



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI**  
**UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS**  
**Y HUMANÍSTICAS**  
**CARRERA DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**MENCIÓN CULTURA FÍSICA**

**TESIS DE GRADO**

**TEMA:**

**“ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DEL ESTILO PECHO, EN LA NATACIÓN, EN EL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA DR. ISIDRO AYORA, DEL CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2013-2014”**

Tesis presentada previa a la obtención del título de Licenciatura, en Ciencias de la Educación, Mención Cultura Física.

**Autora:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Director:** Lic. Msc. Revelo Mayorga Lenin Patricio

**LATACUNGA –ECUADOR**

**Octubre - 2015**

## AUTORÍA

Los criterios emitidos en el presente trabajo de investigación **“ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DEL ESTILO PECHO, EN LA NATACIÓN, EN EL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA DR. ISIDRO AYORA DEL CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2013-2014**, son de exclusiva responsabilidad del autor.

.....  
Hernández Villalobos Angélica Alexandra  
CI: 050256627-6

## **AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS**

En calidad de Director del trabajo de investigación sobre el tema **“ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DEL ESTILO PECHO EN LA NATACIÓN EN EL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA DR. ISIDRO AYORA DEL CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2013-2014”**, de Hernández Villalobos Angélica Alexandra postulante de la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas, Carrera de Licenciatura de Cultura Física, considero que el presente informe investigativo cumple con los requerimientos metodológicos y aportes científicos – técnicos suficientes para ser sometidos a la evaluación del Tribunal de Validación de Tesis que el Honorable Consejo Académico de la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas de la Universidad Técnica de Cotopaxi designo, para su correspondiente estudio y calificación.

Latacunga 14 de Octubre del 2015

**DIRECTOR**

.....  
Lic. Msc. Revelo Mayorga Lenin Patricio  
CI: 180116741-0

## **APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO**

En calidad de Miembros del Tribunal de Grado aprueban el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi, y por la Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas; por cuanto, la postulante: Hernández Villalobos Angélica Alexandra

Con el título de tesis: **“ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DEL ESTILO PECHO, EN LA NATACIÓN, EN EL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA, DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA DR. ISIDRO AYORA, DEL CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2013-2014”**, han considerado las recomendaciones emitidas oportunamente y reúne los méritos suficientes para ser sometido al acto de Defensa de Tesis.

Por lo antes expuesto, se autoriza realizar los empastados correspondientes, según la normativa institucional.

Latacunga 14 de Octubre 2015

Para constancia firman:

.....

Msc. José Nicolás Barbosa Zapata  
Herrera

**PRESIDENTE**

.....

Msc. Lorena del Rocío Logroño

**MIEMBRO**

.....  
Msc. José María Bravo Zambonino

**OPOSITOR**

## **AGRADECIMIENTO**

Agradezco infinitamente a Dios por su amor para sostenerme en los momentos más difíciles que la vida me ha presentado, a mis padres, a mis hijos por su apoyo incondicional, a mi querida Universidad que me acogió y me dio la oportunidad de ser un ente valioso para la sociedad, a mis queridos maestros que fueron la fuente de aprendizaje constante, a mi Director Lic. Msc. Patricio Revelo por su ayuda eminente durante la elaboración de la tesis, a mis queridos maestros Miembros del Tribunal de Defensa que han sido el pilar fundamental durante la culminación de la misma a todas las personas que de una u otra manera me enseñaron a levantar la mirada al cielo, tomar aire y seguir adelante hasta ver cristalizado mis sueños por y para ustedes mi logro.

**ANGÉLICA**

## **DEDICATORIA**

El presente trabajo investigativo está dedicado a mi Dios por el valor y la fuerza que puso en mí para vencer adversidades para así llegar a cumplir mis anhelos, a mis padres y a las personas más importantes en mi vida, pilares de inspiración y fortaleza mis hijitos Jonathan y Daniel que durante todo este tiempo han sido el motor que me ha dado el impulso para seguir sin detenerme, siendo los más sacrificados durante mi etapa estudiantil y que gracias a su amor, comprensión y apoyo sin reservas, sin pedir nada a cambio están a mi lado en mis penas, logros, y alegrías, he aquí mi esfuerzo, mi sueño y mi vida para ustedes.

**ANGÉLICA**



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y

HUMANÍSTICAS

Latacunga – Ecuador

---

**TEMA:” DISEÑO DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DEL ESTILO PECHO EN LA NATACIÓN EN EL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA DR. ISIDRO AYORA DEL CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2013-2014”**

**Autor:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

## RESUMEN

La natación habiendo sido durante mucho tiempo una de las disciplinas más atractivas y es el medio que le permite al estudiante desarrollar en un 80% las habilidades, destrezas, capacidades motrices básicas y llegar a obtener el potencial máximo donde se logre desarrollo integral, caracterizándose como la principal fuente activa para el mejoramiento personal, deportivo de las personas. La utilización de un programa de estrategias metodológicas permite que el profesional de educación física mejore en gran manera el proceso de enseñanza aprendizaje a tal punto de dejar huellas imborrables en los estudiantes y crear un aprendizaje significativo. El presente trabajo investigativo es muy novedoso científicamente porque no existe otro similar y por la estética del estilo pecho logra captar el interés del deportista por el aprendizaje de algo nuevo y poco practicado. Los objetivos a los que va direccionada la investigación fue diagnosticar del uso de estrategias metodológicas en el proceso de Interaprendizaje del estilo pecho y al observar que este era deficiente se siente la necesidad de un programa de estrategias metodológicas para la enseñanza del mismo. El resultado del uso de estrategias metodológicas son las que permite mejorar el proceso enseñanza aprendizaje en el ámbito integral de la educación es por esta razón que a través de la práctica activa del deporte se logra el desarrollo cognitivo de las fases del aprendizaje del estilo pecho que mejora la calidad de clase de Educación Física en la natación y se convierte en una herramienta pedagógica para el profesional de Cultura Física.

**Palabras claves:** Interaprendizaje, Capacidades motrices, Desarrollo cognitivo, Estrategias metodológicas



**TECHNICAL UNIVERSITY OF COTOPAXI**  
**ACADEMIC UNIT OF ADMINISTRATIVE AND HUMANITIES**

**SCIENCES**

**Latacunga – Ecuador**

---

**THEME: "METHODOLOGICAL STRATEGIES FOR TEACHING BREASTSTROKE IN SWIMMING IN THE SIXTH YEAR OF BASIC GENERAL EDUCATION DR. ISIDRO AYORA SCHOOL LATACUNGA CITY OF THE SCHOOL YEAR 2013-2014.**

**Author:** Hernandez Villalobos Angélica Alexandra

**ABSTRACT**

Swimming has been for a long time one of the most attractive disciplines and it is the way that allows students to develop in a 80% abilities, skills, basic motor skills and reach the fullest potential where comprehensive development of students is achieved, characterizing as the relevant active source for the personal improvement, sporting and integral of people. Using a program of methodological strategies allows that the professional of physical education greatly improve the teaching - learning process to the point of leaving indelible mark on students and create meaningful learning. In the case of this program is that there is no other developed and for the aesthetics of breaststroke captures the interest of the athlete with the learning of a new style and little practiced. The objectives to the research was to determine the use of methodological strategies in the process of interlearning of the breaststroke and observing that this was deficient the need of a methodological strategies program for teaching it was created. Using of methodological strategies are that allow to improve the teaching - learning process in the comprehensive education is for this reason that through the active practice of sport will achieve the cognitive development of faces of learning of breaststroke that will improve the quality of Physical Education class in swimming and it is a great help for the Physical education teacher.

**Keywords:** Interlearning, Motor skills, Cognitive Development, Methodological strategies.



## ÍNDICE DE CONTENIDOS

<b>Contenido</b>	<b>Pág.</b>
Portada.....	i
Autoría.....	ii
Aval del director de tesis.....	iii
Aprobación del tribunal de grado.....	iv
Agradecimiento.....	v
Dedicatoria.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	viii
Índice de contenidos.....	ix
Índice de tablas.....	xi
Índice de gráficos.....	xiii
Introducción.....	xiv
<b>CAPITULO I</b>	
<b>FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....</b>	<b>1</b>
1.1. Antecedentes investigativos.....	1
1.2. Categorías fundamentales.....	5
1.3. Marco teórico.....	6
1.3.1. Educación.....	6
1.3.1.1. La educación en el Ecuador.....	8
1.3.1.2. La educación básica.....	8
1.3.1.3. La educación física.....	9
1.3.2. Proceso enseñanza aprendizaje.....	10
1.3.2.1. Enseñanza.....	11
1.3.2.2 Planificación.....	12
1.3.2.3 Macro planificación.....	12
1.3.2.4. Planificación meso.....	13
1.3.2.5. Planificación micro.....	14
1.3.5. El deporte.....	15
1.3.5.1. La natación.....	18
1.3.5.2. Historia de la natación.....	19

1.3.5.3. Estilos de la natación.....	23
1.3.5.4. Aprendizaje del estilo pecho o braza en la natación.....	25
1.3.6. Estrategias.....	28
1.3.6.1. Metodologías.....	29
1.3.6.2. Estrategias metodológicas.....	30
<b>CAPÍTULO II</b>	
<b>ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>32</b>
2.1. Caracterización del objeto de estudio o antecedentes de la institución	32
2.2. Caracterización de la metodología empleada.....	33
2.2.1. Tipo de investigación.....	33
2.2.2. Métodos de investigación.....	34
2.2.3. Técnicas de investigación.....	36
2.2.4. Instrumentos.....	37
2.2.5. Población y muestra .....	38
2.2.6. Técnicas de procedimientos para el análisis de resultados.....	39
2.3. Análisis e interpretación de las encuestas aplicadas a los maestros....	42
2.3.1 Análisis e interpretación de la encuesta aplicada a los padres.....	50
2.3.2. Análisis e interpretación de las encuestas aplicada a los estudiantes	58
2.4 Conclusiones y recomendaciones.....	66
2.4.1 Conclusiones.....	66
2.4.2 Recomendaciones.....	67
<b>CAPITULO III</b>	
<b>DISEÑO DE LA PROPUESTA.....</b>	<b>68</b>
3.1. Tema de la propuesta.....	68
3.1.1. Datos informativos.....	68
3.2. Presentación.....	69
3.3. Justificación.....	71
3.4. Objetivos de la propuesta.....	73
3.4.1. Objetivo general.....	73
3.4.2. Objetivos específicos.....	73
3.5. Análisis de factibilidad.....	74
3.6. Fundamentación.....	75

3.7. Plan operativo de la propuesta.....	76
3.8. Descripción de la propuesta.....	77
3.9 Desarrollo de la propuesta.....	81
Referencias bibliográficas.....	105
Anexos.....	108

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Contenidos</b>	<b>Pág.</b>
Tabla 2.1 Población y muestra.....	38
Tabla 2.2. Práctica de natación.....	42
Tabla 2.3. Realización de actividades acuáticas.....	43
Tabla 2.4. Inclusión de natación.....	44
Tabla 2.5. Estilos en preparación de natación.....	45
Tabla 2.6 Utilización de estrategias metodológicas.....	46
Tabla 2.7. Creación de un programa estrategias.....	47
Tabla 2.8. Necesidad de un programa de estrategias.....	48
Tabla 2.9. Mejora del proceso volitivo del estudiante.....	49
Tabla 2.10. Práctica de natación en sus hijos.....	50
Tabla 2.11 Práctica de natación.....	51
Tabla 2.12. Mejorar la calidad de vida.....	52
Tabla 2.13. Práctica de natación como deporte.....	53
Tabla 2.14. Aprender diferentes estilos.....	54
Tabla 2.15. Enseñanza del estilo pecho.....	55
Tabla 2.16. Aplicación de un programa de estrategias.....	56
Tabla 2.17. Motivación en la enseñanza aprendizaje.....	57
Tabla 2.18. Desea aprender a nadar.....	58
Tabla 2.19. Desea que su profesor le enseñe a nadar.....	59
Tabla 2.20. Mejorar sus estilos de natación.....	60
Tabla 2.21. Actividades lúdicas.....	61
Tabla 2.22. Aprendizaje del estilo rana.....	62
Tabla 2.23. Programa de natación para mejorar el estilo de vida.....	63
Tabla 2.24. Mejora de su estilo a través de estrategias.....	64

Tabla 2.25. Programa para perfección de estilo.....	65
Tabla 3.1. Plan operativo.....	76
Tabla 3.2. Macro ciclo.....	78
Tabla 3.3. Mesociclo.....	79
Tabla 3.4. Flexibilidad de piernas y colocación de pies laterales.....	83
Tabla 3.5. Estiramiento de piernas en posición sentados.....	84
Tabla 3.6. Posición lateral, afuera y circular de pies.....	84
Tabla 3.7. Plan de clase núm. 1.....	85
Tabla 3.8. Ejercicios de patada de estilo pecho dentro del agua al borde de la piscina.....	86
Tabla 3.9. Ejercicios de patada de estilo pecho.....	86
Tabla 3.10. Plan de clase núm. 2.....	87
Tabla 3.11. Patada de pecho con la ayuda de flotador.....	88
Tabla 3.12. Patada de estilo pecho en relación a la flexibilidad.....	88
Tabla 3.13. Plan de clase núm. 3.....	89
Tabla 3.14. Mecánica de piernas y posición de pies.....	90
Tabla 3.15. Plan de clase núm. 4.....	91
Tabla 3.16. Patada con ligas.....	92
Tabla 3.17. Plan de clase núm.5.....	93
Tabla 3.18. Mecánica de brazos del estilo pecho en tierra.....	94
Tabla 3.19. Acción de brazada con ayuda asistida.....	95
Tabla 3.20. Plan de clase núm. 6.....	96
Tabla 3.21. Brazada en el medio acuático sin patada.....	97
Tabla 3.22. Plan de clase núm. 7.....	98
Tabla 3.23. Punto muerto de braza o pecho.....	99
Tabla 3.24. Etapa de impulso deslizamiento.....	100
Tabla 3.25. Plan de clase núm. 8.....	101
Tabla 3.26. Coordinación brazos – piernas.....	102
Tabla 3.27. Coordinación brazos – respiración.....	103
Tabla 3.28. Plan de clase núm. 9.....	104

