del agua en su cuerpo al impulsarse o desplazarse. Al igual que en la propulsión con extremidades inferiores, en un principio no se realizará de forma eficaz, pero poco a poco el niño coordinará el movimiento de tal manera que empuje el agua con las palmas de sus manos para que su cuerpo avance hacia delante y realizará el recobro de la brazada fuera del agua, sintiendo el niño que de esta manera existe menos resistencia al agua y puede avanzar más distancia realizando este empuje acuático y recobro aéreo.

Al unir la propulsión con extremidades superiores e inferiores, el niño tendrá que coordinar dinámicamente el movimiento global de su cuerpo capaz de que avance varios metros primero con ayuda de implementos y finalmente sin ayuda, llegando siempre al lugar al que se ha fijado llegar, o sea sin desviaciones. En este momento se puede decir que el niño está completamente ambientado al medio acuático.

### **Aprender a Nadar**

La primera facultad o instinto, de no hundirse en el agua, es más bien una reacción de defensa ante el peligro de perecer asfixiado por inmersión. Pero una vez logrado esta primera fase de una forma más técnica el aporte de este trabajo será el de poder pasar a la siguiente etapa con un aprendiz mucho mejor adaptado y listo para moldearlo en lo que sigue correctamente. La segunda, aprender a nadar, supone la canalización de este instinto, aprovechando y sacando el máximo rendimiento de las posibilidades que el hombre, como tal, tiene de desplazarse por sus propios medios naturales, inteligentes, en el agua.

### **Coordinación, flotación y respiración o control del medio acuático**

Al terminar la primera fase de adaptación al medio acuático podemos hablar de coordinación siempre y cuando el nadador precoz este completamente adaptado al mismo. Comenzamos la fase de coordinación y flotación más la respiración ante un movimiento o impulso realizado por el cuerpo, esto es el impulso en la pared o en cualquier sitio que pueda apoyarse en nadador precoz realizándolo tanto en posición supina como en dorsal para tener una propulsión con correcta higiene postural.

### **Coordinación de impulso patada, brazada, respiración**

La secuencia recién empieza pues como un púber para caminar lo hace gateando luego parándose y finalmente camina son relacionadas en el medio acuático con la flotación la respiración y la propulsión para luego comenzar los movimientos de las extremidades y su coordinación. Controlado el balance del cuerpo y el impulso podemos ejecutar la patada y la coordinación de la posición básica sumando a esto la respiración, todo esto sin apoyo de ningún elemento o accesorio para el agua aumentando las distancias a medida que se logre una mejor con la sensibilidad en el medio que estamos trabajando.

### **Coordinación de impulso, patada y brazada.**

El nadador precoz que ha seguido paso a paso cada etapa siente como su cuerpo se enlaza con el medio en el que paso nueve meses formándose su predisposición, es otra su gusto por ejecutar cada ejercicio nos va diciendo que la sensibilidad juega como un factor primordial en el momento de realizar la patada como la brazada y en si el movimiento de las extremidades tienen un objetivo claro y preciso de ser ejecutados para poder llegar a nadar correctamente.

## **2.6. Formulación de Hipótesis**

Las Innovaciones metodológicas mejoran la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua.

## **2.7. Señalamiento de Variables**

### **2.7.1. Variable Independiente**

Innovaciones Metodológicas

### **2.7.2. Variable Dependiente**

Ambientación al medio acuático

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA**

#### **3.1. Enfoque de la Investigación**

Existen dos enfoques básicos en la investigación:

Enfoque Cuantitativo: **“utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento de una población”** (Hernández et al, 2003; p.5)

Enfoque Cualitativo: **“por lo común, se utiliza primero para descubrir y refinar preguntas de investigación. A veces, pero no necesariamente, se prueban hipótesis. Con frecuencia se basa en métodos de recolección de datos sin medición numérica, como las descripciones y las observaciones”** (Hernández et al, 2003; p.5)

En el trabajo de Investigación sobre: Las Innovaciones metodológicas mejoran la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”, del cantón Ambato, provincia de Tungurahua, realizado del 2 de julio de 2012 al 2 julio de 2013, se utiliza el enfoque Cuali-cuantitativo porque se utiliza las técnicas de la Encuesta y la Observación que permitirán obtener datos cuantificables para verificar la hipótesis planteada, y por otro lado permite realizar observaciones que son de tipo cualitativo, en caso específico de los niños/as nadadoras.

#### **3.2. Modalidad de la Investigación**

Se empleó las investigaciones de Campo y la Bibliográfica-Documental.

## **Investigación de Campo**

La investigación de campo según Arias (2004) **“consiste en la recolección de datos directamente de la realidad donde ocurren los hechos, sin manipular o controlar variables alguna”**. (p. 94).

Los datos necesarios para llevar el desarrollo del trabajo, se han obtenido directamente del sitio donde se realiza la investigación, es decir en la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua

## **Investigación Bibliográfica-Documental**

Por su parte, UPEL (2005) define la investigación documental-bibliográfica como: **“Revisiones críticas del estado del conocimiento: integración, organización y evaluación de la información teórica y empírica existente sobre un problema, focalizando ya sea en el progreso de la investigación actual y posibles vías para su solución, en el análisis de la consistencia interna y externa de las teorías y conceptualizaciones para señalar sus fallas o demostrar su superioridad de unas sobre otras, o en ambos aspectos”**.(p.85).

### **3.3. Niveles de Investigación**

#### **3.3.1. Nivel Exploratorio.**

**“Es aquella que se efectúa sobre un tema u objeto desconocido o poco estudiado, por lo que sus resultados constituyen una visión aproximada de dicho objeto, es decir, un nivel superficial de conocimiento”** (SELLRIZ. 2000)

En el presente trabajo se utilizó porque permitió ir a conocer con profundidad el problema de las innovaciones metodológicas y la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius.

#### **3.3.2. Nivel Descriptivo.**

**“Consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes a través de la descripción exacta de las actividades, objetos,**

procesos y personas. Su meta no se limita a la recolección de datos, sino a la predicción e identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables. Los investigadores no son meros tabuladores, sino que recogen los datos sobre la base de una hipótesis o teoría, exponen y resumen la información de manera cuidadosa y luego analizan minuciosamente los resultados, a fin de extraer generalizaciones significativas que contribuyan al conocimiento.

Con este tipo de investigación se logró determinar el comportamiento del problema de las innovaciones metodológicas frente a la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius.

### **3.3.3. Nivel Correlacional.**

Estos tienen como propósito evaluar la relación que exista entre dos o más variables o conceptos. Este tipo de estudios tiene como propósito evaluar la relación que exista entre dos o más conceptos, categorías o variables. Los estudios cuantitativos correlacionales miden el grado de relación entre esas dos o más variables; es decir, miden cada variable presuntamente relacionada y después también miden y analizan la correlación.

Este nivel de investigación permitió establecer el grado de relación de la variable independiente: Innovaciones Metodológicas y la variable dependiente: Ambientación al medio acuático.

## **3.4. Población y Muestra**

### **3.4.1. Población**

Se entiende por población **“el conjunto finito o infinito de elementos con características comunes, para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación. Esta queda limitada por el problema y por los objetivos del estudio”**. (Arias, 2006. p. 81).

La población tomada en cuenta para la investigación es de 2 entrenadores, 4 monitores y 30 niños/as de la escuela de natación Aquarius, de la ciudad de Ambato.

### 3.4.2. Muestra

Se entiende por muestra **al "subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible"** (Ob. cit. p. 83)

Según la Investigación moderna no hace falta sacar muestra alguna cuando la población en su totalidad no sobrepasa las 100 personas.

Por lo tanto se trabajó con la totalidad de la población, es decir con 36 personas de la escuela de natación Aquarius, de la ciudad de Ambato.



### 3.5. Operacionalización de Variables

**Variable Independiente:** Innovaciones Metodológicas

Cuadro #:2

Conceptualización	Categorías	Indicadores	Ítems Básicos	Técnicas e Instrumentos
Las estrategias son una especie de reglas que permiten tomar las decisiones adecuadas en un determinado momento del proceso de enseñanza-aprendizaje	Reglas	Procedimientos	¿Los procedimientos son reglas que se encuentran dentro de las innovaciones metodológicas?	T: Encuesta I: Cuestionario
	Tomar decisiones	Al inicio En el Proceso Al final	¿Se puede tomar decisiones al inicio, en el proceso y al final dentro de las estrategias metodológicas?	T: Encuesta I: Cuestionario
	Proceso Enseñanza- Aprendizaje	Enseñar Aprender	¿El enseñar y aprender son parte del proceso enseñanza-aprendizaje aplicadas en las innovaciones metodológicas?	T: Encuesta I: Cuestionario

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.

**Variable Dependiente:** Ambientación al medio acuático

Cuadro N° 3

Conceptualización	Categorías	Indicadores	Ítems Básicos	Técnicas e Instrumentos
Es el desarrollo de competencias relacionadas al dominio del medio acuático en la fase de aprendizaje	Competencias	Cognitivas Psicomotoras Actitudinales	¿Lo cognitivo, psicomotriz y actitudinal son competencias que se desarrolla en la ambientación al medio acuático?	T: Encuesta I: Cuestionario
	Medio Acuático	Presión Movimientos Posiciones horizontales	¿La presión, los movimientos y las posiciones horizontales son parte de la ambientación al medio acuático?	T: Encuesta I: Cuestionario
	Fase de Aprendizaje	Ambientación Flotación Propulsión Coordinación	¿La Ambientación, Flotación, Propulsión, Coordinación son parte de la fase de aprendizaje dentro de la ambientación al medio acuático?	T: Encuesta I: Cuestionario

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.

### **3.6. Técnicas e Instrumentos de Investigación**

En la presente investigación se empleó la encuesta y la observación (Ver anexos)

#### **Encuesta**

Según Herrera, L y otros (2004) **“La encuesta es una técnica de recolección de información, por la cual los informantes responde por escrito a preguntas entregadas por escrito”**

#### **Cuestionario**

El cuestionario sirve de enlace entre los objetivos de la investigación y la realidad estudiada. La finalidad del cuestionario es obtener, de manera sistemática, información de la población investigada, sobre las variables que interesan estudiar. Esta información generalmente se refiere a lo que las personas encuestadas son, hacen, opinan, sienten, esperan, aman o desprecian, aprueban o desaprueban, a los motivos de sus actos.

El cuestionario fue dirigido a los entrenadores y monitores de la escuela de natación “Aquarius”

#### **Observación.**

Es una técnica cuyo instrumento es la ficha de la observación, consiste en poner atención a través de los sentidos a un aspecto de la realidad en las **Relaciones Sociales** y en recoger datos para su posterior análisis e interpretación sobre la base del marco teórico, que permita llegar a conclusiones y tomar decisiones.

**Observación con ficha de observación** dirigida a los niños/as de la escuela de natación Aquarius.

### **3.7. Validez**

Según Herrera, L y otros (2004) un instrumento de recolección es válido **“Cuando mide de alguna manera demostrable aquello que trata de medir, libre de distorsiones sistemáticas”**. Muchos investigadores en Ciencias Sociales

prefieren asegurar la validez cualitativa a través de juicios de expertos en la perspectiva de llegar a la esencia del objeto de estudio, más allá de lo que expresa los números. La validez del instrumento de investigación se obtuvo a través del “Juicio de expertos”.

### 3.8. Confiabilidad.

La medición es confiable cuando aplicada repetidamente a una misma persona o grupo o al mismo tiempo por investigadores diferentes proporciona resultados iguales o paralelos a través de la aplicación de una prueba piloto.

### 3.9. Plan de Recolección de la Información.

Cuadro N° 4 Recolección de la Información

<b>Preguntas básicas</b>	<b>Explicación</b>
<b>1.- ¿Para qué?</b>	Para alcanzar los objetivos de la investigación
<b>2.- ¿De qué personas u objetos?</b>	Monitores, entrenadores y niños/as
<b>3.- ¿Sobre qué aspectos?</b>	Innovaciones Metodológicas y Ambientación al medio acuático
<b>4.- ¿Quién?</b>	Investigador: Jorge Jordán Sánchez
<b>5.- ¿A quiénes?</b>	A los miembros del universo investigado
<b>6.- ¿Cuándo?</b>	Periodo 2012-2013
<b>7.- ¿Dónde?</b>	Escuela de natación Aquarius
<b>8.- ¿Cuántas veces?</b>	Dos veces: una piloto y otra definitiva
<b>9.- ¿Que técnica de recolección?</b>	Observación, Encuesta y entrevista
<b>10.- ¿Con que?</b>	Cuestionario estructurado y guía de entrevista

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.