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

<b>Contenidos</b>	<b>Pág.</b>
Gráfico 2.1. Población y muestra.....	38
Gráfico 2.2. Práctica natación.....	42
Gráfico 2.3. Realización de actividades acuáticas.....	43
Gráfico 2.4. Inclusión de natación.....	44
Gráfico 2.5. Estilos en preparación de natación.....	45
Gráfico 2.6. Utilización de estrategias metodológicas.....	46
Gráfico 2.7. Creación de un programa estrategias.....	47
Gráfico 2.8. Necesidad de un programa de estrategias.....	48
Gráfico 2.9. Mejora del proceso volitivo del estudiante.....	49
Gráfico 2.10. Práctica de natación en sus hijos.....	50
Gráfico 2.11. Práctica de natación.....	51
Gráfico 2.12. Mejorar la calidad de vida.....	52
Gráfico 2.13. Práctica de natación como deporte.....	53
Gráfico 2.14. Aprender diferentes estilos.....	54
Gráfico 2.15. Enseñanza del estilo pecho.....	55
Gráfico 2.16. Aplicación de un programa de estrategias.....	56
Gráfico 2.17. Motivación en la enseñanza aprendizaje.....	57
Gráfico 2.18. Desea aprender a nadar.....	58
Gráfico 2.19. Desea que su profesor le enseñe a nadar.....	59
Gráfico 2.20. Mejorar sus estilos de natación.....	60
Gráfico 2.21. Actividades lúdicas.....	61
Gráfico 2.22. Aprendizaje del estilo rana.....	62
Gráfico 2.23. Programa de natación para mejorar el estilo de vida.....	63
Gráfico 2.24. Mejora de su estilo a través de estrategias.....	64
Gráfico 2.25. Programa para perfección de estilo.....	65

## INTRODUCCIÓN

En contexto general, el Ecuador es uno de los países que fomenta el mejoramiento del Sumak kawsay o Buen Vivir, a través de la práctica de actividades físicas, recreativas y lúdicas ayudando así a reducir diversas enfermedades de la población, el sedentarismo y alejar a la juventud de las diversas amenazas propias de la edad, el uso de estrategias metodológicas permitirán capturar la atención de los estudiantes para que realicen una actividad que ayude a mejorar su desarrollo integral, mejorar la salud, el correcto uso del tiempo, mejorar la calidad pedagógica de la clase de educación física y facilitar el trabajo del docente. La importancia de la elaboración de una guía de estrategias metodológicas va a mejorar la enseñanza del estilo pecho en la natación en el sexto año de la Escuela Isidro Ayora del Cantón Latacunga, el tema es innovador ya que en la actualidad el uso de estas estrategias no son aplicadas y por esta razón se torna difícil iniciar el proceso enseñanza aprendizaje de un nuevo estilo, el mismo que permita atraer el interés de los estudiantes por aprender algo nuevo e interesante, al llegar a este punto se podrá ver a la natación como un seguro de vida que permita que las personas puedan defenderse ante una situación de amenaza siendo capaces de lograr la supervivencia usándola como una herramienta vital y adicional, con la práctica de la misma mejorará la vida del ser humano.

La novedad científica del presente trabajo investigativo es excelente ya que permite el aprendizaje de un estilo atractivo, provocador y desconocido para ellos lo mismo que lo hace interesante, siendo el primero en realizarse acerca del proceso enseñanza aprendizaje de estilo pecho en la natación, con el cumplimiento del proceso se podrá convertir en una práctica diaria e incluso el estudiante puede realizarlo como deporte dentro de la institución educativa, para la ejecución del programa se utiliza el método directo y mixto.

El problema durante las clases de Cultura Física en la práctica de la natación es la falta del uso de estrategias metodológicas del docente las mismas que al ponerlas en práctica mejoran el proceso de enseñanza aprendizaje.

Diagnosticar el uso de las estrategias metodológicas aplicadas durante la clase de educación en el deporte de natación y al ver que son totalmente nulas se ve la necesidad de proponer un programa de estrategias metodológicas para iniciar la enseñanza del estilo pecho en la natación de esta manera para optimizar la particularidad de la clase de Cultura Física, facilitar el trabajo pedagógico, aprehender el interés de los estudiantes por la práctica del deporte a tal punto que permita que el estudiante sea capaz de desarrollar la natación desde el inicio hasta lograr su correcta ejecución del estilo pecho.

Por lo tanto se evidencia plenamente la novedad científica del presente trabajo investigativo con la ejecución y aplicación del mismo siendo de vital importancia para la aplicación de estrategias metodológicas que permitan mejorar la calidad de la educación para los estudiantes.

El proceso de investigación tuvo como progresión los subsecuentes parámetros: primero se procedió a la recopilación de información de la institución educativa, identificación del objeto de estudio y su campo de acción para estructurar el marco teórico, posteriormente se realizó el diagnóstico de las necesidades del uso de estrategias metodológicas a través de la aplicación técnica de la encuesta con sus respectivos instrumentos investigativos y se concluye con la ejecución de la propuesta. Para lograr la investigación se recurrió a la investigación descriptiva, y método inductivo, deductivo, científico, analítico, empírico entre otros, para la obtención de datos se lo hace a través de la encuesta.

El presente trabajo investigativo está establecido en tres capítulos distribuidos de la siguiente manera:

En el Capítulo I, consta del Marco Teórico, donde se encuentra Estrategias, Estrategias Metodológicas propias de la natación, PEA, Educación, Deporte, Fases del Aprendizaje, Natación.

En el Capítulo II, constan los Antecedentes, Caracterización del Objeto de Estudio o Antecedentes de la Institución, Análisis e Interpretación de Resultados, Caracterización de la Metodología empleada, Técnicas de Procedimientos para el Análisis de Resultados, Análisis de las Encuestas Realizadas, Conclusiones y Recomendaciones.

En el Capítulo III, consta del diseño de la Propuesta, contiene Datos, Antecedentes, Justificación, Objetivos, Análisis de Factibilidad, Fundamentación, Descripción de la Propuesta, Desarrollo de la Propuesta Referencias Bibliográficas y Anexos.



# **CAPITULO I**

## **FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

### **1.1. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS**

En el Ecuador, la actividad física está siendo establecida como una base fundamental para mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y ciudadanas ecuatorianas, es por ello de la importancia de la enseñanza de diversas disciplinas deportivas, entre ellas una de las más destacadas es la natación, en varias unidades educativas incluyen dentro del área de educación física la enseñanza de la natación como medio de desarrollo de habilidades y destrezas de los niños.

El trabajo investigativo de la Srta. Alma Karina Barrientos Hernández de la Universidad San Carlos de Guatemala en el año 2007 se relaciona con el presente trabajo investigativo y se trata de una guía de **“REFORZAMIENTO DEL ESTILO CROL E INTRODUCCIÓN A LA PATADA ESTILO PECHO”**. En este trabajo el investigador llega a las siguientes conclusiones:

- Se logró la concientización de alumnos y padres de familia acerca de la importancia de la práctica deportiva y los beneficios físicos que ésta proporciona a su calidad de vida.
- Se incrementaron las habilidades técnicas de los alumnos en ambos estilos, con lo cual podemos indicar que la metodología tuvo un efecto positivo para alcanzar los objetivos.
- Se alcanzó una asistencia de alumnos en un 80 % a la clase de natación, donde se dieron a conocer los estilos crol y la patada de pecho. Provocando así una secuencia metodológica adecuada tomando en cuenta los recursos de la comunidad estudiantil con la que se trabajó.

- Las evaluaciones demuestran un avance significativo en las habilidades básicas de la natación, pues la base de la Experiencia Docente con la Comunidad EDC- era puramente reforzamiento del estilo crol y la iniciación de la patada de pecho.

Esta investigación se relaciona, ya que es la primera fase de la enseñanza del estilo pecho que es la patada y exclusivamente el perfeccionamiento del estilo libre con la finalidad de dar inicio a la enseñanza de la patada del estilo pecho.

En la Universidad Técnica de Ambato existe una tesis elaborada por el Sr. Wilson Acosta que es acerca de una **“REVISTA VIRTUAL PARA MEJORAR LA ENSEÑANZA DE LAS TÉCNICAS DE NATACIÓN”**. En este trabajo el investigador llega a las siguientes conclusiones:

- La utilización de medios tecnológicos en nuestro caso, una revista virtual son herramientas para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje y lograr que los estudiantes reciban los contenidos de una forma clara y divertida.
- La aplicación de los test teóricos y prácticos sobre los conocimientos del uso de las revistas virtuales ha permitido a los estudiantes desarrollar su capacidad de análisis y reflexión.
- Con poca utilización de medios tecnológicos como es la revista virtual, nunca se potencializará capacidades físicas y aún más poder descubrir nuevos talentos y decisión de acudir a estas escuelas

Según esta investigación es una revista virtual la misma que proporciona información teórica que podría ser aplicada a la práctica y está basada en la enseñanza del estilo libre ya que contiene una serie de ejercicios.

Existen en los archivos de la Biblioteca de la Universidad Técnica de Cotopaxi algunos trabajos referentes a la natación como es la tesis del Sr. Jorge Cofre que se refiere a: **“UN MANUAL DE EJERCICIOS BÁSICOS Y METODOLÓGICOS PARA LA ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN”**.

En este trabajo el investigador llega a las siguientes conclusiones:

- Los Docentes afirman que la natación mejora y mantiene en buenas condiciones la salud de los estudiantes y en tempranas edades desarrollaríamos interés en ellos, por aprender a nadar.
- Los Estudiantes tienen el interés respectivo por aprender a nadar pero no se ha realizado en ellos una correcta aplicación de los procesos metodológicos de la enseñanza en la natación.
- Los padres de familia están conscientes de que si sus hijos no practican algún deporte en su vida cotidiana, en un futuro podrían caer en inactividad física e incluso llegar a un estado de obesidad por falta de actividad física.
- Las Autoridades, Docentes, Padres de Familia de la Institución Educativa están de acuerdo en que los estudiantes practiquen la Natación en sus tiempos libres y hagan hábito en ellos aplicando una buena metodología actualizada y con actividades programadas para el desarrollo y fortalecimiento de la Natación.

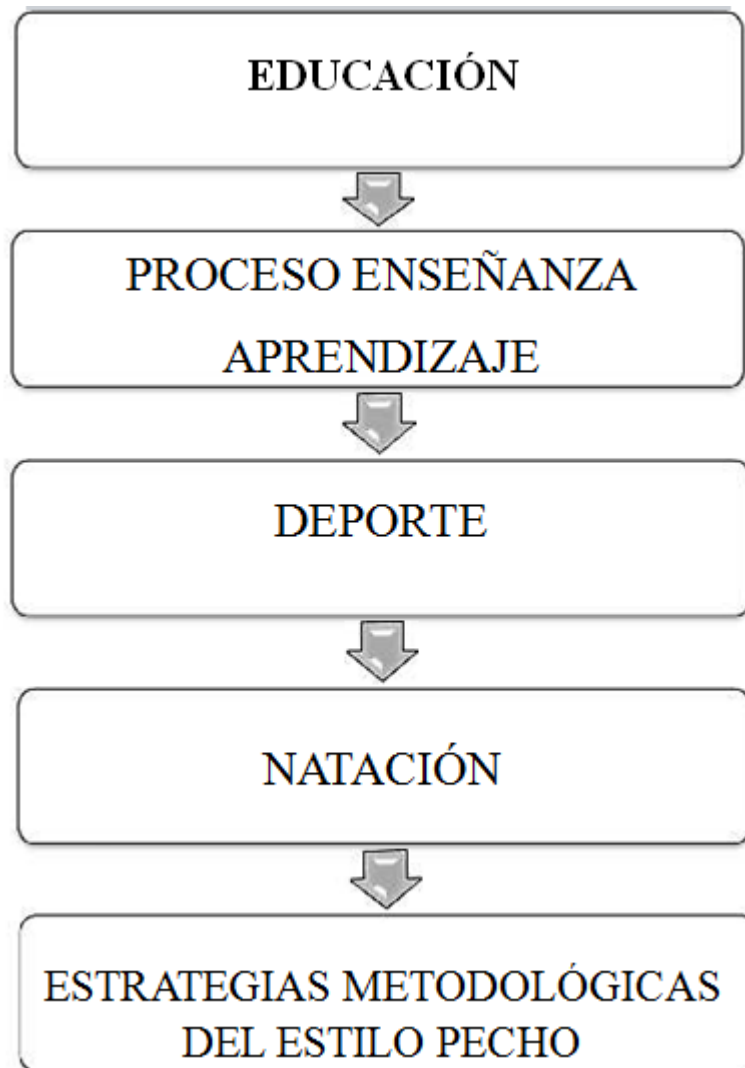
En este trabajo investigativo se ha resaltado el aprendizaje de la natación como parte del proceso educativo, siendo su base la iniciación y la superación de terrores acuáticos el mismo que está basado exclusivamente en la enseñanza del estilo libre.

De tal manera, se llega a la conclusión que el presente trabajo investigativo es bastante novedoso por ser una investigación nueva, ya que lo que se refiere al estilo pecho o braza es una de las técnicas atractivas de la natación y que todavía no se ha logrado explotar por su complejidad. Pero sin dejar de lado la belleza estética de este estilo está caracterizado como uno de los estilos más relajados y lento durante la ejecución del mismo, la respiración se realiza una brazada y una respiración y los nadadores experimentados lo hacen de dos en dos, pero la complejidad se da porque es un movimiento antinatural para el ser humano y que debe ser perfilado con la práctica constante al mismo tiempo que le permite al nadador deslizarse en mayor distancia al momento del final del recobro, el inicio del tirón y en la etapa de deslizamiento o punto muerto.

En la ciudad de Latacunga la actividad física al igual que en todo el país se fomenta la realización de actividades físicas así también como en la mayoría de instituciones educativas se preocupan por la enseñanza de diferentes disciplinas deportivas con el objetivo de mejorar el desarrollo de habilidades y destrezas en la niñez latacungueña, es por ello que la natación de manera progresiva se va poniendo en auge en la ciudad de esta manera la natación forma parte de los bloques curriculares de Cultura Física, la natación como mejoramiento del proceso de enseñanza - aprendizaje.

En la Escuela Isidro Ayora la natación es una disciplina que tiene mucha acogida por ser una actividad divertida, sin embargo a pesar de la importancia de la misma por razones administrativas la piscina de la Institución se mantenía fuera de servicio, a esto también se puede mencionar el deficiente apoyo gubernamental los mismo que hacen que esta hermosa actividad física se vea un poco aislada de la práctica de los estudiantes de la escuela. El proceso de enseñanza aprendizaje en los niños y su iniciación dirigida a alguna actividad deportiva debe estar incluida en los planes curriculares de las escuelas, sin embargo se puede ver la deficiencia en los contenidos curriculares del área de Cultura Física los mismo que pueden incurrir en el desarrollo integral evolutivo del niño. La importancia de encontrar nuevas estrategias metodológicas, para ayudar a la mejora de capacidades básicas y la adquisición de nuevas habilidades y destrezas en el niño lo que le permitirá iniciar su interés por la natación, siendo esta una opción para mejorar su calidad de vida del ser humano. La adaptación de diferentes estrategias metodológicas para la enseñanza de nuevos estilos que capture el interés de los estudiantes y al mismo tiempo permita iniciar el proceso de enseñanza acorde a la edad para contribuir al desarrollo integral del mismo en aspectos socio – afectivo, motriz, fundamentado en valores morales y en busca de encontrar la motivación que le permita explotar al máximo las habilidades adquiridas y convertirlas en destrezas. La natación como una habilidad que exige la repetición de movimientos cíclicos, tanto en el aprendizaje como en entrenamiento suele caer en la monotonía siendo este un factor de la pérdida de interés o deserción debido a la no utilización de estrategias metodológicas.

## 1.2. CATEGORÍAS FUNDAMENTALES



## **1.3. MARCO TEÓRICO**

### **1.3.1. Educación**

La educación es el proceso que permite al ser humano adquirir conocimientos de la realidad que le rodea, es la libertad del pensamiento en busca de la perfección y esta cimentado en un comportamiento cualitativo que le permite ser un hombre útil y de gran valor para la sociedad.

**Tomado de (DIAZ, 2014 p. 132) Platón:** *La educación es el proceso que permite al hombre tomar conciencia de la existencia de otra realidad, y más plena, a la que está llamado, de la que procede y hacia la que dirige. Por tanto “La educación es la desalineación, la ciencia es liberación y la filosofía es alumbramiento”.*

**Kant:** *“La educación, según Kant, es un arte cuya pretensión central es la Búsqueda de la perfección humana.”*

**Durkheim:** *“La educación como la acción ejercida por los adultos sobre los jóvenes”.*

**Aristóteles:** *La educación es de carácter algo material y entiende que solo mediante*

Es criterio del investigador que, el proceso educativo es la relación entre docente y educando para mejorar el interaprendizaje, como medio de progreso mutuo, es así que el educador debe ingeniarse para usar herramientas pedagógicas como las estrategias metodológicas para facilitar y mejorar el proceso enseñanza aprendizaje, creando en el estudiante el deseo de aprender siempre algo nuevo.

*Para* (DIAZ, 2014 pp. 23,24) *en su trabajo investigativo determina que:*

***Erich Fromm: “La educación consiste en ayudar al niño a llevar a la realidad lo mejor de él.”***

La educación es la técnica para mejorar la adquisición de aprendizajes cognitivos, que al ser aplicados de forma progresiva y adecuada se obtendrá excelentes resultados.

(DIAZ, 2014 p. 43) ***Piaget: “Es forjar individuos, capaces de una autonomía intelectual y moral y que respeten esa autonomía del prójimo, en virtud precisamente de la regla de la reciprocidad.”***

Es criterio propio que, el ser humano al recibir de forma adecuada un proceso educativo reflejará los resultados óptimos de la enseñanza, el mismo que se convertirá por medio del proceso enseñanza aprendizaje en un ente social, independiente y con la capacidad de tomar decisiones, es así que las personas formadoras de seres humanos deben tomar en cuenta el aprendizaje significativo, para una formación correcta de los educandos.

(DIAZ, 2014 p. 38) ***Coppermann: “La educación es una acción producida según las exigencias de la sociedad, inspiradora y modelo, con el propósito de formar a individuos de acuerdo con su ideal del hombre en sí.”***

Según el razonamiento del investigador varios autores definen que la educación es la muestra del proceso de aprendizaje recibido durante el transcurso de su vida, el mismo que se ve reflejado en personas adultas, es por ello que es importante dejar huellas en los estudiantes por medio de la enseñanza, ya que es el puente de éxito o fracaso en la vida de las futuras generaciones, fomentando en ellos que la educación es la base fundamental para una excelente calidad de vida.

### ***1.3.1.1. La educación en el Ecuador***

En la actualidad la educación en el país está en pleno desarrollo que incentiva a todos las y los ciudadanos adquirir conocimientos, culminar sus estudios y de esta forma mejorar la calidad de vida de cada una de las familias ecuatorianas.

***La educación en el Ecuador está reglamentada por el Ministerio de Educación, dividida en educación fiscal, fisco-misional, municipal, y particular; laica o religiosa, hispana o bilingüe intercultural. La educación pública es laica en todos sus niveles, obligatoria y gratuita hasta el bachillerato o su equivalente.***

***Por otra parte la enseñanza, tiene dos regímenes, costa y sierra. Corresponde desde los 3 hasta los 5 años de edad del niño/a y constituye una parte no obligatoria en la educación ecuatoriana. Se subdivide en dos niveles, el primero engloba al alumnado de 3-4 años; y el segundo, a alumnos de 4-5 años. En muchos casos es considerada como parte de un desarrollo temprano, pero no siempre utilizada no por falta de recursos, sino por ideologías diversas del desarrollo infantil. (DÍAZ, 2014 pág. 45)***

Al pasar el tiempo, la Educación en el Ecuador ha venido mejorando a pasos agigantados, siendo la base fundamental de la sociedad, convirtiéndose en un derecho irrenunciable de todos los ecuatorianos; es así que la Educación es laica y gratuita en todos sus niveles, es por esta razón que hoy en día sin importar la edad de las personas se realiza planes de estudio que les permite acceder a cualquier persona que desee superarse y mejorar su calidad de vida.

### ***1.3.1.2. La educación Básica***

***La Educación General Básica en el Ecuador abarca diez años de estudio, desde primero de Básica hasta completar el décimo año, momento en que los adolescentes están preparados para continuar los estudios de Bachillerato y participar en la vida política-social, conscientes de su rol histórico como***



*ciudadanos ecuatorianos. Este nivel educativo permite que el estudiantado desarrolle capacidades para comunicarse, para interpretar, resolver problemas y para comprender la vida natural y social. La Educación General Básica en el Ecuador abarca diez niveles de estudio, desde primer grado hasta décimo. Las personas que terminan este nivel, serán capaces de continuar los estudios de Bachillerato y participar en la vida política y social, conscientes de su rol histórico como ciudadanos ecuatorianos.* (DÍAZ, 2014 págs. 33, 34)

La Educación General Básica, es estimada en la base del desarrollo integral para el estudiante, ya que durante los primeros 10 años de educación el mismo habiendo superado el desarrollo integral tiene la capacidad de interpretar, comunicarse y resolver problemas del mundo que le rodea, es así que el estudiante podrá incluso participar como ente activo en varias facetas de la vida política y su entorno social en el mundo que le rodea.

#### ***1.3.1.3. La Educación Física***

La educación física se concentra en el movimiento del ser humano mediante ciertos procesos dentro de un contexto físico y social que basa su accionar en la enseñanza y perfeccionamiento de movimientos corporales, forma de manera integral y armónica al ser humano, estimulando positivamente sus capacidades físicas, es la base fundamental de la educación en general, ya que permite el desarrollo integral de los estudiantes, fundamentado en acciones motrices que ejerce todo tipo de actividad para mejorar el proceso enseñanza aprendizaje.

***La actualización y fortalecimiento curricular permite renovar el área. Por esta razón, la Educación Física es considerada como una disciplina fundamental para la educación y formación integral del ser humano, tal y como lo determina la propia Ley del Deporte, Educación Física y Recreación.***

La actualización en diversos campos del docente de Cultura Física, debe ser constante, de esta manera se logra aprendizajes significativos en el educando a

tal punto que facilite la enseñanza a través del uso de estrategias metodológicas innovadoras.

Es precisamente el uso de métodos y técnicas durante el proceso enseñanza aprendizaje que ayuda a la formación, desarrollo motriz del niño, siendo la base fundamental para su maduración integral, de esta manera desarrollar en el estudiante las capacidades básicas, habilidades y destrezas que sirven para lograr los objetivos propuestos en el aprendizaje de los procesos de enseñanza y con la aplicación de las estrategias metodológicas que mantengan el interés del estudiante en una actividad con el propósito de mejorar la calidad de vida y la motricidad del mismo.

### **1.3.2. Proceso enseñanza aprendizaje**

El proceso enseñanza aprendizaje, es el conjunto de conocimientos que le permite al maestro plasmar en el estudiante la capacidad de aprehender del conocimiento, mismo que sirve para que el estudiante se desarrolle de la mejor manera en el mundo que le rodea y su realidad.

*“El proceso enseñanza aprendizaje es el conjunto de procedimientos didácticos expresados por sus métodos y técnicas de enseñanza tendientes a llevar a un buen término la acción didáctica, lo cual significa alcanzar los objetivos y por consiguiente, los de la educación con un mínimo de esfuerzos y el máximo de rendimiento.”* (DANSEROUN, 1978 p. 67)

El proceso de enseñanza aprendizaje está caracterizado por los conocimientos impartidos de forma sistemática, gradual y progresiva que conduzca al estudiante a la autoformación, a pensar y actuar diferente que otros lo que determinará la autonomía de tal manera que el aspecto intelectual será el reflejo del trabajo físico y motriz lo que termina, siendo la base fundamental del desarrollo completo del estudiante.

### **1.3.2.1. Enseñanza**

La enseñanza consiste básicamente, en el conjunto de trasfiguraciones de todos los esquemas básicos que se someten a diversos cambios paulatinos en orden ascendente y continuo en relación al desarrollo dinámico, donde interviene la actividad cognitiva del niño, para lo que será necesaria la guía para facilitar el trabajo docente de forma concreta.

*La esencia de la enseñanza está en la transmisión de información mediante la comunicación directa o apoyada en la utilización de medios auxiliares, de mayor o menor grado de complejidad y costo. Tiene como objetivo lograr que en los individuos quede, como huella de tales acciones combinadas, un reflejo de la realidad objetiva de su mundo circundante que, en forma de conocimiento del mismo, habilidades y capacidades, lo faculten y por lo tanto, le permitan enfrentar situaciones nuevas de manera adaptativa, de apropiación y creadora de la situación particular aparecida en su entorno.* (DANSEROUN, 1978 p. 19)

La enseñanza es considerada como el peldaño de progreso de la sociedad, ya que es el impulsor del desarrollo progresivo y la realimentación que permite vigorizar y enriquecer al ser humano de conocimientos, adquiriendo un poderoso empoderamiento del conocimiento en busca de logro propio y colectivo para cumplir los objetivos educativos propuestos en relación a la transformación de las diversas características psicológicas, cognitivas.

**Tomado** de la tesis UTC de (COFRE, et al., 2013) *La enseñanza tiene un vínculo inseparable de la educación y por ende de la actividad física en relación al desarrollo integral, siendo esta la base fundamental para el desarrollo personal en otro aspecto; es decir la práctica de los diversos deportes ayuda al desarrollo en su totalidad al ser humano ya que le permite ver la vida de varios aspectos.*

Es así que la Cultura Física y la enseñanza persigue objetivos formativos que le permiten al estudiante disfrutar de la transformación del proceso armónico, progresivo y secuencial que le permite al niño mejorar su desarrollo integral.

### ***1.3.2.2 Planificación***

La planificación de enseñanza, son características de los distintos niveles o etapas que conforman un plan que busca el inicio del interaprendizaje, donde se distribuye las actividades a realizarse en una determinada cantidad de tiempo. Esta consiste en elaborar un plan sistemático que dirija y encauce el proceso de aprendizaje con el fin de mejorar la técnica, las habilidades y destrezas.

*La planificación anual se basa en el proceso de organización cíclica acerca de la adquisición de habilidades y destrezas para realizar de forma correcta un deporte, el cual consiste en dividir el año en períodos y etapas con metas y objetivos precisos. Los criterios de acuerdo a los que se realiza dicha división responden a tres niveles estructurales: macrociclos, mesociclos y microciclos, “fases” con una duración, que permitan alcanzar los objetivos planteados.*  
(Cevallos, Janeth, 2012)

Es por esto que la planificación direccionada a la enseñanza, tiene como propósito cumplir con los objetivos planteados y se subdivide el tiempo en el cual se va a ejecutar, el proceso de aprendizaje del estilo pecho en la natación, misma que distribuirá los ejercicios planteados en una cantidad de tiempo hasta lograr el objetivo que es la ejecución del estilo braza completo.

### ***1.3.2.3 Macro Planificación***

La planificación de enseñanza, es el proceso de orientación racional y sistemática de actividades y procesos a desarrollar asignando adecuadamente los recursos existentes para lograr los objetivos educativos.

*La duración del macrociclo en el proceso enseñanza aprendizaje permite desarrollar en el estudiante el proceso de las fases de determinada actividad física, el tiempo que puede tener una macro planificación la puede ser, semestral o anual. La misma que se distribuye en tres períodos, el de adaptación, el técnico y mecánica motriz permanente, estas etapas tienen el propósito de desarrollar el proceso enseñanza aprendizaje con resultados significativos que influyan en el aspecto cognitivo para lograr que la capacidad motriz, habilidades y destrezas sean de forma permanente.* (Cevallos, Janeth, 2012)

La macro planificación del proceso enseñanza aprendizaje, es la totalidad del tiempo que va a invertir el docente para enseñar una determinada habilidad motriz considerada en etapas. El proceso enseñanza aprendizaje está distribuido en un término de meses, que para dar cumplimiento a cada una de las fases de enseñanza y cumplir con los objetivos planteados en la guía de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho se distribuirá el trabajo o ejercicios de forma gradual y progresiva desde lo más sencillo a lo complejo acorde a lo planteado en la Guía.