### **3.10. Plan de procesamiento y análisis de la información.-**

Los datos recogidos se transforman siguiendo ciertos procedimientos:

- Revisión crítica de la información recogida; es decir limpieza de información defectuosa: Contradictoria, incompleta, no pertinente.
- Repetición de la recolección, en ciertos casos individuales, para corregir falla de constatación.
- Tabulación o cuadros según variables de cada hipótesis.
- Manejo de Información
- Estudios estadísticos de datos para la presentación de resultados.

### **3.11. Análisis e interpretación de resultados.-**

Según Herrera, L y otros (2004), “los datos recogidos se representan de la siguiente manera:

- Análisis de los resultados estadísticos, destacando tendencias o relaciones fundamentales de acuerdo con los objetivos e hipótesis.
- Interpretación de los resultados, con apoyo del Marco Teórico.
- Comprobación de Hipótesis
- Establecimiento de conclusiones recomendaciones
- Comprensión Según Herrera, L y otros (2004), “ovación de hipótesis.
- Establecimientos de conclusiones y recomendaciones.

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1. Encuesta dirigida a los entrenadores y monitores de la escuela de natación “Aquarius”

1. ¿Aplica innovaciones metodológicas para enseñar a nadar a los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”

Cuadro #:5

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	5	83
Frecuentemente	1	17
Rara Vez	0	0
Nunca	0	0
<b>Total:</b>	<b>6</b>	<b>100</b>

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

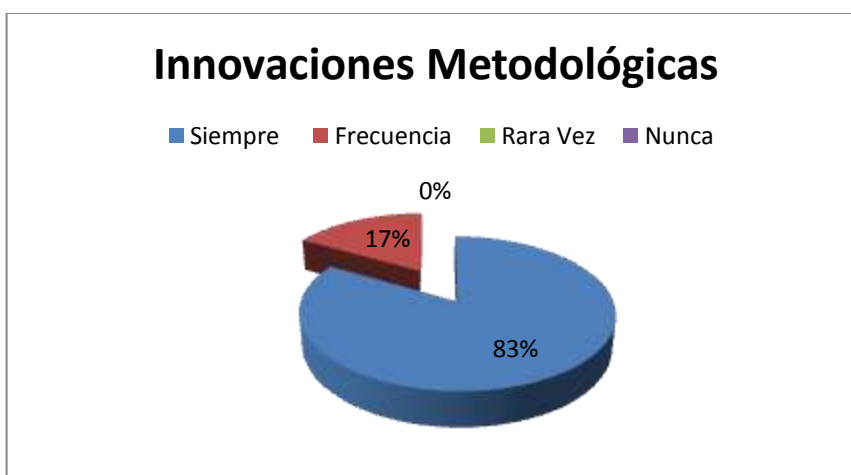


Gráfico #: 4

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

## **Análisis e Interpretación**

Los entrenadores y monitores señalan que Siempre en número de 5, lo que significa el 83% y Frecuentemente 1 que es igual al 17%.

La mayoría absoluta de los encuestados señalan que siempre aplican innovaciones metodológicas para enseñar a nadar a los niños/as de la escuela de natación Aquarius, lo que es positivo saber que se están actualizando constantemente en estos aspectos de cómo enseñar a nadar.

2. ¿Cuándo utiliza innovaciones metodológicas considera que los resultados de aprendizaje son mejores en los niños/as de la escuela de natación?

Cuadro #:6

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	4	67
Frecuencia	2	33
Rara Vez	0	0
Nunca	0	0
<b>Total:</b>	6	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

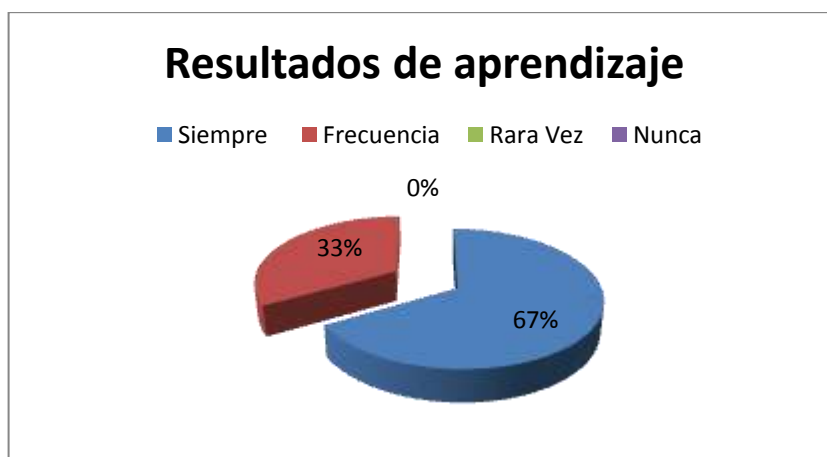


Gráfico #: 5

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### **Análisis e Interpretación**

Los entrenadores y monitores encuestados 4 indican que siempre, lo que significa 67% y frecuentemente 2 lo que es igual 33%.

La mayoría de los encuestados consideran que los resultados de aprendizaje son mejores en los niños/as de la escuela de natación, cuando se utilizan metodologías innovadoras. Esto quiere decir que utilizan estas metodologías siempre para un mejor desempeño de sus estudiantes.



3. ¿Utiliza innovaciones metodológicas en las tres etapas de aprendizaje de natación con los niños/as de la escuela “Aquarius”?

Cuadro #:7

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	5	83
Frecuencia	1	17
Rara Vez	0	0
Nunca	0	0
<b>Total:</b>	<b>6</b>	<b>100</b>

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

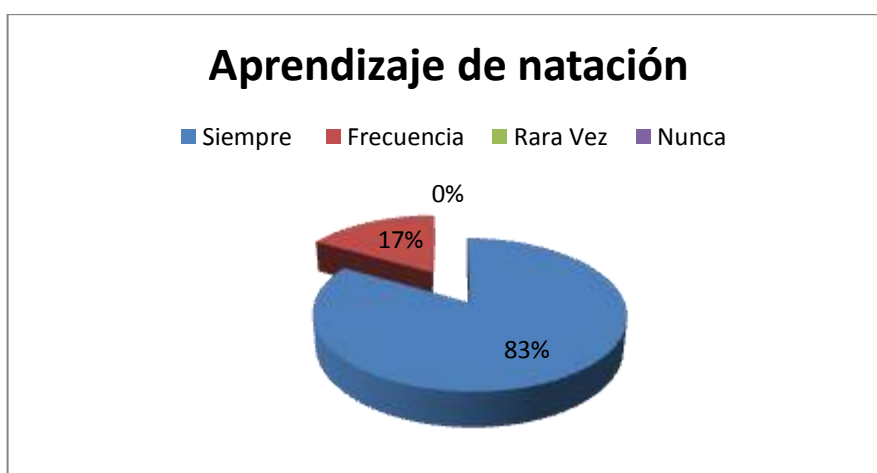


Gráfico #: 6

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los entrenadores y monitores encuestados 5 manifiestan siempre que corresponde al 83%, y frecuencia 1 que corresponde 17%

La mayoría absoluta de los encuestados afirman que utilizan metodologías innovadoras en las tres etapas de aprendizaje de natación con los niños/as de la escuela Aquarius, esto se puede interpretar que cumple con un plan de aprendizaje para mejorar el rendimiento de los niños/as.

4. ¿En qué fase de la etapa de aprendizaje utiliza estrategias metodológicas con los niños/as de la escuela de natación Aquarius?

Cuadro #:8

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Flotación	3	50
Respiración	3	50
Propulsión	0	0
Coordinación	0	0
<b>Total:</b>	6	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

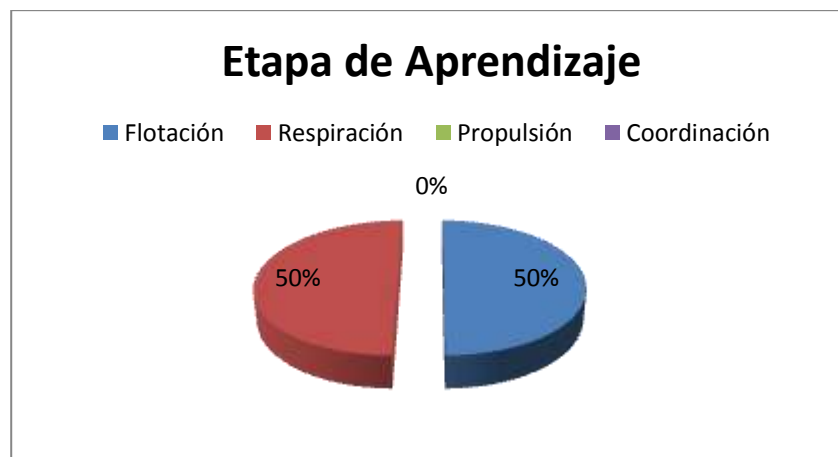


Gráfico #: 7

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los entrenadores y monitores encuestados 3 afirman flotación que es el 50% y 3 afirman respiración que es igual 50%

Los monitores y entrenadores utilizan estrategias metodológicas con los niños/as de la escuela de natación “Aquarius” es las etapas de aprendizaje de flotación y respiración, es bueno saber que se utilizan estrategias metodológicas para el aprendizaje de los niños/as.

5. Considera que las estrategias metodológicas aseguran la calidad de aprendizaje de natación de los niños/as de la escuela “Aquarius”?

Cuadro #:9

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	6	100
Frecuencia	0	0
Rara Vez	0	0
Nunca	0	0
<b>Total:</b>	6	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta



Gráfico #: 8

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los entrenadores y monitores encuestados 6 manifiestan siempre lo que corresponde al 100%

La mayoría absoluta de los encuestados afirman que consideran que las estrategias metodológicas aseguran la calidad de aprendizaje de natación de los niños/as de la escuela “Aquarius”, lo positivo es que tanto entrenadores como monitores se preocupan por la calidad del aprendizaje de los niños/as y niñas.

6. ¿Aplica ambientación al medio acuático con los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”?

Cuadro #:10

<b>Alternativa</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Siempre	6	100
Frecuencia	0	0
Rara Vez	0	0
Nunca	0	0
<b>Total:</b>	6	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

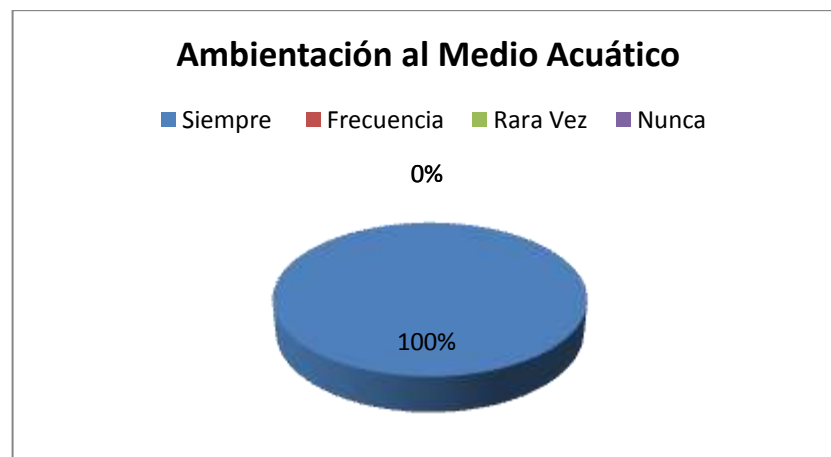


Gráfico #: 9

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### **Análisis e Interpretación**

Los entrenadores y monitores encuestado 6 afirman siempre lo que corresponde al 100%

La mayoría absoluta de los encuestados aplican ambientación al medio acuático con los niños/as de la escuela de natación Aquarius, lo positivo es que los monitores y entrenadores utilizan estrategias para el aprendizaje de los niños/as y niñas.

7. ¿Qué elementos considera más importantes dentro de la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius?

Cuadro #:11

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Seguridad	0	0
Confianza	0	0
Perdida del miedo	0	0
Todas	6	100
<b>Total:</b>	6	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta



Gráfico #: 10

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los entrenadores y monitores encuestados 6 afirman que todas lo que corresponde al 100%

La mayoría afirma que todos los elementos son importantes dentro de la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius, lo positivo de esto es que tanto monitores como entrenadores consideran que la seguridad, confianza y pérdida del miedo son importantes, y consideran cada elemento como importante dentro del aprendizaje.

8. ¿Qué consideraciones toma en cuenta al momento de la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius?

Cuadro #:12

<b>Alternativa</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Persuasión	0	0
Evitar Rigidez Muscular	0	0
Ejercicios Lúdicos	6	100
Disposiciones Claras	0	0
<b>Total:</b>	6	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta



Gráfico #: 11

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### **Análisis e Interpretación**

Los entrenadores y monitores encuestados 6 indican ejercicios lúdicos que es igual al 100%.