#### ***1.3.2.4. Planificación Meso***

La meso planificación del proceso enseñanza aprendizaje, es una parte de la cantidad del tiempo general, es decir que se tomará el trabajo a realizarse durante un mes y se estima que dentro de cada mesociclo estará estimados los microciclos de enseñanza o planes de clase.

*Los mesociclos o ciclos medios son estructuras de organización de la enseñanza que se va a impartir estos suelen tener una duración de un mes. El número de microciclos que incluyen lo determinan los objetivos perseguidos y las tareas que deben cumplirse. Se clasifican en los siguientes tipos: mesociclos de iniciación de enseñanza y de desarrollo técnico. Los primeros están enfocados a crear una base de adaptación y sería la preparación inicial para*

***conseguir la adquisición de la mecánica de los movimientos y la de desarrollo técnico persigue el perfeccionamiento del estilo.*** (Cevallos, Janeth, 2012)

La presente investigación, durante el primer mes de trabajo se intenta adaptar al estudiante, el proceso enseñanza aprendizaje del estilo pecho a través del uso de las estrategias metodológicas propuestas. En cambio el segundo mes vendrá a ser el proceso de ejercicios de trabajo técnico, para que el estudiante empiece a adaptar movimientos y perfeccionamientos técnicos que le permitan nadar perfectamente el estilo pecho, cumpliendo así el objetivo de la guía.

#### ***1.3.2.5. Planificación Micro***

Las micro planificaciones, son períodos semanales en los que están estimados los planes de clase y cada uno de estos persigue un objetivo específico, es decir que cada una de las horas clase estarán previamente planificadas con ejercicios que se ejecutaran en una cantidad de tiempo específica, la misma que servirá para organizar el tiempo y los ejercicios hasta cumplir con los objetivos planteados.

***La micro planificación educativa es la sesión diaria o plan de clase de cuarenta minutos, donde se realiza una organización planificada tomando en cuenta el tiempo que se estimara la práctica de cada una de las actividades, esta consta de la parte inicial que comprenderá la organización de la clase, el calentamiento general y específico, la senda parte comprenderá la parte principal , donde se estima los ejercicios planteados para el trabajo de la hora clase, y la tercera parte que comprende la vuelta a la calma en esta fase están comprendidos los ejercicios de estiramiento y relajación a esta se le aumentara las indicaciones generales).***

En este caso serán una a una las sesiones de enseñanza, donde se aplicarán los ejercicios propuestos en la guía y cada una de las sesiones tendrán su plan de clase para la correcta utilización del tiempo, así de esta manera se conseguirá cumplir con el objetivo educativo de la hora clase.

La correcta distribución del tiempo ayudara a mejorar de forma secuencial, dosificada y progresiva del estilo pecho que permita resultados significativos para conseguir el buen uso de las estrategias metodológicas planteadas en la presente investigación.

### **1.3.5. El deporte**

El deporte, es la actividad física que realiza una persona en completa libertad ya sea en busca de metas deportivas o simple recreación, la práctica del deporte se encuentra en pleno auge, donde interviene el aspecto físico, motriz y emocional; que puesto en práctica influye tanto en el ámbito social, cultural, volitivo y deportivo del ser humano, es altamente estructurado, con metas definidas y gobernada por reglas, la misma que posee un alto nivel de compromiso, esfuerzo con sí mismo o involucra la competición con otros, pero que también posee algunas características del juego durante el proceso enseñanza aprendizaje.

Tomado de García Ferrando (1990: 29 pág. 77), *el deporte abarca las distintas manifestaciones en diversos órdenes de nuestra sociedad, de manera que en los últimos años se habla de la industria deportiva como grupo diferenciado que ofrece actividades de distracción, entretenimiento, espectáculo, educación, pasatiempo y, en general, bienes y servicios relacionados con el ocio y la actividad física, competitiva y recreativa.*

(Academia, et al., 1992) El Diccionario de la Lengua Española de la Real Academia Española (1992:482), *manifiesta que el término deporte significa “recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre”. Mientras que en su segundo significado hace referencia a la “actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas”.*

Se puede comprobar que, el término deporte se caracteriza por los siguientes aspectos: actividad física, mental, reglas o normas, competición, diversión, juego,

etc. Todos estos aspectos nos van a facilitar un primer acercamiento al desarrollo del proceso enseñanza aprendizaje que se dará por iniciado a través de la actividad de recreación para con el pasar del tiempo convertirse en práctica deportiva acorde al gusto de quien lo practica.

A continuación distintas concepciones del término deporte propuestas por diferentes autores:

(CONDE, Pérez, 1990) *Para Coubertin (1960), citado por Hernández Moreno (1994:14), restaurador de las Juegos Olímpicos Modernos en 1896, el deporte es “culto voluntario y habitual del intenso ejercicio muscular, apoyado en el deseo de progresar y que puede llegar hasta el riesgo”*. Según José María Cagigal (1985, *Ponencia que iba a exponer en Italia, adonde se dirigía cuando tuvo el fatal accidente*), *“Deporte es aquella competición organizada que va desde el gran espectáculo hasta la competición de nivel modesto; también es cada tipo de actividad física realizada con el deseo de compararse, de superar a otros o a sí mismos, o realizada en general con aspectos de expresión, lúdicos, gratificadores, a pesar del esfuerzo”*.

Según el criterio del tesista, el deporte es la actividad que se caracteriza por ser organizada, planificada donde le permite al ser humano educarse para realizar una actividad en específico de forma ordenada, planificada y que persigue el cumplimiento de objetivos educativos.

Según Sánchez Bañuelos (1992). *Al definir el término deporte, nos dice que este está relacionado con “toda actividad física, que el individuo asume como esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación de metas, compromiso que en un principio no es necesario que se establezca más que con uno mismo”*.

Según criterio personal, las actividades físicas son consideradas como deporte no solo se lo hace con la intención de divertirse sino que se logra mejorar la calidad



de vida del ser humano, al mismo tiempo que permite tener proyecciones deportivas a futuro y conseguir resultados positivos.

Siguiendo las características del deporte expuesta por Hernández Moreno, Castejón (2004a) *nos dice que el deporte “es un juego reglado, pues tiene esas características que lo detallan: parte como juego, hay actividad física, competición y tiene una serie de reglas para los participantes. Todos estos elementos se interrelacionan”*.

Es así que el deporte debe tener sus reglas que permitan mantener el orden y enmarcarse al objetivo al que va proyectada, es por este motivo que el deporte está estrechamente relacionado con la recreación y el disfrute del tiempo libre. Según (Carta Europea del Deporte, 1992) *define al deporte como “todas las formas de actividades que, a través de una participación, organizada o no, tienen como objetivo la expresión o la mejora de la condición física o psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales y la obtención de resultados en competición de todos los niveles”*.

Es criterio del investigador, que el deporte es toda actividad física organizada donde las personas aportan al desarrollo de determinada disciplina deportiva que tenga como objetivo la participación conjunta, de manera voluntaria que le permita aprovechar sus habilidades, destrezas y sobre todo ampliar sus capacidades individuales para lograr ser un ente competitivo con referencia deportiva.

Siendo a tal punto que esta actividad física sea interpretada como un compromiso primero propio y luego como un compromiso de metas y logros tanto deportivos como personales grupales e individuales, el deporte es una actividad física en constante cambio histórico y de varias nociones conceptuales y tiene referencia a las determinadas disciplinas deportivas.

### ***1.3.5.1. La Natación***

Es uno de los deportes más hermosos y estéticos considerado como el deporte más completo, es así que define a la natación como el arte o habilidad de trasladarse sobre el agua de un lugar hacia otro utilizando los brazos y las piernas.

Según (LOPEZ, 2012 pp. 271, 272). ***La Natación es el movimiento y/o desplazamiento a través del agua mediante el uso de las extremidades corporales y por lo general sin utilizar ningún instrumento artificial.***

Es criterio del investigador, que la natación es una actividad que puede ser útil dentro de los procesos enseñanza aprendizaje en las instituciones educativas con un alto valor recreativo. Sus usos principales son: el baño, buceo, pesca submarina, salvamento acuático, actividad lúdica, ejercicio y deporte. Como ejercicio y actividad lúdica. Los propósitos más comunes de la natación son la recreación, el ejercicio y el entrenamiento atlético y deportivo.

La natación dentro del ámbito educativo - formativo es la mejor forma de hacer que los estudiantes lo disfruten, como medio de desarrollo de habilidades y destrezas, mismas que le permitirán mejorar sus capacidades básicas.

La natación es un arte, que atrae el interés científico como herramienta de ejercicios de rehabilitación después de lesiones o para personas con discapacidad. De esta manera se puede relacionar a la natación como uno de los mejores procesos de interaprendizaje para el niño, ya que puede desarrollar en el estudiante sus capacidades básicas e incrementarlas transformándose con el tiempo en habilidades y destrezas que son de vital importancia para el ser humano para desenvolverse en el mundo que le rodea.

Así se puede entender, que la práctica correcta de la natación no solo es utilizada como un medio de desarrollo motriz sino que también le ayuda en gran manera al niño a superar miedos a desarrollar la adquisición de valores educativos como;

morales, éticos, sociales y vista desde el ámbito psicológico, la natación permitirá mejorar el comportamiento, la autoestima, la resolución rápida de problemas, la interrelación personal, etc. En el aspecto fisiológico donde el estudiante va a sentir confort, se liberará de tensiones y logrará mantener una mejor calidad de vida.

Según el (Ministerio del Deporte "Ejercitate Ecuador", 2012) *el ente regulador de la actividad masiva en el país expresa que la población en general deberá realizar actividad física durante 30 minutos diarios, sin embargo en la Escuela Isidro Ayora la práctica se reduce a dos horas clase de 40 minutos que sería menos del 25% del tiempo que sugiere el Ministerio del Deporte, siendo este uno de los factores de la inactividad física y dando como resultado el sedentarismo infantil.*

Es por esta razón, que la actual administración gubernamental pone a la actividad física como una base fundamental de la sociedad ecuatoriana para el mejoramiento de la calidad de vida, la prevención de enfermedades, la eliminación del estrés y sobre todo la masificación deportiva.

#### ***1.3.5.2. Historia de la Natación***

Según (WYNNMANN, 1538, pág. 134, 135) *La Natación es muy antigua y se remontan a la Edad de Piedra hace 7.000 años esto se sabe por pinturas encontradas. Algunas de las referencias más tempranas incluyen la Epopeya de Gilgamesh, la Ilíada, la Odisea, la Biblia, Beowulf, y otras sagas. En 1538, Nicolau Wynmann, un profesor alemán de idiomas, escribió el primer libro de natación, El nadador o un diálogo sobre el arte de la natación ("Der Schwimmer oder ein Zweigespräch über die Schwimmkunst"). La natación competitiva en Europa comenzó alrededor del año 1800, principalmente con la técnica de la braza. En 1873, John Arthur Trudgen presentó el estilo trudgen a las competiciones de natación de Occidente, después de copiar el estilo crol utilizado por los nativos americanos. Debido a la indiferencia*

*británica para las salpicaduras, Trudgen empleó una patada de tijera en lugar de la patada de estilo crol y la más conocida la mariposa.*

Cabe recalcar que la importancia y la evolución de la natación a través de los años, se ha visto como una de las fuentes de desarrollo integral, motriz, pedagógico, psicológico, etc. Para el ser humano no solo como parte del proceso de enseñanza – aprendizaje, sino como la técnica más adecuada de lograr su evolución en el aspecto deportivo buscando nuevas tendencias y estrategias metodológicas para el aprendizaje significativo de la natación. Es de gran ayuda para las personas en su correcto desenvolvimiento en el mundo que le rodea ya que la práctica de actividades físicas repercute en el desarrollo de aptitudes mejorando las relaciones personales.

Según (Cevallos, Janeth, 2012pag.12,13,14), *manifiesta que la natación como una ocupación.-Así como todo tipo de actividades la natación requiere personas expertas o preparadas en varios campos de manera que la natación se determina como una fuente de trabajo e ingresos económicos para muchas personas ya sea como entrenadores de natación, buceadores, pescadores, salvavidas en playas o piscinas.*

La natación, es una actividad que requiere de una preparación especial, ya que el docente debe actualizar sus conocimientos, mantener un buen estado físico. En el aspecto más especializado la natación es utilizada para investigaciones de biología marina y su mundo animal en su propio hábitat. En el aspecto militar es la base fundamental para las fuerzas especiales, marina, policía, bomberos, etc.

Según (Jimeno, margarita y Ángeles Soler, 2011, pag.19) *La natación como juego y ejercicio.- Son aspectos importantes donde el ser humano puede explayarse en su ejecución la mayoría de veces no tienen reglas y le permite sentirse relajado, feliz y poder compartirlo con personas con las cuales se siente bien.*

Según (Jimeno, margarita y Angeles Soler, 2011) ***“La natación como Juego.- La natación es también muy acogida para divertirse y liberar tensiones que están presentes en las actividades diarias, es muy recreativa y le permite a los niños desarrollar sus habilidades a través de juegos acuáticos.”***

Cuando el niño participa del proceso enseñanza aprendizaje desde tempranas edades, la natación se adapta con mayor facilidad y sirve como terapia de comportamiento, resolución de problemas, independencia, acelera el proceso de desarrollo cognitivo, motriz y le ayuda a desenvolverse de mejor manera en el mundo que le rodea, es por ello que el deporte es la mejor actividad que le sirve al ser humano para desarrollarse como un ser socialmente activo, mejora su calidad de vida en todas las facetas de su vida y a través de la práctica de la natación se torna en el medio más completo para recuperarse de tensiones, presiones de la vida diaria y desarrollar las habilidades, destrezas y potencialidades del niño en pleno desarrollo.

Según (Diario La Gaceta, 2010) ***La natación como ejercicio.-“Es una buena técnica de iniciar los procesos enseñanza aprendizaje y lograr direccionarlos al ámbito educativo; ya que le permite el desarrollo de las capacidades básicas como la fuerza, resistencia, velocidad, equilibrio, flexibilidad y lograr mantenerlas es fundamental.”***

La natación permite, trabajar todos los músculos del cuerpo, ayuda a mejorar el funcionamiento del sistema cardiovascular, respiratorio como en el intercambio gaseoso y la liberación de toxinas, el sistema endocrino, mejora el sistema óseo regenerando la salud de los huesos y optimizando la lubricación de las articulaciones y su movilidad; ayudando a aminorar el impacto del tiempo y su desgaste natural. Se utiliza también la natación como medio terapéutico para la rehabilitación de lesiones, los niños con síndrome de Down pueden iniciar la terapia de adquisición de capacidades básicas, mejorarlas y convertirlas en habilidades y destrezas.

En el caso de los adultos mayores, la natación al igual que a los niños ayuda a recuperar aquella capacidad casi nula y optimizar su calidad de vida, por su valor aeróbico el mismo que tanto para el adulto mayor o para cualquier persona que lo realiza se convierta en una excelente manera de ejercitar de forma relajada para el disfrute de la tranquilidad.

Según (Jimeno, margarita y Ángeles Soler, 2011) *La natación como ocio.- “Como actividad de ocio y por ser un ejercicio aeróbico le permite a las personas realizar todo tipo de actividades por olvidar la tensión del mundo que les rodea”.*

Es aquí donde la natación está estrechamente relacionada con el descanso total o parcial del mismo, de manera que las personas pueden recibir el sol, caminar en el agua, bucear como parte de relajación etc.

Manifiesta (Jimeno, margarita y Angeles Soler, 2011) *La natación como estética.- A la persona que práctica natación esta actividad le permite corregir su postura al mismo tiempo que la mejora y le permite desarrollar una apariencia física perfecta donde con la práctica de una hora diaria constante logra quemar 1700 calorías, sus piernas se tornean adquiriendo firmeza, disminuye en un 80% la celulitis, le permite bajar de peso y optimar la masa muscular haciendo en las damas cuerpos verdaderamente firmes y con un buen entrenamiento una figura esbelta.*

Según (LOPEZ, 2012) *“La natación como deporte de competición es un deporte al igual que otros que se realiza ya sea de forma individual o en grupos los mismo que pueden ejecutar los cuatro estilos cumpliendo un orden determinado que se determina como prueba de relevos donde participan cuatro nadadores.”*

Es por esta razón, que la natación es considerada como una técnica para mejorar el aspecto físico de las personas, sirve también como un deporte para el fortalecimiento y embellecimiento corporal.

Según (LOPEZ, 2012) *“La natación es un deporte al igual que otros que se realiza ya sea de forma individual o en grupos.”*

Es por ello que en todas las competencias empiezan desde el ámbito educativo, en competencias interescolares las mismas que serán determinantes para que el estudiante empiece a sentir el agrado de realizar una actividad física. La natación es un deporte muy competitivo donde el deportista se esmera por conseguir resultados competitivos que ayuden a aminorar tiempos y marcas en relación a otros; desarrollando así la capacidad de fortalecer su cuerpo y mejorar su velocidad, resistencia y estilo en las diversas pruebas donde implica el esfuerzo y la propulsión de su mismo cuerpo.

#### ***1.3.5.3. Estilos de la natación***

Según la (Federation Internationale de Natation Amateur, 2012) Manifiesta que *en cuanto a las categorías se distinguen 5, con sus correspondientes modalidades:*

- ***Natación:***

**Libre:** 50, 100, 200, 400, 800 y 1.500 metros individual; 4 x 100 y 4x200 metros relevos.

**Espalda:** 50, 100, 200 metros individual. **Braza:** 50, 100, 200 metros individual.

**Mariposa:** 50, 100, 200 metros individual.

**Estilos:** 200 y 400 metros individual y 4x100 metros relevos.

- ***Saltos:***

**Trampolín:** 1 y 3 metros individual, 3 metros sincronizado.

**Plataforma:** 10 metros individual y 10 metros sincronizado.

**Waterpolo:** Por eliminatorias hasta llegar a las finales.

- **Natación sincronizada:**

Sólo.

Dúo. Equipo.

Rutina libre combinada.

Es criterio del tesista que todo docente de Cultura Física, este siempre actualizando sus conocimientos aplicando siempre el sentido común ya que la importancia de su preparación es fundamental y de esta manera no ser impresionado al encontrarse con estudiantes que están investigando acerca de este arte.

El presente trabajo investigativo tendrá como mayor objetivo, mejorar el proceso educativo con la aplicación de estrategias metodológicas, para que completen las etapas de aprendizaje en el estilo pecho como parte de la enseñanza de la natación, a tal punto que eviten los frecuentes errores que no permitan que el estudiante tenga una correcta técnica en el nado del estilo pecho o braza.

Es así que los primeros ejercicios para el aprendizaje del estilo pecho, se realizarán ejercicios fuera del agua para la mecanización de movimientos, y también se realizará en el filo de la piscina con la ayuda de la pared, luego con la ayuda de material de flotación.

Para la ejecución de cualquiera de estas pruebas, el deportista debe tener una buena alimentación, hidratación adecuada y el entrenamiento exigente, los mismos que le permiten optimizar la calidad de trabajo, rendimiento deportivo y la mejora de tiempos, siendo un beneficio en el ámbito deportivo.

A esto se le suma el perfeccionamiento de varias características como los saltos, las salidas, vueltas o giros olímpicos los cuales son determinantes en la competencia. Es así que el docente debe utilizar estrategias metodológicas simples, concretas y que le permitan al educando comprender su ejecución, la diversión será la base fundamental de este proceso.



De tal manera que los estudiantes no caigan presos de la monotonía del aprendizaje, por esta razón la importancia de encontrar caminos joviales, relajados pero a su vez la técnica debe cumplir con características fundamentales como la estética y perfección en el nado.

#### ***1.3.5.4. Aprendizaje del estilo pecho o braza en la natación***

(Estilo braza, 2005) *En este estilo, el nadador flota boca abajo, con los brazos apuntando al frente, las palmas vueltas, y ejecuta la siguiente secuencia de movimientos horizontales: se abren los brazos hacia atrás hasta quedar en línea con los hombros, siempre encima o debajo de la superficie del agua. Se encogen las piernas para aproximarlas al cuerpo, con las rodillas y los dedos de los pies hacia afuera, y luego se estiran con un impulso al tiempo que los brazos vuelven al punto de partida, momento en el cual comienza de nuevo todo el ciclo. El nadador exhala debajo del agua. Pág. 163*

Es criterio propio que en el caso del estilo pecho, los brazos se moverán de forma horizontal no vertical con las palmas de las manos hacia arriba y cerradas, salen en dirección de la frente del nadador cuando él se encuentra en sumersión, y en la máxima extensión de los brazos gira la posición de las manos en dirección de las yemas hacia abajo y con los codos apegados a la cintura en la parte lateral del cuerpo al punto de que estos permanezcan dentro del agua hace un movimiento circular con las manos y vuelve a realizar el movimiento hacia adelante pero sale desde la altura del tórax, es por esta razón que se denomina estilo pecho porque inicia y termina allí.

Las brazadas deben ser laterales, no verticales. El estilo braza, o de rana, es así denominado porque recuerda al movimiento natatorio de las ranas utilizado para la natación recreativa. Los competidores regulan con precisión las brazadas, respetando los patrones de movimiento para mejorar su rendimiento durante la competición. El estilo braza es el más lento de los estilos de competición.

Existe una estrecha relación entre el estilo pecho con el estilo crol, de tal manera que el nadador tendrá una excelente habilidad en el estilo libre o crol.

La mecánica de la técnica es compleja por ser un movimiento antinatural para el ser humano y hasta adaptarlo a la práctica se tornará un poco complicado pero nada fuera de lo que puede esperar, es por esta razón que el aprendizaje de un nuevo estilo se lo realizará de forma progresiva, es así que para el proceso de Interaprendizaje se empezará con la repetición de ejercicios tanto dentro y fuera del agua, posterior a esta acción con la ayuda material de flotación, así el estudiante relacionará la mecánica de los movimientos.

*Según* (efdeportes.com/ilafit/aft.Cevallos,Janeth,2012) ***Los fundamentos del estilo Pecho:***

***En la natación tiene 5 partes básicas y necesarias para su ejecución las cuales deben ser desarrolladas de manera progresiva para lograr que el aprendizaje sea significativo, entre estos tenemos***

- *La flotación*
- *La respiración*
- *La sumersión*
- *La locomoción*
- *Los saltos*

En este caso la natación se va desarrollando desde lo básico a lo complejo, pero no es un patrón a seguir ya que la mayoría de entrenadores y profesionales del deporte lo pueden realizar de la manera que creyeren conveniente es así que todo dependerá de las estrategias metodológicas que se pongan en práctica, a tal punto que el ser humano tiende a adaptarse a cualquier lugar, situación, o tipo de aprendizaje.

***PATADA ESTILO PECHO La patada estilo pecho produce más fuerza hidrodinámica que cualquier otro estilo.***

***Por ello se analiza en 3 partes:***

- 1. Movimiento hacia fuera*
- 2. Movimiento hacia adentro*
- 3. Movimiento de recuperación*

Es criterio del investigador que la patada del estilo pecho, permite el desplazamiento en su máxima velocidad cuando está totalmente estirada y el cuerpo de forma vertical y permite un buen deslizamiento; es así que este estilo a pesar de ser lento si la técnica es la correcta se encontrará la manera de nadar más rápido.

(Estilo braza, 2005) **1. MOVIMIENTO HACIA FUERA:**

***Cuando se recuperan las piernas, el ángulo de la horcajadura es entre 60° a 80°. Este movimiento se inicia cuando el talón va hacia fuera, tomando las rodillas como punto de apoyo, hasta que las piernas queden totalmente rectas y como con las plantas del pie se da fuerte la parada se produce efecto hidrodinámico.***

Es por esta razón que el nadador realiza estos movimientos hacia afuera la punta de los pies, es hacia los lados en forma perpendicularmente, la planta del pie hacia arriba y el talón llega a hacer contacto con los glúteos, el movimiento será cíclico, hacia afuera pero de abajo hacia arriba, juntos el mismo período de tiempo. Este movimiento retrata la patada de las ranas.

(WYNNMANN, 1538) **MOVIMIENTO HACIA ADENTRO:**

***El movimiento se inicia con la posición de las piernas rectas y separadas, ya que éstas se moverán hacia dentro hasta quedar juntas; en este momento la parte***

*interna de las piernas también produce efecto hidrodinámico, pero si el movimiento se hace con velocidad máxima se puede producir mayor efecto hidrodinámico.*

Es aquí donde el nadador logra poner su cuerpo en posición recta, al punto que sus piernas se quedan juntas y el deslizamiento hidrodinámico le permite nadar con mayor rapidez y el deportista ganar ventaja, ahorrar energía y deslizarse con mayor facilidad siendo la técnica la variante que influye en las actividades acuáticas y tiene como propósito llegar a realizar el estilo pecho como actividad de alto rendimiento.

(efdeportes.com/ilafit/aft. Cevallos, Janeth, 2012) **ESTILO SINCRONIZADO**  
*Antes de terminar la recuperación de la brazada, las piernas tienen que estar en su máxima recuperación, luego hasta empujar hacia atrás para quedar rectas, misma posición (recta) que los brazos mantienen para terminar el movimiento.*

*Antes de terminar el movimiento hacia dentro en la brazada la recuperación de la patada, esto es la sincronización natural del estilo.*

(efdeportes.com/ilafit/aft. Cevallos, Janeth, 2012) **MOVIMIENTO DE RECUPERACIÓN:** *Al terminar el pateo las piernas están rectas, preciso instante en que la recuperación se inicia flexionando un poco las rodillas, pero fijando su posición, y llevando los talones juntos a los glúteos.*

### **1.3.6. Estrategias**

*“Son procedimiento que pueden incluir varias técnicas, operaciones o actividades específicas y que persiguen un propósito determinado con una valoración correcta de las alternativas de comportamiento posible y establecen reglas de dirección racional. El aprendizaje y la solución de problemas.*

*“Expresa (MUÑOS, Bertha, LONDOÑO, María, 2011).*

Es por ello que la aplicación de estrategias metodológicas, le permiten al ser humano realizar actividades específicas para conseguir resultados óptimos en el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje, es así que el docente de la carrera de Cultura Física debe estar preparado tanto física como técnicamente para poder enseñar de forma objetiva y aplicar las estrategias metodológicas y lograr conseguir en el estudiante un aprendizaje significativo y permanente.

Esto les ayuda a mantener su interés en la práctica de actividades físicas que le permitan el mejoramiento en el aspecto físico, fisiológico y psicológico proporcionándole gran cantidad de valores éticos y morales que le servirán en su desenvolvimiento social.

#### ***1.3.6.1. Metodologías***

La metodología son procesos educativos que permiten al maestro lograr expresar el objetivo educativo e intentar alcanzarlos de forma satisfactoria y de esta manera facilitar el proceso pedagógico y mejorar el interaprendizaje a través de métodos y técnicas.

***“La metodología es el conjunto de procedimientos didácticos expresados por sus métodos y técnicas de enseñanza tendientes a llevar a un buen término la acción didáctica, lo cual significa alcanzar los objetivos y, por consiguiente, los de la educación con un mínimo de esfuerzos y el máximo de rendimiento. “Manifiesta (MUÑOS, Bertha, LONDOÑO, María, 2011).***

Los diversos tipos de procesos de enseñanza, deben ser conocimientos que conduzcan al estudiante a la autoformación, a pensar y actuar diferente a otros, desarrollando la autonomía en el aspecto intelectual misma que se verá reflejado durante la ejecución de tareas tanto físicas como cognitivas.

### ***1.3.6.2. Estrategias metodológicas***

Las estrategias metodológicas son consideradas herramientas pedagógicas como métodos, técnicas o procesos utilizados para vencer las diferentes adversidades que se presentan durante el proceso de enseñanza aprendizaje esta servirá para facilitar la labor docente, a y lograr el cumplimiento de objetivos educativos.