La mayoría toman en cuenta los ejercicios lúdicos en el momento de la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius, tanto monitores como entrenadores consideran que los ejercicios lúdicos son una buena estrategia metodológica para el aprendizaje de los niños/as.

9. ¿Es necesario aplicar innovaciones metodológicas para realizar la ambientación al medio acuático en los niños/as de la escuela de natación Aquarius?

Cuadro #:13

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Siempre	6	100
Frecuencia	0	0
Rara Vez	0	0
Nunca	0	0
<b>Total:</b>	6	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

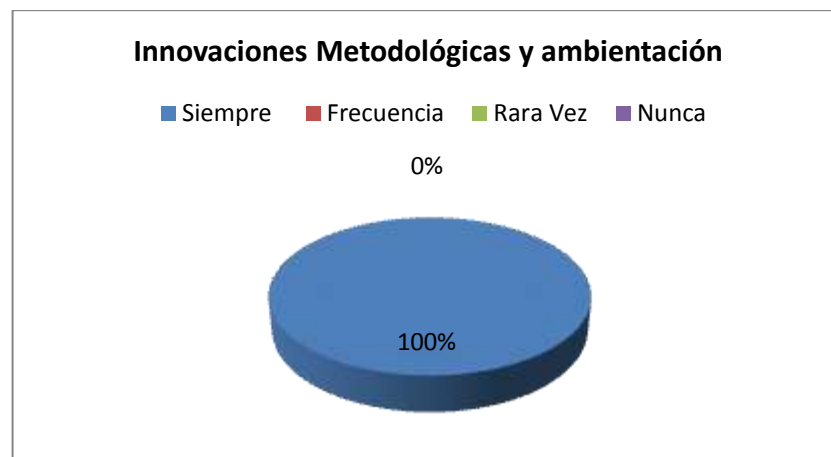


Gráfico #: 12

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los entrenadores y monitores encuestados, 6 afirman siempre lo que corresponde al 100%.

La mayoría indican que es siempre es necesario aplicar innovaciones metodológicas para realizar la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela Aquarius, es bueno saber que los monitores y entrenadores siempre utilizan estrategias innovadoras que ayudan al aprendizaje del niños/as.

10. ¿Participaría en capacitación y actualización sobre innovaciones metodológicas para la ambientación al medio acuático?

Cuadro #:14

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	6	100
No	0	0
<b>Total:</b>	6	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta



Gráfico #: 13

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los entrenadores y monitores encuestados 6 manifiestan si lo que corresponde al 100%.

La mayoría indican que si participarían en la capacitación y actualización sobre innovaciones metodológicas para la ambientación al medio acuático, lo positivo de esto que es que entrenadores y monitores están con la mayor disponibilidad y actitud para capacitarse sobre nueva metodologías.



#### 4.2. Guía de observación dirigida a los deportistas de la Escuela de natación Aquarius, de la ciudad de Ambato.

1.- Responde a los estímulos al contacto con el agua

Cuadro #:15

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	22	73
No	2	7
A veces	6	20
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

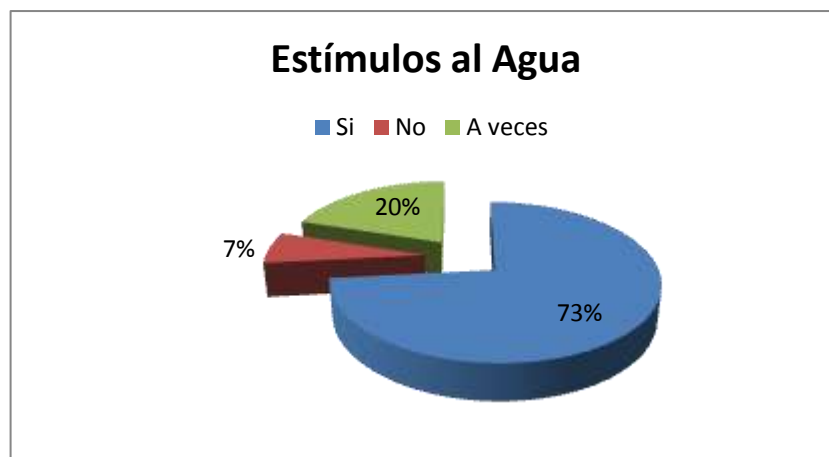


Gráfico #: 14

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

#### Análisis e Interpretación

Los deportistas encuestado 22 afirman si lo que es igual 73%, 6 indican a veces que corresponde al 22% y 7 responden no lo que es igual al 7%.

A la mayoría de los deportistas se les observa que si responden a los estímulos al contacto con el agua, lo cual es interesante saber porque están reaccionando a la adaptación o ambientación al agua.

## 2.- Asimila las indicaciones nuevas de aprendizaje

Cuadro #:16

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	26	87
No	1	3
A veces	3	10
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta



Gráfico #: 15

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los deportistas encuestado 26 afirman si lo que es igual 87%, 3 indican a veces que corresponde al 10% y 1 responden no lo que es igual al 3%.

La mayoría de los deportistas afirman que si asimilan las indicaciones nuevas de aprendizaje, lo que quiere decir que los deportistas entienden las nuevas metodologías del aprendizaje.

### 3.- Escucha con interés el mensaje

Cuadro #:17

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	20	67
No	2	7
A veces	8	27
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

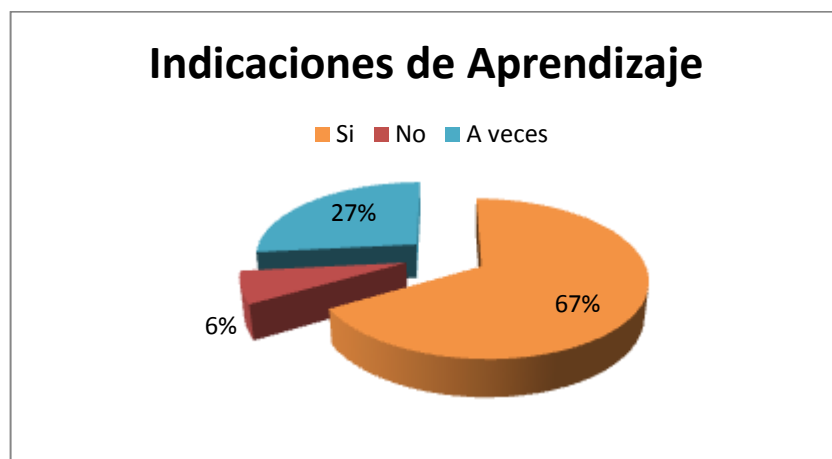


Gráfico #: 16

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los deportistas encuestados 20 manifiestan sí que corresponde 67%, 8 indican a veces que es igual al 27% y 2 afirman no que es igual al 7%.

Más de la mitad de los deportistas encuestados afirman que si escuchan con interés el mensaje. Lo positivo de esto es que los deportistas están atentos y escuchan las clases.

#### 4.- Identifica las etapas de aprendizaje de la natación

Cuadro #:18

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	24	80
No	1	3
A veces	5	17
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta



Gráfico #: 17

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

#### **Análisis e Interpretación**

Los deportistas encuestado 24 afirman si lo que es igual 80%, 5 indican a veces que corresponde al 17% y 1 responden no lo que es igual al 3%.

La mayoría de los deportistas encuestados afirman que si identifican las etapas de aprendizaje de la natación, lo que es bueno porque los deportistas encienten y asimilan las etapas del aprendizaje en la natación.

## 5.- Demuestra sensibilidad en el agua

Cuadro #:19

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	27	90
No	0	0
A veces	3	10
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta



Gráfico #: 18

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los deportistas encuestados 27 manifiestan sí que corresponde 90%, y 3 indican a veces que es igual al 10%

La mayoría absoluta manifiestan que si demuestran sensibilidad en el agua, lo positivo de esto es que es de agrado de los deportistas estar en el agua y tener confianza en sí mismos.

## 6.- Demuestra aptitud postural en la piscina

Cuadro #:20

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	18	60
No	3	10
A veces	9	30
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

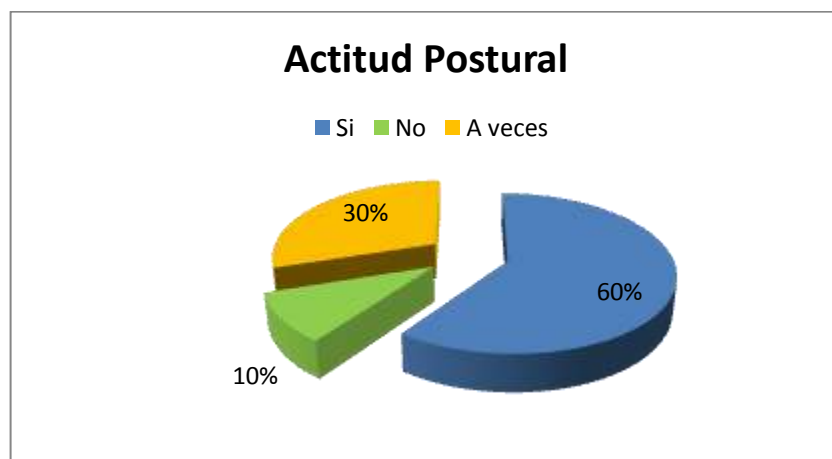


Gráfico #: 19

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los deportistas encuestados 18 manifiestan sí que corresponde 60%, 9 indican a veces que es igual al 30% y 3 afirman no que es igual al 10%.

Más de la mitad de los deportistas encuestado afirman que si demuestran aptitud postural en la piscina, lo positivo de esto que la mitad de los deportistas si tiene una buena postura en la piscina.

## 7.- Demuestra coordinación de la flotación y la respiración

Cuadro #:21

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	25	83
No	1	3
A veces	4	13
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

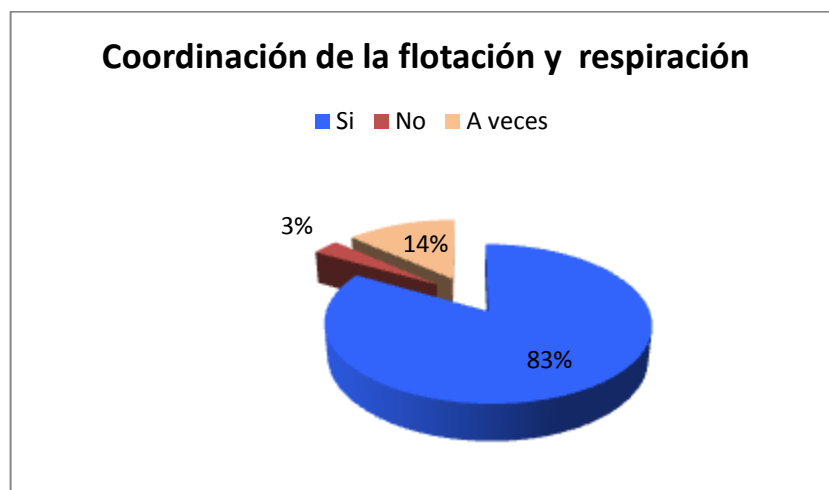


Gráfico #: 20

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### Análisis e Interpretación

Los deportistas encuestados 25 manifiestan sí que corresponde 83%, 4 indican a veces que es igual al 13% y 1 afirman no que es igual al 3%.

La mayoría de los deportistas encuestados afirman que si demuestran coordinación de la flotación y la respiración, lo positivo de esto es que la mayoría de los deportistas tiene coordinación durante las etapas de aprendizaje de natación.

8.- No tiene problemas en la sumersión y flotación en el medio acuático

Cuadro #:22

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	27	90
No	0	0
A veces	3	10
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

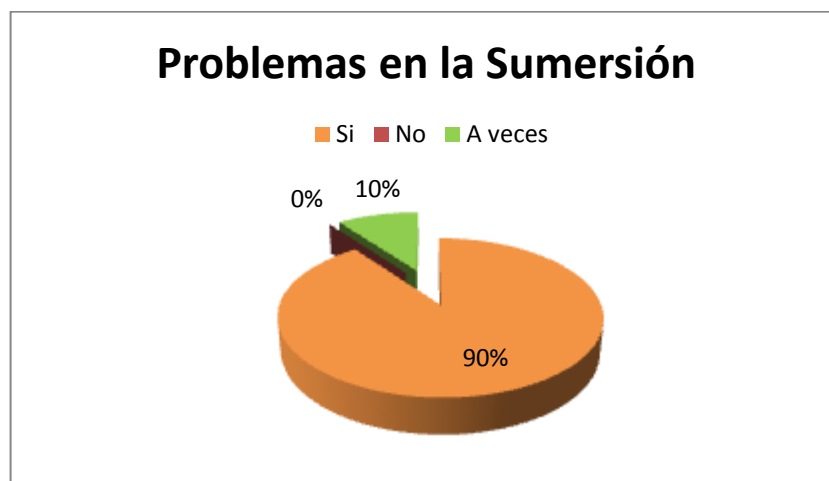


Gráfico #: 21

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### **Análisis e Interpretación**

Los deportistas encuestados 27 manifiestan sí que corresponde 90% y 3 indican a veces que es igual al 10%.