Según (DANSEROUN, 1978; pág. 89) ***manifiesta que las estrategias metodológicas son el “Conjunto de procesos que facilitan la adquisición, almacenamiento y utilización de la información. Distingue estrategias primarias como comprensión, retención, recuperación; y estrategias de apoyo que tratan de establecer metas y temporalización como concentración, control y evaluación.”***

De modo que el proceso enseñanza aprendizaje, actualmente se caracteriza por la buena y correcta utilización de estrategias metodológicas que permiten resultados óptimos, evitando así los errores que puede acarrear las deficiencias en la aplicación de estrategias; durante la clase de Cultura Física se puede determinar la mejora de capacidades básicas, habilidades y destrezas.

En los docentes al aplicar las estrategias metodológicas durante el proceso enseñanza aprendizaje verán que los resultados son concretos, confiables y a largo plazo con un aprendizaje significativo que servirá para mejorar en su totalidad la manera de impartir la enseñanza.

***Según (SUAREZ, Ruben y MIRKIN, Ana, 2011 pág. 67 -69) en su Enciclopedia Característica Del Proceso Metodológico De La Enseñanza De La Natación, manifiestan que las Estrategias metodológicas propias de la natación:***

***Son indicaciones metodológicas a través de diferentes estrategias que determinan detalles técnicos a los cuales se les debe prestar atención para el***

*mejoramiento del aprendizaje, las estrategias de enseñanza más utilizadas en el aspecto técnico son:*

- **Práctico.-** esta estrategia metodológica es aquella que le permite al deportista realizar repeticiones de ejercicios técnicos hasta lograr su completa y perfecta ejecución.
- **Demostrativo.-** es aquella estrategia que el facilitador o maestro demuestra el ejercicio mientras que el estudiante lo observa atentamente para intentarlo después.
- **Explicativo.-** está caracterizada por la explicación tanto teórica, científica y técnica donde intentara que el deportista capte la idea a esto le puede acompañar videos acerca del ejercicio a ejecutar de determinado estilo o solamente la explicación.
- **Global fragmentado.-** es aquel que permite al profesor fragmentar el ejercicio, realiza el ejercicio por partes es así que en el caso de la brazada del estilo pecho se realiza por partes: posición de las manos, el agarre, el tirón, el impulso esto a través de ejercicios que permita ir paso a paso hasta lograr su total ejecución.
- **Ayuda directa.-** en este caso es con la ayuda asistida por parte del docente dentro y fuera de agua, al realizar el ejercicio o movimiento directo en el cuerpo del estudiante es decir al momento de la mecanización de la patada del estilo pecho el profesor será el que le asista en la ejecución del mismo.
- **Estimulo mecánico.-** este se realiza al práctica de manera constate un movimiento al punto que a base de repeticiones logramos estimular el perfeccionamiento.
- **Ideomotor.-** en esta estrategia lo que hacemos es trabajar con el aspecto cognitivo observa y recrea en su mente la ejecución del ejercicio y aprende; es así que el estudiante puede aprender viendo videos de natación y tener la idea de cómo hacerlo.

## **CAPÍTULO II**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

#### **2.1. CARACTERIZACIÓN DEL OBJETO DE ESTUDIO O ANTECEDENTES DE LA INSTITUCIÓN**

El presente trabajo investigativo está dirigido a la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora”, ubicada en centro sur de la ciudad de Latacunga en la calle Quijano y Ordoñez entre la calle Tarqui y Hermanas Páez, fundada el 10 de Enero de 1934, gracias al pedido del Director del Ministerio de Educación de Cotopaxi Sr. Leonardo Pasquel solicitando la creación de una Escuela Fiscal de Varones aprovechando las 5 creaciones señaladas por el presupuesto del estado y en el principio sería llamada Escuela Venezuela y 79, estará ubicada en el sur de la ciudad, obteniendo la aprobación ministerial y siendo designado personal docente para la misma los mismos que inician sus labores el 1º de febrero de 1934 con 82 estudiantes y la asistencia de 70.

El 12 de Octubre de 1935 se crea la Escuela Municipal de Instrucción Primaria con el nombre de “Isidro Ayora” la misma que funcionaría en el centro de la ciudad; con seis grados y con el siguiente personal 1 Director, 5 profesores y 1 conserje durante el periodo 1938-1939. El 20 de octubre de 1958 y después de permanecer en la casa de la Sra. Margarita Toledo en un local arrendado por el sector de San Agustín, le hacen la entrega del edificio en la que funcionaba la Escuela Once de Noviembre en la calle Tarqui y Sánchez de Orellana, es así que desde 1935 hasta el 31 de julio de 1971 tenía carácter Municipal y a partir de Agosto del mismo año se decreta la fiscalización, desde 1935 hasta la presente fecha el cuerpo docente de la institución ha ido creciendo.



Al mismo tiempo el número de estudiantes, convirtiéndose en una de las mejores instituciones educativas de alto prestigio y centenaria.

En la actualidad la escuela oferta académicamente desde el primer año de Educación General Básica hasta noveno de Educación General Básica los mismos que constan de seis paralelos por año de Educación Básica y durante el proceso de avance y cambios educativos está en proceso de fusionarse como unidad educativa con el Colegio Nacional Primero de Abril y el Jardín María Montessori. De ahí los cambios magníficos y avances en progreso de la niñez y la juventud Latacungueña.

## **2.2. CARACTERIZACIÓN DE LA METODOLOGÍA EMPLEADA**

### **2.2.1. Tipo de investigación**

- a) Exploratorio.- por ser un estudio poco estructurado que permita reconocer la influencia de la elaboración de un programa de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho en el proceso de interaprendizaje en la natación.
- b) Descriptivo: por el interés de acción social para el análisis e interpretación de los datos obtenidos durante la investigación del presente trabajo investigativo y su aplicabilidad durante el proceso educativo y las reacciones positivas ante su aplicación, describirá el hecho tal cual aparece en la realidad de la acción, y será la que permitirá describir todos los fenómenos, aspectos y posibles soluciones al problema existente.
- c) Explicativo: será importante para detallar los aspectos que encierran la aplicación de estrategias metodológicas durante el proceso de interaprendizaje de la natación y como incide en el proceso de enseñanza aprendizaje facilitando la labor profesional del docente de Cultura Física.

### **2.2.2. Métodos de investigación**

Para la elaboración del presente trabajo investigativo se lo realizará a través del método inductivo- deductivo en razón que se parte de un caso general a un caso particular, ya que el propósito del mismo es la aplicación de estrategias que permitan mejorar la metodología de la enseñanza de la natación en la Escuela Isidro Ayora, que servirá como aporte a su formación integral buscando la obtención resultados y cumplimiento de objetivos en el aspecto educativo, intelectual etc., lo que representara la aplicación del aprendizaje significativa y será trascendental de generación en generación.

Se utilizará el método descriptivo ya que verificara los problemas de utilización de estrategias a través del uso de métodos que serán útiles para poder resolver el mejoramiento del aprendizaje de la natación en el sexto año de educación general básica de la Escuela Isidro Ayora el mismo que permitirá

Por medio de los datos de la investigación sea visibles a través de los resultados del objeto de estudio, buscan especificar las propiedades, características, y perfiles de los estudiantes de dicha institución con referencia procesos de enseñanza aprendizaje, que permita el análisis de datos son medibles, permiten evaluar o recolectar información veraz, concreta y clara sobre aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno a investigar.

En el transcurso de la presente investigación se utilizará como técnica de indagación la encuesta como determinante del antecedente del problema y que tiene como finalidad registrar las diferentes opiniones de la población involucrada en la investigación de tal manera que sirva para calcular las variables y comprobar las preguntas científicas que será de gran utilidad en el proceso, a esto se le sumara métodos teóricos, empíricos y estadísticos lo que permitirá el desarrollo de la misma de forma progresiva, ordenada, lógica, concreta y con finalidad científico-investigativo. Es así que se especificará la conceptualización de cada uno de los métodos aplicarse durante el proceso investigativo.

**Método inductivo.-** es el proceso analítico y sintético, que va desde lo más sencillo a lo más complejo, por medio del cual se alecciona la indagación de las causas, hechos y prodigios particulares que permiten el descubrimiento del antecedente para reconocer las causas del problema, y a la vez emitirá un enfoque determinado para fortalecer la propuesta del presente trabajo investigativo para la solución ante el problema existente.

**Método deductivo.-** es el proceso que persigue aspectos reflexivos, sintéticos, analíticos diferente al método inductivo ya que va desde lo más complejo a lo más sencillo, es decir que parte del problema existente para establecer las posibles causas para su existencia.

El proceso que establece este método es: aplicación, comprensión y demostración, a través de este método se logrará establecer las conclusiones que permita llegar la investigación y al mismo tiempo elaborar las recomendaciones de la misma, a través del cual permitirá que el investigador pueda concretar el análisis de resultados de las encuestas, aquí saldrá las conclusiones y recomendaciones de la presente investigación.

**Método analítico.-** es el que permitirá que los elementos de la investigación se revise de forma individual y ordenada, iniciara su proceso desde la problemática de la investigación a las causas del problema de la enseñanza del estilo pecho en la disciplina de natación en los sextos años de la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora” con el propósito de estudiarlas, procesarlas y llegar a un análisis para buscar una posible solución.

**Método empírico.-** este método será básico ya que será utilizado durante la observación que será la que permita encontrar la determinante de causas –efectos permitiendo la elaboración de estrategias metodológicas, para mejorar el proceso de interaprendizaje del estilo pecho en la natación en los estudiantes del Sexto año de la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora” del Cantón Latacunga en el año Lectivo 2013-2014.

**Bibliográfica.-** se fundamenta en libros, folletos y demás escritos científicos referentes a la investigación.

Esta es la que permitió recabar toda la información posible para la elaboración del capítulo uno, en la que consta la estructuración del Marco Teórico de la presente investigación científica y en busca de establecer un antecedente de la misma investigación.

**De campo.-** el estudio investigativo se realizara en el mismo lugar donde se producen los acontecimientos, en este caso la elaboración de las encuestas realizadas a los profesionales de Educación Física, profesores, padres de familia y estudiantes de los sextos años de la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora” con el propósito de recolectar información.

**Método estadístico.-** este depende de la observación latente de los fenómenos, hechos y casos. Se sitúa en la condición actual pero no tiene característica de simple recolección y tabulación de datos, sino que procura la interpretación racional, el análisis crítico y objetivo de los datos recolectados con la finalidad que ha sido establecida.

**Enfoque.-** La presente investigación estará fundamentada en el enfoque Cuantitativo, basándose en la recolección y procesamiento de la información y comprender e interpretar el análisis de los resultados de las encuestas realizadas para obtener información clara, precisa y veraz.

### **2.2.3. Técnicas de investigación**

Con el objetivo de obtener antecedentes reales para la actual investigación el tesista ha persuadido conveniente el uso de las siguientes técnicas de indagación.

**Observación.-** Esta técnica será la base de la indagación y permitirá tener una visión acerca de las estrategias metodológicas aplicadas en el proceso de

interaprendizaje del estilo pecho en la natación en los estudiantes del sexto año de la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora”, para determinar las causas del problema ya que es una técnica que va a permitir no perder de vista el proceso de la misma en su estructura costara el siguiente proceso lógico que es : la observación, la descripción, la interpretación, la comparación y la generalización los mismos que serán clave para la recolección de datos y posterior análisis e interpretación de variables

**La encuesta.-** es la técnica cuantitativa que se realiza sobre la muestra poblacional del objeto de estudio que se lleva a través de la vivencia diaria de los sujetos, con el uso de procedimientos estandarizados de interrogantes con el objetivo de obtener datos que permitan un análisis estadístico, cuantitativo sobre una cantidad considerable de características objetivas y subjetivas de la población.

Esta técnica se aplicara a los profesionales docentes de Cultura Física, a los padres de familia y a los estudiantes del sexto año de Educación General Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora”

#### **2.2.4. Instrumentos**

Los instrumentos que se utilizarán en este trabajo investigativo será la ficha de observación, que admitirá la recolección de información empírica de la investigación y de los sujetos de estudio y su realidad.

Los cuestionarios de preguntas para la ejecución de la encuesta que servirá para la recolección de información que permitirá llegar a las conclusiones y recomendaciones del trabajo investigativo, la misma que será aplicada a los docentes de Educación Física, padres de familia y estudiantes de los sextos años de Educación General Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora”. La estructura del cuestionario de preguntas de la encuesta constará de 8 preguntas cerradas.

### 2.2.5. Población y muestra

La presente investigación científica está destinada a los docentes de Educación Física, padres de familia y estudiantes de los sextos años de Educación General Básica de la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora” del Cantón Latacunga la misma que facilitará la recolección de información verídica y eficaz para el buen desarrollo investigativo de la misma. Debido a la cantidad de encuestados, se determinó que es un número manejable de personas, por lo que no se aplicó muestra porcentual.

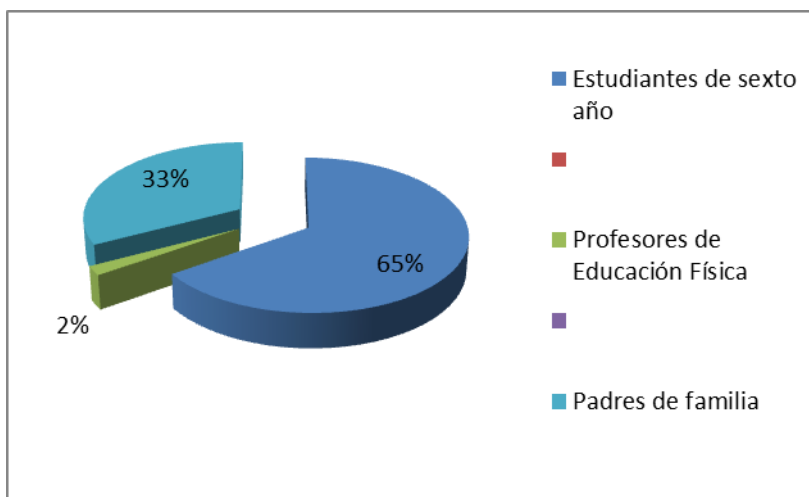
**TABLA 2.1 POBLACIÓN Y MUESTRA**

<b>POBLACIÓN</b>	<b>FRECUENCIA</b>	<b>%</b>
Estudiantes de sexto año	100	65%
Profesores de Educación Física	3	3%
Padres de familia	50	32%
<b>TOTAL</b>	<b>153</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Profesores, padre y estudiantes de la escuela “Dr. Isidro Ayora”

**Elaborado por:** Angélica Hernández

**GRÁFICO 2.1 POBLACIÓN Y MUESTRA**



**Fuente:** Profesores, padre y estudiantes de la escuela “Dr. Isidro Ayora”

**Elaborado por:** Angélica Hernández

### **2.2.6. Técnicas de procedimientos para el análisis de resultados**

Después de la aplicación de los instrumentos de recolección de datos y con la previa autorización del director de tesis y del director de la institución educativa, se acudirá al sitio de la investigación a poner en marcha con los sujetos involucrados en la misma (autoridades, docentes del área de Cultura Física, estudiantes y padres de familia), el procedimiento a ejecutarse será:

- Realizar las encuestas a los sujetos involucrados en la investigación.
- Ordenar y clasificar los instrumentos.
- Tabular los resultados.
- Realizar los cuadros estadísticos.
- Analizar las respuestas de las preguntas.
- Interpretar la información obtenida.
- Graficar los datos resultantes.