La mayoría absoluta de los deportistas encuestados afirman que si tiene problemas en la sumersión y flotación en el medio acuático. Se debe reforzar la metodología de aprendizaje en estas etapas de la natación.



## 9.- Coordina las etapas de aprendizaje de la natación

Cuadro #:23

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	26	87
No	0	0
A veces	4	13
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

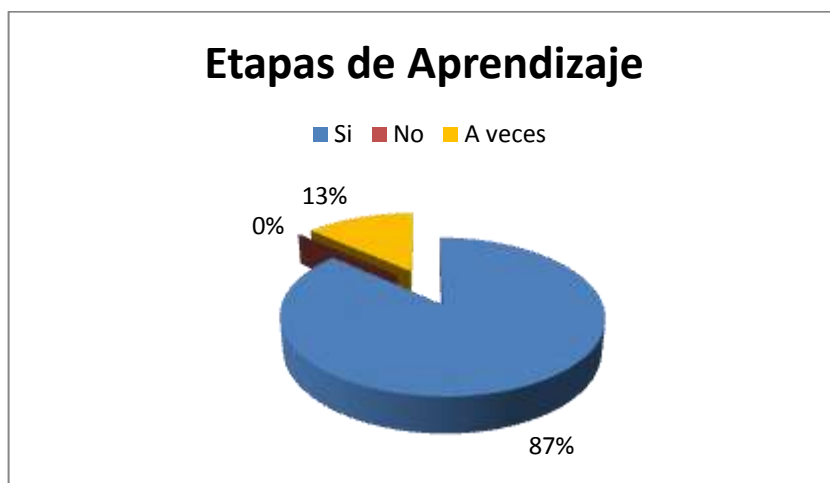


Gráfico #: 22

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### **Análisis e Interpretación**

Los deportistas encuestados 26 manifiestan sí que corresponde 87%, y 4 indican a veces que es igual al 13%.

La mayoría absoluta de los deportistas encuestado afirman que si coordinan las etapas de aprendizaje de la naticos, lo positivo de esto es que los deportistas si identifican las etapas en la natación y pueden ver su debilidades y fortalezas en cada una de ellas.

10.- Se observa control del medio acuático

Cuadro #:24

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	26	87
No	1	3
A veces	3	10
<b>Total:</b>	30	100

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

Fuente: Encuesta

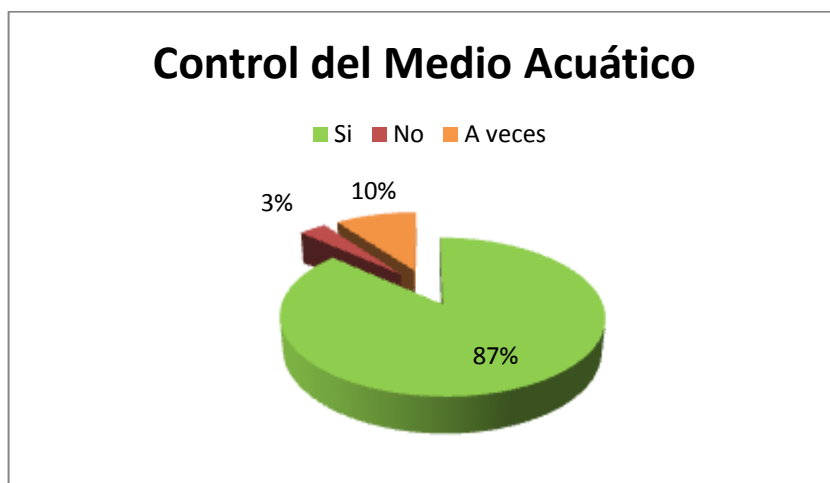


Gráfico #: 23

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### **Análisis e Interpretación**

Los deportistas encuestados 26 manifiestan sí que corresponde 87%, 3 indican a veces que es igual al 10% y 1 afirman no que es igual al 3%.

La mayoría de los deportistas encuestados afirman que si se observa control del medio acuático, lo que es bueno porque los deportistas se sienten más seguros cuando observan que la escuela se preocupa por la seguridad.

### 4.3. Verificación de Hipótesis

Es un estadígrafo no paramétrico o de distribución libre que nos permite establecer correspondencia entre valores observados y esperados, llegando hasta la comparación de distribuciones enteras, es una prueba que permite la comprobación global del grupo de frecuencias esperadas calculadas a partir de la hipótesis que se quiere verificar.

#### Combinación de Frecuencias

2.- Asimila las indicaciones nuevas de aprendizaje

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	26	87
No	1	3
A veces	3	10
<b>Total:</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

10.- Se observa control del medio acuático

Alternativa	Frecuencia	Porcentaje
Si	26	87
No	1	3
A veces	3	10
<b>Total:</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

#### Frecuencias Observadas

Alternativas	Alternativas			Total
	SI	NO	A VECES	
2.- Asimila las indicaciones nuevas de aprendizaje	26	1	3	<b>30</b>
10.- Se observa control del medio acuático	26	1	3	<b>30</b>
<b>TOTAL</b>	<b>52</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>60</b>

### Frecuencias Esperadas

Alternativas	Alternativas			Total
	SI	NO	A VECES	
2.- Asimila las indicaciones nuevas de aprendizaje	26,0	4,0	0,0	30,0
10.- Se observa control del medio acuático	26,0	4,0	0,0	30,0
				<b>60,0</b>

### Comprobación de CHI 2

$X^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$	O	E	O - E	(O - E) <sup>2</sup>	(O - E) <sup>2</sup> E
	SI	26	26,0	1,0	1,00
NO	1	4,0	2,0	4,00	1,00
VECES	3	0,0	2,0	4,00	4,00
SI	26	26,0	1,0	1,00	0,04
NO	1	4,0	2,0	5,00	1,25
A VECES	0	0,0	2,0	4,00	4,00
	57	60,0		<b>X<sup>2</sup> =</b>	<b>10,33</b>

### Modelo Lógico

Ho = Las Innovaciones metodológicas no mejoran la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua.

H1= Las Innovaciones metodológicas si mejoran la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua.

### **Nivel de Significación**

El nivel de significación con el que se trabaja es del 5%.

$$X^2 = \sum \left[ \frac{(O-E)^2}{E} \right]$$

En donde:

$X^2$  = Chi-cuadrado

$\Sigma$  = Sumatoria

O = Frecuencia observada

E = frecuencia esperada o teórica

### **Nivel de Significación y Regla de Decisión**

#### **Grado de Libertad**

Para determinar los grados de libertad se utiliza la siguiente fórmula:

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

$$GL = (2-1) (3-1)$$

$$GL = 1*2$$

$$GL = 2$$

#### **Grado de significación**

$$\alpha = 0.05$$

En donde:

O = Frecuencia Observada

E = Frecuencia Esperada

O-E = Frecuencias observada- frecuencias esperadas

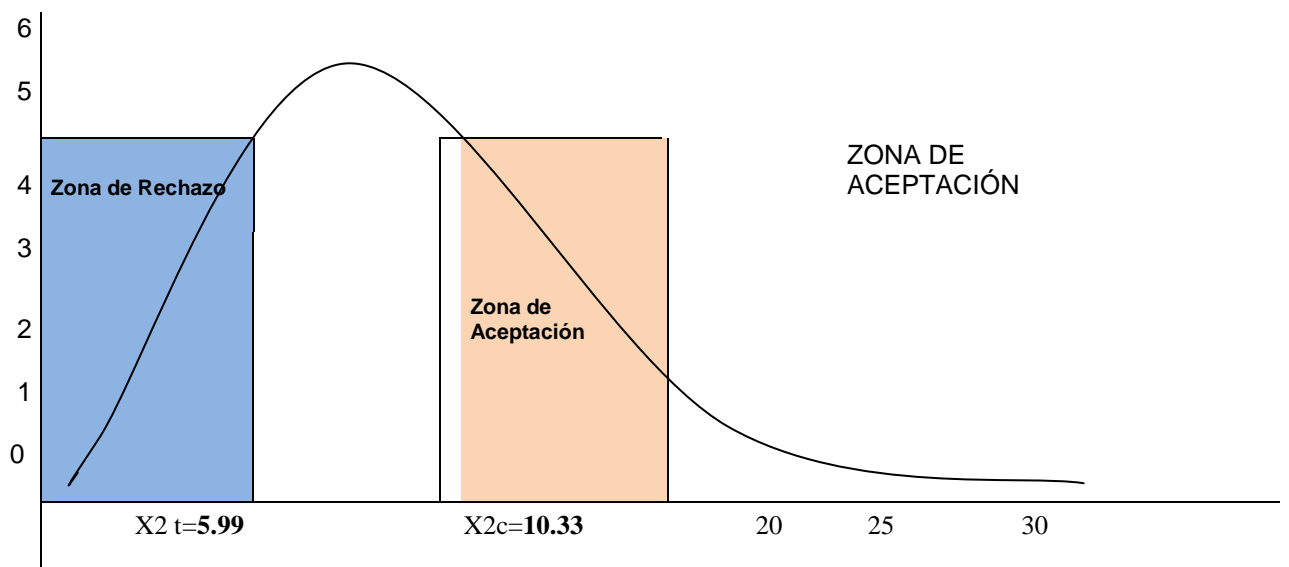
O-E<sup>2</sup> = resultado de las frecuencias observadas y esperadas al cuadrado

O-E<sup>2</sup> /E = resultado de las frecuencias observadas y esperadas al cuadrado dividido para las frecuencias esperadas

### Conclusión

El valor de  $X^2_t = 5.99 < X^2_c = 10.33$  de esta manera se acepta la hipótesis alterna, es decir: Las Innovaciones metodológicas si mejoran la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”, del cantón Ambato, provincia de Tungurahua.

### CAMPANA DE GAUS



## TABLA DE VERIFICACIÓN DEL CHI-CUADRADO

Grados libertad	Probabilidad de un valor superior - <i>Alfa</i> ( $\alpha$ )				
	0,1	0,05	0,025	0,01	0,005
1	2,71	3,84	5,02	6,63	7,88
2	4,61	<b>5,99</b>	7,38	9,21	10,6
3	6,25	7,81	9,35	11,34	12,84
4	7,78	9,49	11,14	13,28	14,86
5	9,24	11,07	12,83	15,09	16,75
6	10,64	12,59	14,45	16,81	18,55
7	12,02	14,07	16,01	18,48	20,28
8	13,36	15,51	17,53	20,09	21,95
9	14,68	16,92	19,02	21,67	23,59
10	15,99	18,31	20,48	23,21	25,19

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1. Conclusiones**

- Se determinó que no se aplican innovaciones metodológicas en la enseñanza de la natación de los niños/as de la escuela de natación Aquarius del cantón Ambato provincia de Tungurahua por cuanto los instructores utilizan estrategias tradicionales o simplemente van directamente al contacto con el agua sin tener un diagnóstico sobre las reacciones que puedan tener los participantes infantiles.
- Se comprobó que el nivel de ambientación al medio acuático que se aplica a los niños/as de la escuela de natación Aquarius es mínimo por cuanto los instructores no cuentan con los recursos metodológicos y didácticos para realizar paso a paso este proceso, para de esta forma cumplir a cabalidad las expectativas de los aprendices de la natación.
- Se determinó que es necesario que los instructores cuenten con recursos técnicos-didácticos que permitan una adecuada aplicación de innovaciones metodológicas, para de esta forma lograr una adecuada ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación Aquarius.



## **5.2. Recomendaciones**

- Los instructores de natación de la escuela Aquarius de la ciudad de Ambato deben capacitarse y actualizarse en diferentes innovaciones metodológicas para la enseñanza de la natación a niños/as ya que en la actualidad existe un sinnúmero de estrategias y actividades para este fin.
- La ambientación al medio acuático que se aplica a los niños/as de la escuela de natación Aquarius debe ser sistemático y siguiendo los pasos que deben ser, por lo que es necesario que los instructores cuenten con los materiales adecuados para cumplir con este proceso.
- Se debe elaborar una Guía Metodológica con estrategias actuales para la enseñanza de la natación, sobre todo en cuanto a la ambientación al medio acuático en la escuela de natación Aquarius de la ciudad de Ambato.