Estas acciones se realizarán con el programa computarizado de Microsoft Word y Microsoft Excel, en el primer caso permitirá la realización de cuadros estadísticos y el segundo la expresión de gráficos caracterizados en pasteles para evidenciar los resultados.

Posterior a esto se podrá determinar las conclusiones a través del método deductivo que se logrará plasmar gracias a las encuestas realizadas de ahí emitir las recomendaciones aplicadas al presente trabajo investigativo.

Por último se establecerá la posible solución al problema planteado que es la propuesta de un programa de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho en la natación en los sextos años de la Escuela Fiscal Mixta “Isidro Ayora”, que será una ayuda metodológica para mejorar los procesos del interaprendizaje significativo del estilo pecho o braza.





# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS

## CARRERA DE CULTURA FÍSICA

**Responsable:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Objetivo:** observar las características de cada uno de los estudiantes para la aplicación de una guía de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho.

### FICHA DE OBSERVACIÓN

TEMA: Natación

1. Principios y directivas didácticas.
2. Partió de los conocimientos previos del estudiante.
3. Aprecia conocimientos básicos de la natación en el estudiante.
4. Las preguntas planteadas a los estudiantes fueron precisas
5. El estudiante comprende las explicaciones del tema.
6. El grupo tiene interés por aprender a nadar estilo pecho.
7. Demostró disposición para el dialogo.
8. Los estudiantes se encontraban motivados por la práctica.
9. El docente está capacitado para la ejecución de la clase.
10. El material didáctico fue utilizado de forma oportuna.

ORDEN	A	B	C	D	E
1	X				
2	X				
3			X		
4	X				
5	X				
6	X				
7	X				
8	X				
9			X		
10	X				

### ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA FICHA

El 80 % de los estudiantes observados tienen la disposición y entusiasmo para la ejecución de una guía de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho sin embargo el 20 % de los estudiantes observados y el docente tienen falencias en la práctica de la natación es por este motivo que es de vital importancia la aplicación de la guía para mejorar los conocimientos en el docente y optimizar el proceso enseñanza aprendizaje en la natación durante las clases de Cultura Física.

### 2.3. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LAS ENCUESTAS APLICADAS A LOS MAESTROS

#### 1) Los estudiantes han practicado la natación

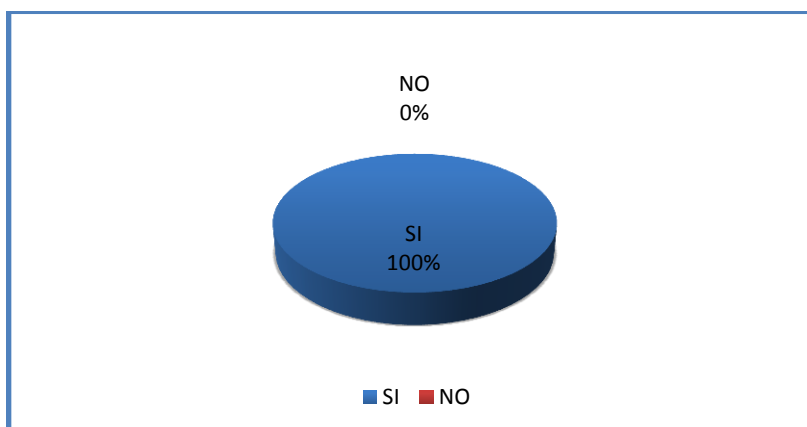
**TABLA 2.2. PRÁCTICA DE NATACIÓN**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	3	100 %
NO	0	0 %
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.2. PRÁCTICA NATACIÓN**



**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** Una vez realizada la encuesta a los docentes de cultura física de la Escuela “Dr. Isidro Ayora” se obtuvo que, el 100% de los profesores encuestados manifiestan que los estudiantes han practicado natación.

**INTERPRETACIÓN:** por lo tanto es importante la presente investigación para mejorar el proceso de enseñanza durante la clase de Cultura Física.

2) ¿Usted dentro del proceso aprendizaje incentiva a los estudiantes a realizar actividades acuáticas?

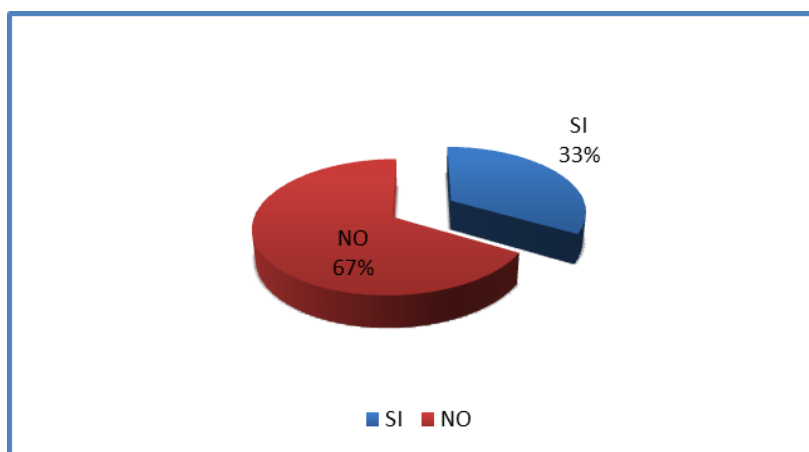
**TABLA 2.3. REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	33 %
NO	2	67%
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRAFICO 2.3. REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS**



**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** Una vez aplicada la encuesta se obtuvo que del 67% de los profesores encuestados manifiestan que no incentivan a la práctica de la natación en sus clases, y el 33% que si lo han hecho

**INTERPRETACIÓN:** por lo tanto es importante la aplicación de un programa que motive a los estudiantes a la práctica de la natación.

3) ¿Dentro de los contenidos programáticos de Cultura Física incluye la práctica de la natación en los procesos enseñanza aprendizaje?

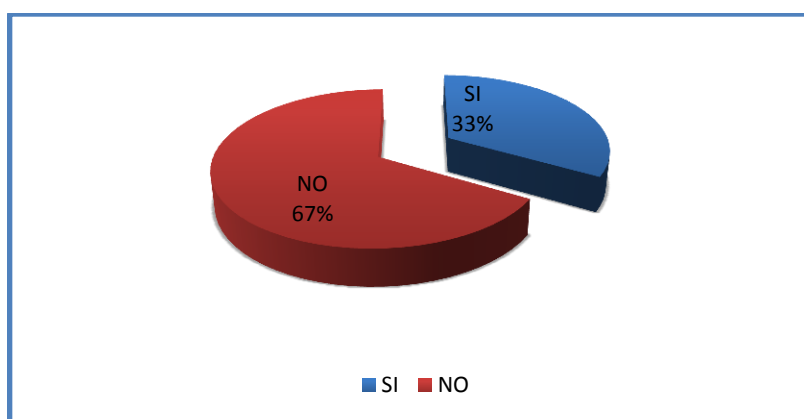
**TABLA 2.4. INCLUSIÓN DE NATACIÓN**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	1	33 %
NO	2	67%
<b>TOTAL</b>	3	100 %

**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.4. INCLUSIÓN DE NATACIÓN**



**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** el 33% de los docentes encuestados manifiestan que si han incluido la natación en sus clases, y el 67% que no lo han hecho

**INTERPRETACIÓN:** por lo tanto es significativa la presente investigación para que las clases de Cultura Física incluyan la práctica de la natación en sus bloques curriculares.

4) ¿Ha Practicado usted el estilo pecho en su preparación y actualización profesional?

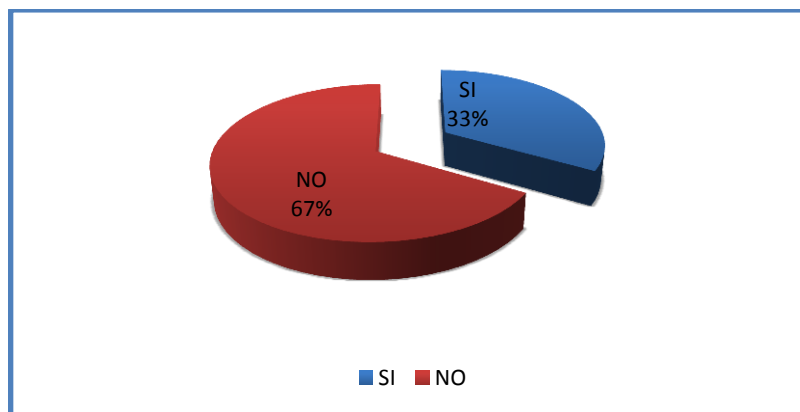
**TABLA 2.5. ESTILOS EN PREPARACIÓN DE NATACIÓN**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	1	33 %
NO	2	67%
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRAFICO 2. 5. ESTILOS EN PREPARACIÓN DE NATACIÓN**



**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** el 33% de los docentes encuestados manifiestan que si han incluido la práctica del estilo pecho en su preparación y actualización profesional y el 67% que no lo han hecho

**INTERPRETACIÓN:** por lo tanto es de vital importancia un programa que ayude a la actualización profesional y para el mejoramiento del estilo pecho en las clases de Cultura Física.

5) ¿Usted aplica estrategias metodológicas durante el proceso enseñanza aprendizaje de la natación?

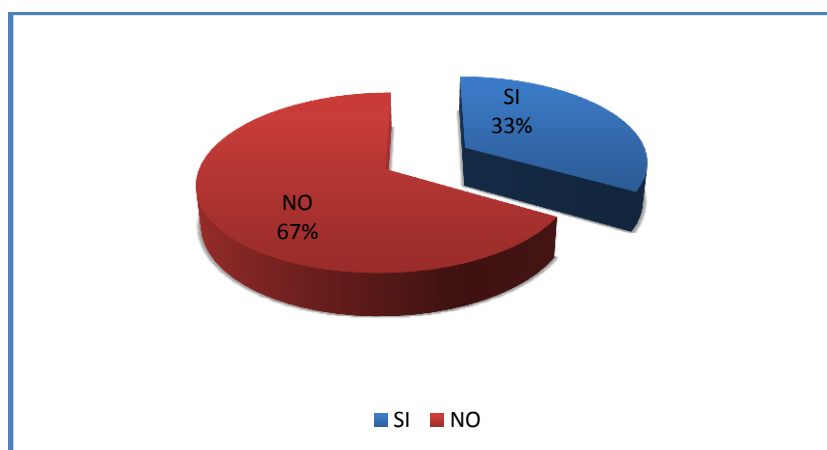
**TABLA 2.6 UTILIZACIÓN DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	2	67%
NO	1	33%
<b>TOTAL</b>	3	100 %

**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRAFICO 2.6. UTILIZACIÓN DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**



**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** el 67% de los docentes encuestados manifiestan que no han utilizado estrategias metodológicas durante el PEA de natación y el 33% que si lo han hecho.

**INTERPRETACIÓN:** por esta razón la presente investigación al ser aplicada mejorará en gran manera dicho proceso y por consiguiente facilitará el trabajo pedagógico.

6) ¿Considera usted que la creación de un programa de estrategias metodológicas mejorara el proceso de enseñanza del estilo pecho?

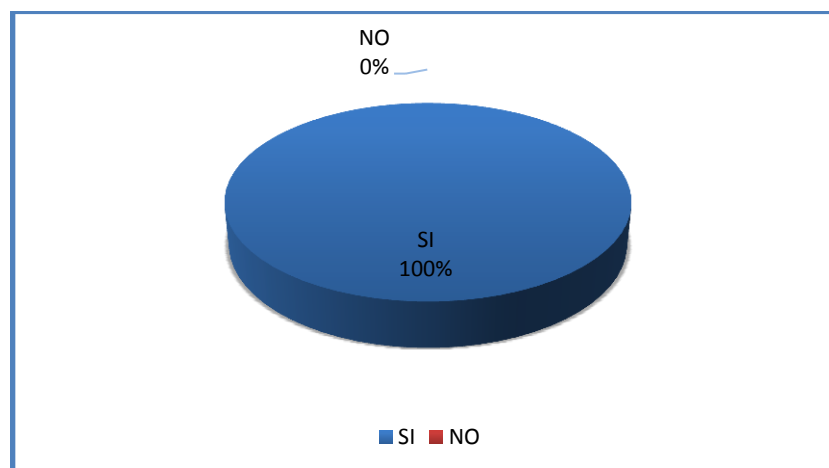
**TABLA 2.7. CREACIÓN DE UN PROGRAMA ESTRATEGIAS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	3	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.7. CREACIÓN DE UN PROGRAMA ESTRATEGIAS**



**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**ANÁLISIS:** El 100% de los docentes encuestados manifiestan que es importante la aplicación de un programa de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho que facilitará el trabajo pedagógico.

**INTERPRETACIÓN:** De acuerdo al resultado de la encuesta se puede establecer que la aplicación de un programa de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho que facilitará el trabajo pedagógico.

7) ¿Es importante tener un programa de estrategias metodológicas para la práctica de la natación?