## **CAPÍTULO VI**

### **LA PROPUESTA**

#### **6.1. Título de la Propuesta.**

Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, dirigida a los instructores de la escuela de natación Aquarius de la ciudad de Ambato

#### **6.2. Datos Informativos**

<b>Institución:</b>	Escuela de natación Aquarius
<b>Dirección:</b>	Calle Principal
<b>Parroquia:</b>	La Matriz
<b>Cantón:</b>	Ambato
<b>Provincia:</b>	Tungurahua
<b>Tiempo:</b>	2 de julio 2012 a 30 de enero 2013
<b>Instructores:</b>	4
<b>Niños/as:</b>	21
<b>Sostenimiento:</b>	Particular
<b>Carácter:</b>	Mixto

#### **6.3. Antecedentes de la Propuesta**

En la ciudad de Ambato, en las diferentes escuelas de natación existente no se pudo encontrar ninguna guía, manual o material que sirva de apoyo para sustentar y elaborar la propuesta, por lo que fue necesario acudir a los especialistas en natación, como a pedagogos para tener una información técnica y los fundamentos adecuados que permitan estructurar la guía metodológica y así de esta forma presentar una trabajo sencillo en su lenguaje pero de fácil aplicación para las personas dedicadas a estas labores.

## **6.4. Análisis de Factibilidad**

### **Políticas a Implementarse**

Las políticas a implementarse antes y durante la ejecución de la propuesta son:

Se prohíbe, la copia y reproducción de la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, para la escuela de natación Aquarius, ciudad de Ambato.

En caso de realizar una corrección o ampliación de la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, se deberá contactar con el Autor, para que se otorgue los permisos necesarios.

Una vez que se inicie la aplicación de la Guía Metodológica, se realizará la evaluación de resultados de cada uno de los procesos

El equipo Técnico responsable monitoreará si deben hacerse ajustes a los textos propuestos en la Guía

Una vez que se inicie con la aplicación la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, se debe informar a las autoridades de la institución con el fin de obtener los permisos para la utilización del espacio físico.

### **Aspecto Socio-Culturales**

En sentido general, promueve la transformación del entorno social y cultural para reajustar sus funciones y dar un espacio a todos sus miembros en función de la integración. Estos cambios pueden derivar en una reorganización utilizable en otros aspectos de la actividad humana y social. Son considerados como cambios también al asunción de nuevos roles y mejoramiento de los ya asumidos en general de toda transformación e innovación educativa que permita la búsqueda de mejorar la calidad de la educación y la formación integral.

En lo social se contempla la naturaleza de la organización social, estructuras, clases y movilidad de las mismas, existencia de instituciones sociales, valores sociales, entre otras. Por tanto se puede definir que por encontrarse en una Institución de prestigio se encuentra en un estatus económico igual y con las mismas expectativas para que sus docentes y estudiantes se desarrollen. La estructura sociológica que presenta determinado sistema en cuanto a valores sociales como la familia, la educación, el nivel cultural de la población, la percepción de los problemas sociales. La vertebración de la sociedad civil, representan, entre otros, aspectos que influirán en el comportamiento de la sociedad en su conjunto, que se considera están de acuerdo.

En lo cultural comprende todos aquellos antecedentes históricos, ideológicos de valores y normas de la sociedad y aquellos aspectos que definen la naturaleza de los sistemas educativos. El sistema de organización imperante en una sociedad laboral en un momento determinado se supone un estilo de vida, demanda cultural, y todos los aspectos que consideran que no habrá problemas puesto que el proyecto no va en contra a su cultura, más bien quiere cambiar la forma de organizar las actividades que permitan al instructor formar personas críticos, intelectuales, mediante la práctica del deporte dentro de su formación integral.

### **Aspectos Tecnológicos**

Se refiere al nivel del progreso científico y tecnológico de la sociedad, tanto en equipos como en conocimiento, así como en la capacidad de la comunidad científica para desarrollar nuevas aplicaciones.

Los avances científicos y tecnológicos permiten la generación de los determinados bienes y servicios que repercuten en la calidad de vida de los ciudadanos y permiten una considerable aplicación y renovación de sus expectativas sociales y personales.

Es necesario que se cuente con los siguientes aparatos: proyectores, televisores, computadoras, DVD, y los recursos técnicos de natación, entre otros para que se

proyecten videos y materiales de información para que capten con mayor facilidad los contenidos en la Guía Metodológica

### **Modelos Organizacionales**

Se toma en cuenta el siguiente modelo como el más apropiado, se dividen, agrupan coordinan las tareas; se componen de seis elementos:

**Especialización de Trabajo:** Es el grado hasta el cual se ha subdividido la tarea en puestos separados en la organización. En el caso específico de la propuesta se podrán evidenciar una especialización en el trabajo de alto grado en cuanto al contenido de la Guía Metodológica y su aplicación.

**Departamentalización:** En este caso se puede establecer que la dirección del proyecto está a cargo de la gestora de la propuesta, teniendo en cuenta que no se debe pasar por alto.

**Cadena de Mando:** Es una línea continua de autoridad que se extiende desde la cima de la organización hasta el escalón más bajo y define quien informa a quien. La cadena de mando directa, diferenciándose los niveles fundamentales, que son: director, el investigador y los instructores, que forman parte del equipo que colaboran con el contenido de la Guía Metodológica.

**Centralización:** El grado hasta el cual la toma de decisiones se concentra en un solo punto de organización: La toma de decisiones la realiza directamente el Gestor de la propuesta por ser el autor de la Guía Metodológica.

**Descentralización:** Aportaciones que proporcionan el Director y los Instructores, será realmente la oportunidad de ejercer su criterio en la toma de decisiones.

**Formalización:** En este caso va dirigido directamente al gestor de la propuesta ya que es el único quien otorga permiso de publicación y entre otros aspectos legales que corresponde a los derechos de autor.

## **Participaciones de los Actores con Equidad de Género**

Existe una sociedad en la que el Hombre y la Mujer, hasta cierto punto tiene Equidad de Género, en el caso específico de esta propuesta va dirigido a todo el ámbito docente, no se puede excluir a nadie puesto que este es un gran problema social que debe ser resuelto por todos, por tanto, todos los criterios y aportaciones se las toman de un mismo nivel sin tener en cuenta de quien proviene.

## **Aspecto Ambiental**

Comprende la naturaleza, cantidad, calidad y disponibilidad de recursos naturales, las condiciones geográficas, climáticas. Por lo tanto se puede decir que el Aspecto Ambiental no pone una restricción en la ejecución de la propuesta, además se debe destacar que la ejecución de la presente no ocasione que se contamine, ni dañe el ambiente, al contrario se quiere utilizar los recursos de la región de una manera sostenible.

## **Presupuesto de la Economía Financiera.**

Se cuenta para la ejecución necesariamente con fondos que serán obtenidos y respaldados por la autogestión de las autoridades de la Escuela de natación Aquarius.

Por tratarse la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, cuyo texto es escrito se realizará convenios con Instituciones para que en una cierta página se promocióne a la empresa a través de una cuña comercial y a cambio de ello se nos proporcione la ayuda económica que implica los gastos de publicación.

## **Marco Legal para la Implementación de la Propuesta**

Implica la consideración de la naturaleza del sistema legal, jurídico administrativo y fiscal: jurisdicción, legalización específica sobre las organizaciones. En este caso se protegerá al texto con derechos de autor que la Ley confiere, por tanto se ampara en:

Copyright o Derechos de Autor, derecho de la propiedad que se genera de forma automática por la creación de diversos tipos de obras y que protege los derechos e interés de los creadores de trabajos literarios, dramáticos, musicales y artísticos, grabaciones musicales, películas, emisiones radiales o televisadas, programas por cable o satélite y las adaptaciones tipográficas de libros, folletos, impresos, escritos y cualesquier otras obras de la misma naturaleza. También se ha llamado copyright precisa estar registrado. Una vez que el trabajo ha sido creado de una forma tangible un libro, una pintura, un programa.

Por lo tanto es necesario recalcar que se acogerá a los derechos legales mencionados, que protegerán la publicación de la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático

## **6.5. Justificación de la Propuesta**

La importancia que tiene la propuesta radica en que se va a dotar a los instructores la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, un material útil y sencillo para aplicar con los practicantes y así conseguir una eficiente práctica de la natación.

Lo novedoso está en que causara un impacto dentro y fuera de la escuela de natación Aquarius, por cuanto se van a dar a conocer estrategias actuales para la ambientación al medio acuático

Los beneficiarios directos serán los niños/as de la escuela de natación Aquarius de la ciudad de Ambato, quienes van a aprender a nadar, dominando técnicas de ambientación, flotación entre otras

## **6.6. Objetivos de la Propuesta**

### **6.6.1. Objetivo Específico**

Elaborar la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, dirigida a los instructores de la escuela de natación Aquarius de la ciudad de Ambato

### **6.6.2. Objetivos Específicos**

Socializar la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, dirigida a los instructores de la escuela de natación Aquarius.

Ejecutar la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, dirigida a los instructores de la escuela de natación Aquarius.

Evaluar la aplicación de la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, dirigida a los instructores de la escuela de natación Aquarius.

### **6.7. Fundamentación Teórica-Científica**

#### **Ambientación al Medio Acuático**

En los últimos años quedó demostrado que la mayor propulsión en el estilo crol obedece a una evolución en los movimientos. Esto se debería a la prevaeciente adaptación de los nadadores al agua, más que a su mayor potencia física. Esta mejor adaptación podría deberse a que la sensibilidad o capacidad de "sentir" el agua del individuo, a través de los analizadores táctiles y cinestésicos, que reciben la retroinformación originada por la reacción del fluido a la acción de los brazos y piernas durante el nado, le permite al nadador ajustar la posición y dirección de los miembros para maximizar la propulsión. Por ello es válido suponer que el desarrollo de la sensibilidad o "sentido" del agua, en el período de ambientación al medio acuático y en el posterior control de las técnicas de nado, incrementa la acuidad perceptiva de los analizadores táctiles y cinestésicos, y por ende influye en el desempeño motor del nadador.

Una línea alternativa para la enseñanza / aprendizaje de la natación es a través de un programa de ambientación al medio acuático, basándose en juegos que ofrezcan el desarrollo senso perceptivo, rescatando, además, desde el desarrollo motor aspectos relacionados con la carga biológica que todo individuo posee y el respeto por cada una de las etapas que los seres humanos atraviesan durante el proceso de aprendizaje, que en algunos autores está entre los 3 y 6 años en otros entre los 11-



13 años, lo que nos importa es que tanto la edad de inicio como los años de entrenamientos son muy importantes en la natación.

Comprender la relación que estas percepciones sensoriales guardan con la variación en la propulsión, permitiría desarrollar una brazada más efectiva. Por lo que se podría presumir entonces, que un programa de iniciación acuática basado en el mejoramiento de la ambientación al medio acuático con ejercicios destinados a incrementar la sensibilidad al agua, influenciaría en una mayor eficacia de nado.

La importancia de recuperar estos aspectos motores y genético cognitivos, se verá reflejada en una mayor comprensión de los procesos de aprendizaje, en una selección adecuada de los contenidos dentro de los programas de iniciación acuática y el análisis más detallado del triángulo didáctico, profesor /alumno/ contenidos, que se da en todo acto educativo organizado.

La oportunidad de exponer, debatir, y reflexionar sobre las actividades acuáticas, debe ser aprovechada por todos aquellos que se sientan comprometidos día a día en esta tarea formadora, que utiliza al medio acuático como un factor único e irremplazable. Por ello se cree importante manifestar la labor realizada sobre el impulso de los componentes senso motores en el medio acuático y su influencia en la enseñanza aprendizaje de la natación.

El nivel de eficacia con que la energía producida es transmitida a la masa líquida por los segmentos corporales está directamente relacionado con los movimientos realizados por los nadadores en la fase subacuática de la brazada. De esta manera, los movimientos mencionados son considerados más o menos adecuados según el grado de eficiencia con que logren dislocar el cuerpo en el sentido deseado.

El control de los movimientos en natación, particularmente aquellos realizados bajo el agua, se logran principalmente por la combinación de informaciones proporcionadas por las sensaciones de tacto-presión, las sensaciones vestibulares, las sensaciones cinestésicas que surgen de los músculos, los tendones y las articulaciones. Las informaciones sensoriales recibidas en los analizadores correspondientes permiten al individuo tomar conocimiento de su posición en el

agua, la localización de los miembros y la relación de estos con el medio líquido; condición esencial para poder realizar un control adecuado de los movimientos del tronco, piernas, y principalmente de sus brazos para poder lograr el deslizamiento.

El objetivo de la adaptación al medio acuático es lograr la autonomía en el mismo sin dependencia de aparatos o medios artificiales.

El medio acuático mejora el desarrollo físico y psicomotor del niño. Su adaptación al medio acuático debe realizarse en un entorno agradable y divertido.

### **Objetivos**

Estimular la coordinación de movimientos básicos en a través del medio acuático

Adquirir confianza y soltura dentro del agua

Actuar con autonomía

### **Indicadores de Logros**

Disfruta en el agua

Se mueve y desplaza con autonomía

Siente confianza en el medio acuático

Realiza distintas actividades y juegos de forma segura

## 6.8. Plan de Acción

Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático dirigida a los instructores de la escuela de natación AQUARIUS de la ciudad de Ambato



**AUTOR: JORGE JORDÁN**

**AMBATO, 2013**

## **PRESENTACIÓN**

Este manual tiene por objetivo conocer nuevas formas de ambientación y el arte de enseñar de una forma lúdica-simple e interactiva en el medio acuático, sin embargo la tutoría puede estar a cargo de un profesional como de un familiar que se interesó en ayudar al iniciante de tal manera que al leerlo, pueda entender de manera sencilla nuevos ejercicios y transmitirlos a su niño o niña. Le dará a conocer los principios básicos de la natación sin pretender ser, en lo funcional del manual drástico sino por el contrario dar una visión nueva e innovadora y ofrecer a nuestros educandos que a través de ejercicios prácticos, sencillos y juegos lúdicos entre compañeros comprendan diferentes posiciones y acciones en el medio acuático.

Así mismo el profesor o padre de familia conozcan nuevos ejercicios aplicables a la iniciación en el medio acuático con los principios básicos flotación, respiración, propulsión y coordinación motora las mismas que servirán al iniciante en su mejor control del equilibrio y fortalecimiento de las posiciones del cuerpo en el agua.

En toda iniciación acuática se pone mayor atención en la forma de enseñar a nadar y a la fase de ambientación se le resta importancia siendo esto un gran error.

Esta nueva imagen de la adaptación al medio acuático lo único que pretende es enriquecer la comprensión del iniciante y motivar al profesional a investigar, indagar, innovar con ejercicios y técnicas para salir de la tradición pedagógica, dándole al iniciante un cambio en su comprensión del aprendizaje significativo de los movimientos en el agua.

**El Autor**

## **NADAR ¿Por qué? Y ¿Para qué?**

La natación mejora tu salud y la práctica de ella benefician el sistema cardiovascular, además la natación se puede convertir así en un seguro vida, por otra parte nunca es tarde para aprender ni demasiado temprano para comenzar.

- La natación ejercita todos los músculos de tu cuerpo.
- La coordinación beneficia en otros aspectos del aprendizaje.
- El agua es el mejor medio que el aire para ejercitarse sin impacto articular y muscular.
- La presión sanguínea es mejor en horizontal que en vertical.
- Los riesgos y lesiones son extremadamente bajos.
- Ninguna edad es impedimento para aprender a nadar.

## **NORMAS DE SEGURIDAD.**

Nunca olvides las normas de seguridad que debes tener siempre en cuenta:

- Practica la natación acompañada, nunca solo.
- Mira que el agua reúna condiciones higiénicas mínimas.
- Si practicas al aire libre como río, playa o laguna infórmate sobre su característica ósea si existe corrientes, oleajes, arrecifes etc y mejor practícalo en partes con aguas más calmas.
- No realizar entradas violentas como saltos zambullidas pues no conoces el nivel de profundidad.

## MATERIALES PARA LA ADAPTACION

<p><b>BAÑADOR</b></p> <p>Deben ser de licra, pues se adhieren mejor al cuerpo no absorben agua para el peso y dan mayor comodidad y ayudan a realizar mejor los movimientos.</p>	
<p><b>GAFAS</b></p> <p>Son indispensables para la mejor ambientación pues si cubres tus ojos evitaras que el agua moleste tus ojos en los ejercicios y por ende precautelar tu salud y prevenir una infección.</p>	
<p><b>GORRAS</b></p> <p>Puede ser de látex o preferible de silicona sirve para el cuidado del cabello por la cantidad de cloro en la piscina como también en las niñas sujeta su cabello y por ende pueda trabajar mejor los movimientos.</p>	

<p><b>FLOTADORES TUBULARES</b></p>	
<p>Son prácticas pues su forma se adapta en cualquier posición al cuerpo principalmente en niños/as y en adultos mayores esto dará mayor seguridad.</p>	<p><b>FLOTADORES</b></p> 
<p>Sirven a la flotación pero el niño formara una dependencia del implemento esto no dejara ampliar sus destrezas en él medio.</p>	

## MATERIALES PARA ENTRENAMIENTO





<p><b>TABLAS</b></p>	 A blue, C-shaped hand support device, likely used for swimming technique training. It has a curved top and bottom with a central opening. The brand name 'Cressi-Sub' is visible on the inner surface.
<p><b>PULL BOY</b></p>	 A colorful pull boy device, used for swimming training. It consists of two main parts: a green and red piece, and a red, yellow, and blue piece. These are connected by a central strap or band.
<p><b>ALETAS</b></p>	 A collection of diving fins (aletas) in various colors and styles. The fins are arranged in a row. From left to right, they are labeled: 'Reef' (blue and black), 'Cressi-Sub' (yellow), and 'Speedo' (blue and black). There is also a grey fin partially visible on the right.



<b>PALETAS</b>	
<p>Su uso en el nadador mejora la propulsión en los brazos sin perder la higiene postural se debe ocupar con Nadadores que tienen su técnica ya definida pues a una edad temprana solo desmejora la técnica.</p>	
<b>LIGAS</b>	
<p>Las ligas de fuera del agua sirven para mejorarla elasticidad del musculo en la fuerza explosiva.</p>	<p><b>LIGAS DE ENTRENAMIENTO FUERA</b></p> 
<p>Las ligas de agua sirven para mejorar la fuerza y resistencia mientras ejecuta los esprinté de velocidad.</p>	<p><b>LIGAS DE ENTRENAMIENTO DENTRO DE LA PISCINA</b></p> 

## PARA PODER NADAR.

El padre o maestro que quiere enseñar debe tener en cuenta estos 4 principios, entendiéndose que al dominar cada uno debe avanzar en secuencia.

<b>1 FLOTACION</b>	<b>2 RESPIRACION</b>
	
<b>3 PROPULSION</b>	<b>4 COORDINACION MOTORAS</b>
	

## MOVIMIENTOS BÁSICOS EN AGUA

### FLOTACION

La flotación pretende enseñar al niño que su cuerpo flota en posición dorsal o ventral de forma natural, en la cual se sienta muy cómodo y relajado además podemos acotar que es un principio físico que todo cuerpo parcial o totalmente sumergido en un fluido experimente una fuerza ascensional igual al peso del fluido desplazado (ARQUIMIDES).

**FLOTACION CON IMPLEMENTO (tubo).**- Sirve como un implemento eficaz en la familiarización del niño a la adaptación acuática.

#### EJERCICIO 1 con (tubo flotador)

Cuando usted entregue el tubo debe primero enseñar a sujetarlo correctamente pues dentro del agua el cuerpo adquiere diferentes posturas, si no sabemos manipularlo el niño perderá el balance de su cuerpo, para esto el tubo debe estar separado de 15cm a 20cm del pecho, así el niño podrá balancear mejor su cuerpo en el agua.

El niño debe adoptar una posición de semi flexión de piernas como estar sentado con los codos apuntando hacia los lados o mejor dicho a nivel del agua nunca sus codos apuntarán al fondo de la piscina, pues esto le hará perder el equilibrio del cuerpo y su balance.

La confianza y seguridad transmitida por usted se verá reflejado si el niño se relaja



y disfruta de la posición así mismo indicaremos que mueva sus piernas en todas las direcciones para mantener el equilibrio; si mueve sus piernas en una sola dirección descubrirá el movimiento en circulatorio debiendo realizarlo en la otra dirección siempre sentado manteniendo la flotación. VARIANTE (sumergido la cabeza realizar los giros)

**EJERCICIO 2 posición dorsal (tubo flotador)**

Indicaremos al niño la postura en la flotación una de las cuales describiremos a continuación FLOTAR EN CRUZ sus piernas extendidas y sus brazos abiertos con las palmas y la mirada hacia arriba relajado como cuando descansa en su cama para dormir, indicaremos además que mantenga el aire dentro de él y no lo exhale pues sus pulmones son como dos bolsas de aire que le ayudan a mantener la flotación el tubo se encontrará por encima del pecho y por debajo de las axilas con las puntas hacia atrás este ejercicio una vez que el niño se familiarice con la posición lo realizaremos sin el implemento hasta que el niño pueda adoptar la posición relajada y se vaya soltando de nuestro apoyo.



**EJERCICIO 3 posición ventral (tubo flotador)**

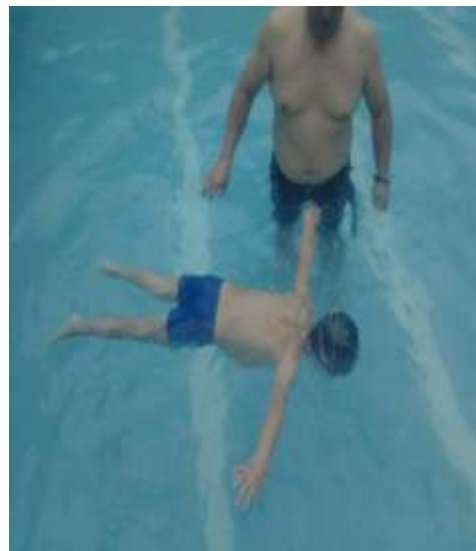
La postura ventral la realizamos tanto fuera de la piscina como dentro de ella.

**FUERA DE LA PISCINA**

Manos y piernas bien extendidas de tal forma que las manos y los pies se suspendan en el aire y su cuerpo apoyado solamente sobre el abdomen la cabeza debe encontrarse sujeta entre los dos brazos mirando el piso.

**DENTRO DEL AGUA.**

Piernas bien extendidas los antebrazos sobre el tubo apoyados y la cabeza sumergida aguantando el aire dentro de sus pulmones, no olvidemos que la flotación se va a dar si recalamos al niño que tiene que relajarse dentro del agua y esperar que sus piernas suban corregir que la punta de los pies se ubique hacia atrás, se puede pedir al niño que observe algún juguete que está en el fondo de la piscina que mantenga su respiración dentro del cuerpo de la misma manera que el anterior ejercicio se lo repetirá pero sin él implemento.



**EJERCICIO 4 (DESPEGUE ventral )**

El niño debe adoptar posición ventral o boca abajo completamente extendido el tubo flotador permanecerá debajo de sus brazos y con el impulso en la pared de la piscina, se deslice en el medio acuático hasta llegar lo más lejos posible sin mover ninguno de los segmentos de su cuerpo solo adoptando una relajación completa del mismo y permanecer hasta que su impulso termine, es muy importante felicitar e incentivar su logro



## RESPIRACION

Una vez que hemos logrado las posiciones básicas de la flotación dorsal y ventral pasamos a la respiración en el agua o respiración acuática para lo cual manifestaremos que la misma, es una función voluntaria controlada, mientras que la terrestre es automática. La respiración tiene un papel muy importante en la adaptación al medio acuático pues hay que saber enseñar a sincronizar las dos fases en la mecánica de la respiración acuática ya que como hemos dicho se la realiza al contrario de la terrestre, fase inspiración que la realiza en forma bucal fuera del agua y fase espiración la que se realiza con la cabeza sumergida en el agua y expulsando el aire por las fosas nasales y la boca.

### EJERCICIO 1 (SOPLAR UN OBJETO)

Debemos trabajar con un juguete o barco pequeño que flote para poder dar a conocer la respiración acuática cuando tengamos al niño en su flotador podemos realizar un simple ejercicio como es el de soplar impulsando al muñeco que flota, indicaremos que al salir el aire de nuestro cuerpo lo sacaremos por la nariz y trataremos de impulsar al juguete en el agua de tal manera que cuando inspire lo haga por la boca y luego lo exhale por la nariz siendo un medio práctico para ir familiarizando al niño en la respiración.



## **EJERCICIO 2 (BURBUJAS)**

Las BURBUJAS este juego comienza al inspirar o respirar fuera del agua por la boca, y al sumergirnos en el agua el aire que se encuentra en los pulmones debe ser expulsado con fuerza dentro del medio acuático por la nariz o por las fosas nasales formando las burbujas del juego y manteniendo la boca cerrada dentro del agua, la repetición de sacar la cabeza del agua inspirar una vez más y volver a sumergirse para expulsar el aire está el aprendizaje de la respiración acuática debiendo hacerlo siempre que se pueda o cuando termine un ejercicio, creando un hábito en el niño y se debe repetir siempre de 1 a 20 veces.





### **EJERCICIO 3 (CAMINATA LUNAR)**

Una vez comprendida la respiración acuática podremos realizar la caminata espacial que consiste en sumergir al niño con la mayor cantidad de aire que pueda inspirar para topar con sus

pies el fondo de la piscina, después con nuestra ayuda mantenerlo allí y realice la caminata lunar sumergido en el fondo de la piscina, al final también puede impulsarse en el fondo para salir a la superficie y flotar de preferencia en posición dorsal, esto a más de ser un

logro muy importante para el niño le dará la seguridad y la confianza en él medio, es muy importante recalcar que nunca debemos obligar a un niño a trabajar si no lo quiere, poco a poco el podrá descubrir lo divertido que lo pasan los compañeros o amigos y después el mismo pedirá incluirlo al juego.



**EJERCICIO 4 (RESCATE AL FONDO DEL MAR)**

El niño se ubica en posición ventral pudiendo meter la cabeza en los 15 cm del flotador y su cuerpo aplicando movimientos ya aprendidos como la flotación ventral y la respiración acuática (BURBUJAS) para observar en donde se encuentra el objeto a rescatar, una vez localizado tendrá que soltar el flotador y con la ayuda del profesor sumergirse indicándole que una vez dentro del medio mantenga la calma y la expulsión del aire lo haga poco a poco por las fosas nasales o mantenga el aire hasta salir del agua practicando con esto el acto de la respiración acuática, si a la primera vez no lo rescata puede repetir las veces que quiera hasta lograrlo pues mientras más lo intente más ejercitara la respiración acuática cuando logre agarrar el objeto rescatado debe subirlo y sacarlo fuera del agua felicitándolo por su acto heroico.



## PROPULSION BASICA

La propulsión debe ser vivida por el niño esto le permitirá su mejor adaptación según la edad en que se encuentre, no se debe contentar con lograr que el niño nade sino más bien enfocarse en él, la importancia primordial y su influencia sobre el perfeccionamiento técnico en razón de la adaptación acuática del niño.

### EJERCICIO 1 (EL TUNEL)

Cuando el niño ya se familiariza con la propulsión podremos pedir avanzar en un juego que integre algunos ejercicios aprendidos como es el túnel, ubicaremos a los niños/as en el borde dentro de la piscina y su tubo flotador en forma de arco para que el niño con el impulso de sus piernas y adaptando la posición ventral más la respiración que ya deben dominarla se impulse con el movimiento de sus pies y pase a través del túnel, luego de ejecutar este movimiento se lo puede repetir pero en posición dorsal de la misma manera en una distancia pequeña para que el niño vaya desvinculándose de su flotador y adopte casi la posición deseada para poder nadar solo.



**EJERCICIO 2**

**(DESPEGUE o IMPULSO dorsal )**

La postura dorsal es tan importante como la ventral pues hay niños/as que nadan espalda antes que libre.

De la misma manera el impulso de sus piernas en la pared de la piscina será el despegue para flotar solo con su implemento adoptando la postura dorsal relajada y permanecer hasta que su impulso termine, es muy importante felicitar e incentivar su logro.



### EJERCICIO 3 (MARIPOSA)

Bien ahora nos moveremos en el agua por medio de la propulsión, si el niño mantiene una posición relajada en posición dorsal o boca arriba separando un poco sus brazos del cuerpo y comienza un movimiento suave pero continuo solo de sus manos similar a las alas de una mariposa su cuerpo se moverá lento pero ejecutando ya un desplazamiento en el medio acuático pudiendo hacerlo con el flotador debajo de su cabeza hasta que logre ejecutarlo sin él, siempre estaremos en contacto y atentos a los niños/as pues adoptan movimientos o impulsos repentinos por no estar acostumbrados a esta posición en el agua, si por alguna razón el niño se atranca en su inhalación con el agua solo hay que repasar el ejercicio de respiración botando el aire por las fosa nasales y el agua saldrá sin problema.



#### **EJERCICIO 4 (PIESITOS LOCOS)**

Este ejercicio se debe realizar también sentados en el borde de la piscina extendiendo las piernas sumergiendo solo los pies dentro del agua, sus puntas bien extendidas se moverán los más rápido que puedan sin exagerar en la flexión de las rodillas, esto también sirve como aclimatación antes de poder meterse a la piscina, una vez que el niño ingresa con su flotador indicaremos que se ubique en posición ventral o boca abajo se relaje pues él ya sabe que sus piernas subirán una vez que el sumerja su cabeza en el agua y su cuerpo se ponga en plano horizontal a nivel del agua, para esto sus piernas deben estar completamente estiradas comenzando el movimiento de pies rápido y continuo hay que indicar que nunca se debe dejar de patear pues la propulsión de piernas es el primer impulso para poder nadar y se debe ejecutar hasta llegar al otro lado de la piscina, podremos integrar al juego la respiración con el ejercicio de burbujas en el desplazamiento pues este ejercicio lo hemos realizado en todo el proceso de enseñanza.



### EJERCICIO 5 (REMOLQUE)

El niño que llega a esta etapa ha realizado la ejecución correcta de todos los ejercicios previos y podremos mejorar su propulsión de sus manos, juntando un movimiento más como los de los pies para propulsarse más rápido en el agua. En este juego ubicaremos un juguete sobre el niño en posición dorsal o boca arriba al desplazarse por el agua debe mantener la cabeza sobre el tubo flotador y propulsarse con sus manos y pies, también debe mantener la postura correcta y relajada de tal manera que el juguete ubicado en su pecho pueda ser trasladado hacia el otro lado de la piscina esto le servirá para equilibrar su cuerpo y junto a un movimiento lento y coordinado de sus extremidades poder ejecutar dicho ejercicio, si el juguete cae podremos realizar el juego del rescate del fondo del mar.



## COORDINACIONES MOTORAS BASICAS

### EJERCICIO 1 (EL PULPO)

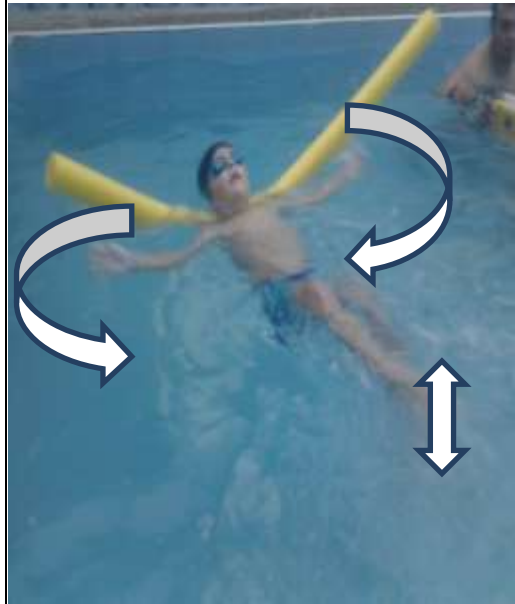
Este juego moviendo brazos y piernas permite que el niño integre ya los 3 principios de la adaptación al medio (flotación, respiración, propulsión, coordinación motora) en movimiento, el niño se ubicara en posición dorsal y una vez que este flotando podrá separar los brazos y las piernas de su cuerpo formando una X y luego agrupar las extremidades hacia su cuerpo ósea brazos y piernas pegadas al cuerpo el flotador se le deberá ubicar detrás de la cabeza para que no interceda en la ejecución de los movimientos realizados, hay que siempre observar los movimientos que se están ejecutando mal pues si no se lo corrige no podrá avanzar en la propulsión deseada, la entrada del aire o inspiración será siempre por la boca y su expulsión por la nariz o fosas nasales no porque están con la cara fuera del agua cambiara lo aprendido anteriormente.





## EJERCICIO 2 (MOSQUITO)

Cubito dorsal o boca arriba iniciara flotación dorsal luego separar los brazos de su cuerpo y se propulsara con un movimiento suave pero constante parecido al aleteo de las aves mientras que sus piernas permanecen unidas solo moviendo los pies para propulsarse siempre se corregirá que los pies permanezcan como estar en puntas de pies y sin un movimiento exagerado por lo contrario suave y continuo, la entrada del aire o inspiración será siempre por la boca y su expulsión por la nariz o fosas nasales no porque están con la cara fuera del agua se cambiara lo aprendido anteriormente.



### EJERCICIO 3 (EL ARO)

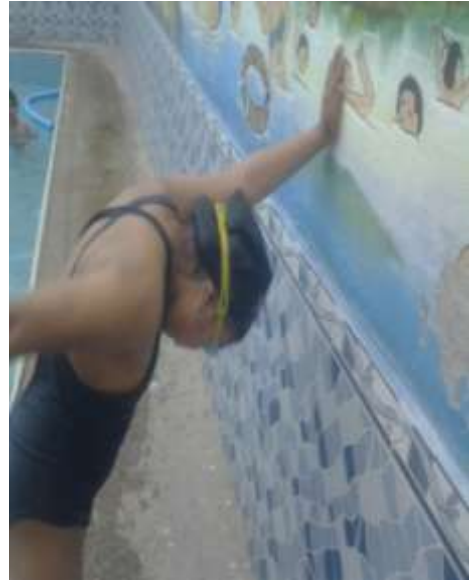
En este juego el niño podrá practicar el sentido de orientación pues a esta altura debe dominar los 3 principios en la adaptación al medio acuático que son: flotación, respiración, propulsión en la ejecución del juego.

El niño se lanzara del borde de la piscina al centro de un aro de plástico que se encuentra flotando, una vez dentro del agua tendrá que salir con la propulsión de sus piernas y adoptar cualquier posición de flotación o propulsarse con pies y brazos el objetivo es llegar al borde de la piscina. Una variante de este ejercicio puede ser que en el momento de sumergirse tendrá que sacar un objeto que se encuentra en el fondo de la misma no los vamos a dejar hacerlo totalmente solos pues siempre deberemos colaborar con la ejecución de todo el ejercicio.



**EJERCICIO 4 (BRACEO Y PATADA fuera)**

Es momento de mover los brazos si bien es cierto hay niños/as que desean ya nadar en esta etapa dejarlos, pero siempre es primordial practicar la brazada fuera del agua, sus manos apoyadas en la pared sus pies moviéndose ligeramente, dejar caer un brazo hasta que su pulgar rose el muslo y realice el recobro apoyándolo nuevamente en la pared luego el otro brazo realizara el mismo movimiento, recuerde que aún no enseñamos la técnica de ningún estilo solo a nadar pero con una adaptación al medio quedará frutos a futuro con todos los ejercicios utilizados.



### **EJERCICIO 5 (BRACEO Y PATADA)**

Una vez que le niño domina la mayor parte de ejercicios y por ende los 3 principios de la natación realizaremos un ejercicio sencillo de coordinación motora.

El niño se ubicara en cubito ventral o boca abajo su posición debe ser relajada para poder realizar la flotación, el primer movimiento será de sus pies para comenzar a propulsarse, el tubo lo sujetara con ambas manos al centro.

La respiración acuática, ósea exhalar o botar el aire por las fosas nasales e inspirar por la boca. (BURBUJAS)

Un brazo permanece agarrado el tubo mientras el otro soltara el tubo y lo dejara caer hacia el fondo y propulsarse con su mano hasta que su dedo pulgar rose el muslo de ese lado y haga el recobro sujetando el tubo y dando partida para que el otro brazo repita lo mismo por el otro lado.

Este movimiento lo realizaremos después de observar un avance en el aprendizaje para ser ejecutado sin el tubo flotador su niño estará nadando.



## 6.9. Matriz del Plan de Acción

Cuadro #:25 Matriz del Plan de Acción

FASE O ETAPAS	OBJETIVO	ACTIVIDAD	RECURSOS	RESPONSABLE	TIEMPO
¿Cómo?	¿Para qué?	¿Qué?	¿Cuánto?	¿Quién/ es?	¿Cuándo?
<b>SOCIALIZACION</b>	Sensibilizar a los instructores de la escuela de natación sobre la aplicación de la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático	Socialización y motivación Instructores de la escuela de natación para la ejecución de la propuesta con nuevas estrategias	Marcadores Papelotes Cinta adhesiva Proyector Laptop Videos	Investigador	Una hora  A partir del mes de octubre de 2012
<b>PLANIFICACION</b>	Organizar las actividades, recursos, responsables y tiempo para la ejecución de las actividades y ejercicios.	Planificación de cada una de las actividades, recursos, responsables y tiempos para el desarrollo de la propuesta	Computador, hojas	Investigador e Instructores	Horario complementario de 15h00 a 17h00
<b>EJECUCIÓN</b>	Desarrollar las actividades, ejercicios para la ambientación al medio acuático	Se realizan todas las actividades y ejercicios para la ambientación al medio acuático	Materiales definidos en cada ejercicio	<b>Instructores</b>	2 horas diarias a partir de noviembre de 2012
<b>EVALUACIÓN</b>	Realizar seguimiento a la aplicación de la propuesta	Verificación del cumplimiento del cronograma Seguimiento a la aplicación de los ejercicios a través de la planificación de los Instructores	Ficha de indicadores	Investigador e Instructores	Cada semana

Elaborado por: Lcdo. Jorge Jordán Sánchez

### 6.10. Administración de la propuesta

La propuesta sobre la Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático, en la escuela de natación “Aquarius”, será llevada a la práctica bajo el control del Investigador y propulsor de la Propuesta como es el Lcdo. Jorge Jordán, así como del apoyo de los instructores. Se aplicará entre otras, las siguientes estrategias:

- Diálogo con los Instructores de la escuela de natación
- Motivación a los Instructores
- Cumplimiento de las etapas progresivas y dosificadas de avance de los componentes del plan operativo.

### 6.11. Plan de Monitoreo y Evaluación de la propuesta

<b>PREGUNTAS BÁSICAS</b>	<b>EXPLICACION</b>
¿Qué evaluar?	Guía Metodológica de estrategias actuales para la ambientación al medio acuático
¿Por qué evaluar?	Para determinar el cumplimiento de objetivo
¿Para qué evaluar?	Para evidenciar la eficacia de la propuesta
¿Con qué criterios evaluar?	Criterio crítico-analítico.
<b>Indicadores</b>	Aspectos cualitativos-cuantitativos de la aplicación
¿Quién evalúa?	Jorge Jordán Sánchez
¿Cuándo evaluar?	Durante y después del proceso de aplicación de la propuesta
¿Cómo evaluar?	Aplicación de la ficha de evaluación del proyecto
<b>Fuentes de Información</b>	Ficha de seguimiento
¿Con qué evaluar?	Indicadores establecidos.

Cuadro #: 26: Plan de Monitoreo y evaluación

**Elaborado por:** Lcdo. Jorge Jordán Sánchez.

Se evaluará la propuesta con la aplicación de fichas de seguimiento en la que se establecen indicadores que permitirán el monitoreo, intervención y seguimiento al plan operativo de la propuesta, para de esta forma tomar las decisiones respectivas sobre la rectificación o cambio a su debido tiempo.

## **Bibliografía**

ALCANTARA CHIHUAN, Jorge (2001) "Material Educativo". Ed. INIDE, Perú.

ÁLVAREZ ZAYAS Carlos. (1999) " La escuela en la vida " Didáctica. La Habana. EIEFD. La Habana, Cuba.

ARELLANO COLOMINA, Raúl (2010) Primer Libro: Entrenamiento Técnico de Natación - Primera Edición: Junio del 2010

ASESARTE, Beatriz y Lourdes Cisneros, (2000) "LA NATACION PARA BEBES", Una propuesta de acercamiento afectivo. Material de certificación para maestros de bebés National SwimSchool Asociación.

COLECTIVO DE AUTORES (2001). Gimnasia básica. Apuntes de la asignatura, (EIDE). Deporte natación. La Habana, Cuba.

COLWIN Cecil, (2003) "Themagictouch" Swimming Technique.

COSTILL, MAGLISHO, Richardson (2002)"Natación" Hispano Europea 1998. Segunda edición.

CUARTERO, MARCELO, JOSÉ A DEL CASTILLO, XAVIER TORRALLARDONA, JORDI MURIO (2010) Segundo libro: Entrenamiento de las Especialidades de Natación -Primera Edición: Junio del 2010

DE LA PAZ RODRÍGUEZ, P.C.(2006). La preparación física en niños/as y jóvenes mediante la clase de educación física. Manual de profesores de educación física. I. Dpto. Nac. de Educación Física del INDER

ENCICLOPEDIA TECNICA DE LA EDUCACION. "Las Ciencias Naturales en la Educación General Básica". Ed. Santillana Tomo IV.

FESQUET, Alberto E.J. (2000) "Manual de la UNESCO para la Enseñanza de las Ciencias". Edit. Sudamericana, Buenos Aires.



FORTEZA, A. (2000). Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. La Habana, Cuba, Editorial científico-técnico.

FRANCO, PEDRO y Fernando Navarro, (2002) "NATACION, Habilidades acuáticas para todas las edades" 7mo premio herakles. Colección Herakles. Editorial Hispano Europea Barcelona España.

GONZALEZ MOREYRA, Raúl, (2000) "Psicología del Aprendizaje". SEd. Universo S.A Lima - Perú.

GONZÁLEZ, Otmara (2006). "Los objetivos " .Conferencia . La Habana, Cuba.

K.D. George, M.A. Dietz, G.Z. Abraham (2001) "La Enseñanza de las Ciencias Naturales: Fundamentos y Métodos". Edit. Santillana Tomo XII.

HARRE, DIETRICH; (2001) Teoría del Entrenamiento Deportivo; Editorial Studium, Buenos Aires; p. 32

IDALGO MATOS, (2002) Benigno "Metodología de Enseñanza-Aprendizaje" Ed. INADEP Perú

INDER. (2001). Planes y programas para las áreas deportivas masivas, áreas deportivas especiales y las escuelas de iniciación deportivas escolar

INDER. (2001). Sistema cubano de cultura física y deporte. La Habana, Cuba. La Habana, INDER.

INDER. (2002). Programa de Preparación para el Deportista. Natación.

JESÚS MARÍA (2000) "Primer Encuentro Argentino de Actividades Acuáticas" Organizado por la Fundación Argentina Educación Psicomotriz (FAEP) y el apoyo del IEF Jorge Coll, junio de 2000

LANDETE AGUILAR, Amparo (2001) "Didáctica de las Ciencias de la Naturaleza". Ed. Anaya, Madrid.

LE BOULCH, J.: (2003) Hacia una ciencia del movimiento humano. Ed. Paidós, Buenos Aires. Editorial Pueblo y Educación, Cuba.

PADRÓN TORRES, Enrique L. (1999). Estudio diagnóstico de la efectividad del programa de baloncesto del primer año de enseñanza técnica profesional.

PARDINAS, Felipe, (2005) "Metodología y Técnica de la Investigación en Ciencias Naturales. Ed. Siglo XXI editores, Lima 1 985.

PÉREZ PÉREZ, Ramón (2004). El currículo y sus componentes: hacia un modelo integrador. Madrid: s/e, s/f--- fotocopia de un original.

PILA TELEÑA, Marco (2003) "Un modelo educativo para la enseñanza de la NATACION en la edad infantil", C/ Pozo nuevo, 12 28430 Alpedrete Madrid.

RODRÍGUEZ MORALES, Rafael A. (1999). Determinación de la resistencia aeróbica en escolares de 6to grado de la escuela "Félix E. Alpizar" del municipio de Guanabacoa. Tesis de Maestría (Maestría en Didáctica de la Educación Física Contemporánea).

SANCHEZ CARLESSI, H.Y., (2003) "Metodología y Diseño de la Investigación Científica". Talleres de Repro – offset, Lima - Perú.

SERRANO ROGEST, Francisco.(2000).Diseño curricular del programa de la disciplina educación física de la carrera de medicina. Tesis de Maestría (Maestría en Didáctica de la Educación Superior). La Habana, ISCF "Manuel Fajardo".

TORKELSON, Gerald M. (2006) "Los Medios Auxiliares de la Enseñanza". Edit. Centro Regional de Ayuda Técnica, México.

VÁZQUEZ OLIVÉ, Mario Juan. (2000). Propuesta de un sistema de objetivos para el perfeccionamiento del programa de preparación para el deportista de voleibol escolar cubano. Tesis de Especialidad (Especialidad de voleibol).

ZALDIVAR PÉREZ, Bergelino. (2006). Bases fisiológicas del entrenamiento deportivo.

**Linkografía.**

<http://www.guiainfantil.com/servicios/natacion/matronatacion.htm>

[http://en.wikipedia.org/wiki/Sensitive\\_periods](http://en.wikipedia.org/wiki/Sensitive_periods)

Martin y cols- Winter mencionado. Facultad Ciencias Humanas. Córdoba

Anexos

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

CENTRO DE POSGRADOS

MAESTRÍA EN CULTURA FÍSICA Y ENTRENAMIENTO

DEPORTIVO

**Encuesta dirigida a los entrenadores y monitores de la escuela de natación  
“Aquarius”**

**Objetivo:** Recabar información acerca de las Innovaciones Metodológicas y la Ambientación al Medio Acuático

**Instrucciones:**

- La encuesta que se presenta a continuación es anónima y estrictamente confidencial, se solicita leer con cuidado las preguntas y responder con honestidad.
- Marque con una X dentro del paréntesis en la alternativa que considere correcta

**Contenido**

1. ¿Aplica innovaciones metodológicas para enseñar a nadar a los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”

Siempre ( )

Frecuentemente ( )

Rara vez ( )

Nunca ( )

2. ¿Cuándo utiliza innovaciones metodológicas considera que los resultados de aprendizaje son mejores en los niños/as de la escuela de natación?

Siempre ( )

Frecuentemente ( )

Rara vez ( )

Nunca ( )

3. ¿Utiliza estrategias metodológicas en las tres etapas de aprendizaje de natación con los niños/as de la escuela “Aquarius”?

Siempre ( )

Frecuentemente ( )

Rara vez ( )

Nunca ( )

4. ¿En qué fase de la etapa de aprendizaje utiliza estrategias metodológicas con los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”?

Flotación ( )

Respiración ( )

Propulsión ( )

Coordinación ( )

5. Considera que las estrategias metodológicas aseguran la calidad de aprendizaje de natación de los niños/as de la escuela “Aquarius”?

Siempre ( )

Frecuentemente ( )

Rara vez ( )

Nunca ( )

6. ¿Aplica ambientación al medio acuático con los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”

Siempre ( )

Frecuentemente ( )

Rara vez ( )

Nunca ( )

7. ¿Qué elementos considera más importantes dentro de la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”?

Seguridad ( )

Confianza ( )

Perdida del miedo ( )

Todas ( )

8. ¿Qué consideraciones toma en cuenta al momento de la ambientación al medio acuático de los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”?

Persuasión ( )

Evitar rigidez muscular ( )

Ejercicios Lúdicos ( )

Disposiciones claras ( )

9. ¿Es necesario aplicar innovaciones metodológicas para realizar la ambientación al medio acuático en los niños/as de la escuela de natación “Aquarius”?

Siempre ( )

Frecuentemente ( )

Rara vez ( )

Nunca ( )

10. Participaría en capacitación y actualización sobre estrategias metodológicas para la ambientación al medio acuático?

SI ( )

NO ( )

GRACIAS POR SU COLABORACION

**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO**

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA EDUCACIÓN**

**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

**Guía de observación dirigida a los deportistas de la Escuela de natación  
“Aquarius”, de la ciudad de Ambato,**

**Nombre:**

**Sexo:**

**Edad:**

**Fecha:**

<b>GUIA DE OBSERVACION</b>				
<b>FECHA.</b>				
<b>PROFESOR.</b>				
<b>NADADOR.</b>				
<b>EDAD.</b>				
<b>Observación</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>	<b>A veces</b>	<b>Observación</b>
1.- Responde a los estímulos al contacto con el agua				
2.- Asimila las indicaciones nuevas de aprendizaje				
3.- Escucha con interés el mensaje				
4.- Identifica las etapas de aprendizaje de la natación				
5.- Demuestra sensibilidad en el agua				



6.- Demuestra aptitud postural en la piscina				
7.- Demuestra coordinación de la brazada				
8.- No tiene problemas en la ambientación al medio acuático				
9.- Coordina las etapas de aprendizaje de la natación				
10.- Se observa control del medio acuático				

Anexo 2





Ambato, 2 de julio de 2012

Licenciado

Jorge Jordán Sánchez

Presente.-

De mi consideración:

Por medio de la presente y dando respuesta a su solicitud en la que solicita las facilidades para realizar el trabajo de investigación con el tema: **"INNOVACIONES METODOLÓGICAS Y LA AMBIENTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO DE LOS NIÑOS/AS DE LA ESCUELA DE NATACION AQUARIUS DEL CANTON AMBATO PROVINCIA DE TUNGURAHUA"**, me es grato comunicarle que dicha petición ha sido aprobada, y podrá realizar el trabajo de investigación en el horario que crea conveniente.

Atentamente



Lic. Edlita Espinoza

C.I. 1802188605

Directora Aquarius