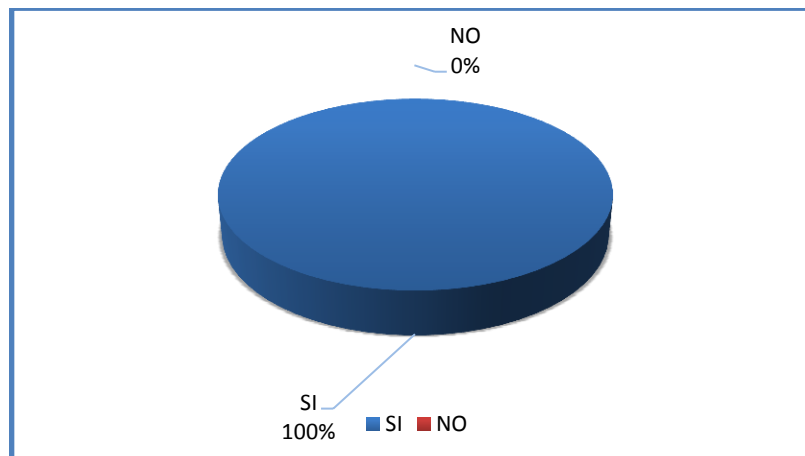
**TABLA 2.8. NECESIDAD DE UN PROGRAMA DE ESTRATEGIAS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	3	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>100 %</b>

Fuente: Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.8. NECESIDAD DE UN PROGRAMA DE ESTRATEGIAS**



Fuente: Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** El 100% de los profesores encuestados manifiestan que es importante la aplicación de un programa de estrategias metodológicas para mejorar el proceso enseñanza aprendizaje de la natación.

**INTERPRETACIÓN:** La totalidad de los docentes encuestados manifiestan que la aplicación de un programa de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho que facilitará y mejorará el trabajo pedagógico con sus alumnos.



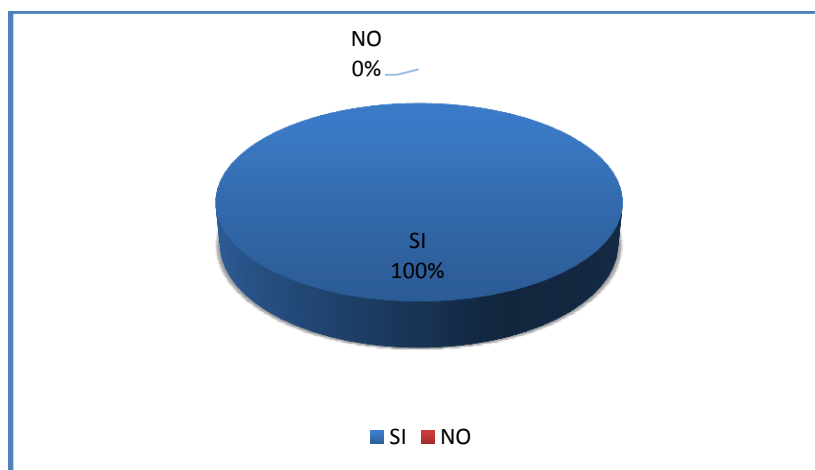
8) ¿El presente trabajo investigativo logrará mejorar el proceso volitivo e integral de sus estudiantes?

**TABLA 2.9. MEJORA DEL PROCESO VOLITIVO DEL ESTUDIANTE**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	3	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	3	100 %

**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”  
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.9. MEJORA DEL PROCESO VOLITIVO DEL ESTUDIANTE**



**Fuente:** Docentes de Cultura Física de la Escuela “Isidro Ayora”  
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** Una vez aplicada la encuesta a los docentes se obtuvo que, el 100% de los encuestados manifiestan que la aplicación de un programa de estrategias metodológicas ayudara en su totalidad al desarrollo integral del estudiante y sobre todo volitivo por su alto interés e importancia.

**INTERPRETACIÓN:** De acuerdo al resultado después de una encuesta se determinó que la inclusión de un programa estrategias metodológicas ayuda favorablemente al desarrollo integral del estudiante en el área de cultura física.

### 2.3.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LA ENCUESTA APLICADA A LOS PADRES

1) ¿Sabe usted si su hijo/a realiza natación en el tiempo libre?

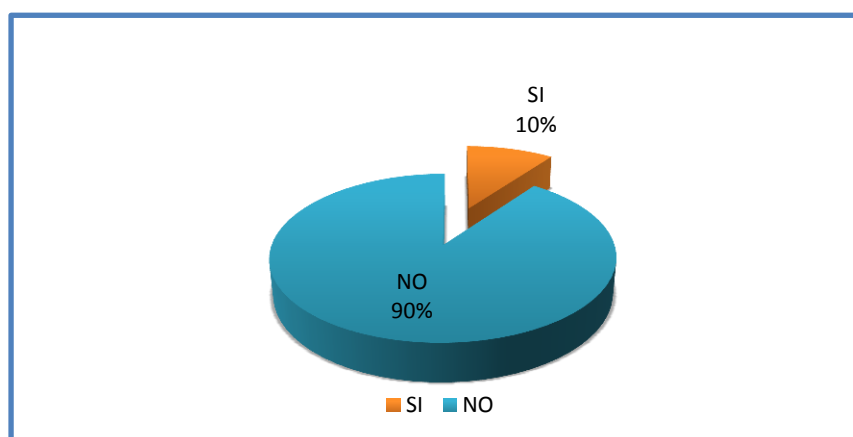
**TABLA 2.10. PRÁCTICA DE NATACIÓN EN SUS HIJOS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	45	90 %
NO	5	10 %
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100 %</b>

Fuente: Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.10. PRÁCTICA DE NATACIÓN EN SUS HIJOS**



Fuente: Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** el 95 % de los padres encuestados manifiestan que sus hijos no practican natación en sus tiempos libres, sin embargo el 5 % manifiestan que sí.

**INTERPRETACIÓN** por lo tanto es de vital importancia que los estudiantes practiquen la natación en sus tiempos libres para mejorar su calidad de vida.

2) ¿Le gustaría que su hijo practique la natación?

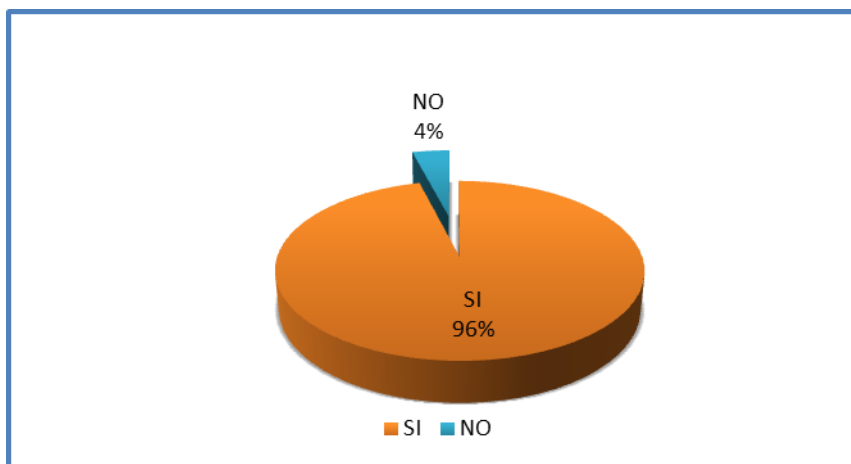
**TABLA 2.11 PRÁCTICA DE NATACIÓN**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	48	96 %
NO	2	4 %
<b>TOTAL</b>	<b>3</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.11 PRÁCTICA DE NATACIÓN**



**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 96 % de los padres encuestados manifiestan que les gustaría que sus hijos aprendan a nadar sin embargo el 4 % manifiestan que no es posible por diversas situaciones.

**INTERPRETACIÓN:** Por consiguiente es importante que la natación sea parte esencial de su vida estudiantil.

3) ¿Cree usted que la natación mejora la calidad de vida de sus hijos?

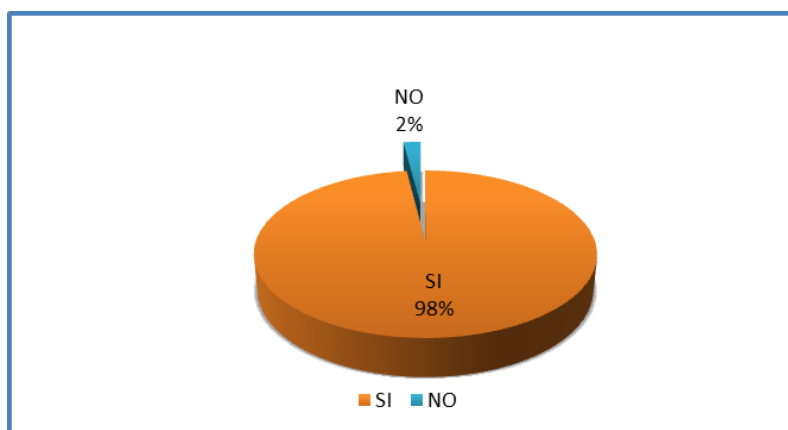
**TABLA 2.12. MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	49	98 %
NO	1	2%
<b>TOTAL</b>	50	100 %

**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.12. MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA**



**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 98 % de los padres encuestados manifiestan tener pleno conocimiento, que la natación mejorara la calidad de vida de sus hijos y el 2% manifiesta desconocerlo.

**INTERPRETACIÓN:** Es por ello que la práctica de la natación es parte importante para mejorar la calidad de vida de sus hijos.

4) ¿Apoyaría usted a su hijo/a que practique natación como un deporte?

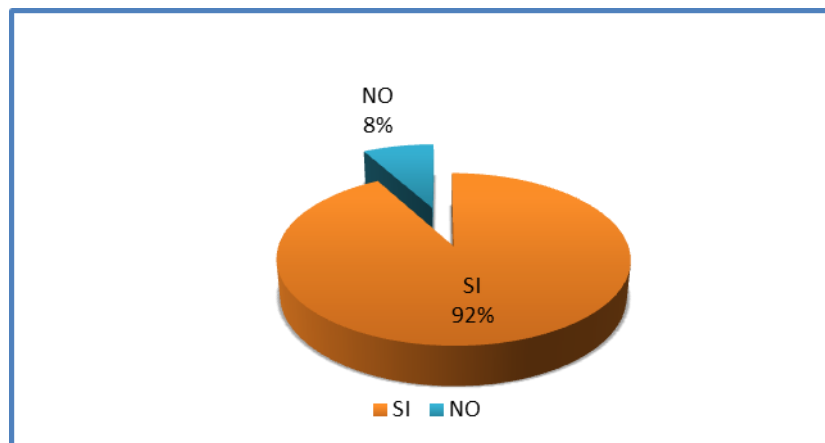
**TABLA 2.13. PRÁCTICA DE NATACIÓN COMO DEPORTE**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	46	92%
NO	4	8%
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.13. PRÁCTICA DE NATACIÓN COMO DEPORTE**



**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**ANÁLISIS:** El 92 % de los padres encuestados manifiestan que si apoyarían en que sus niños practiquen la natación como un deporte y el 8% no lo haría por diversas razones.

**INTERPRETACIÓN:** Por lo tanto es necesario fomentar la natación como un deporte y aprovechar el apoyo de sus padres.

5) ¿Le gustaría que su hijo aprenda diferentes estilos en la natación?

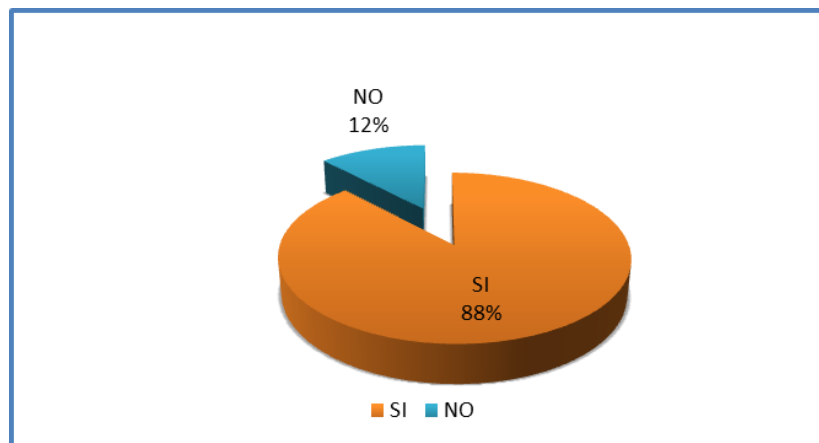
**TABLA 2.14. APRENDER DIFERENTES ESTILOS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	44	88 %
NO	6	12 %
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.14. APRENDER DIFERENTES ESTILOS**



**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 88 % de los padres encuestados declaran que les gustaría que sus niños aprendan nuevos estilos y 12% que no porque no tienen conocimiento de que se trata

**INTERPRETACIÓN:** Por lo consiguiente es significativo que se fomente la enseñanza de un nuevo estilo en los estudiantes.

6) ¿Está usted de acuerdo que el profesor de Cultura Física enseñe a sus estudiantes el estilo pecho?

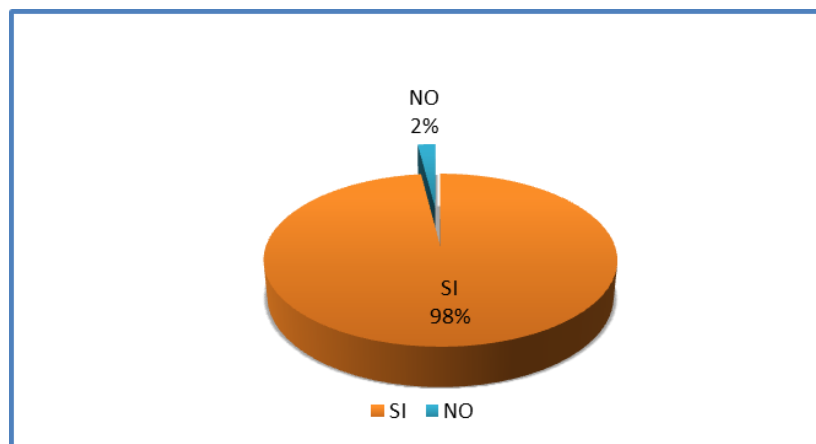
**TABLA 2.15. ENSEÑANZA DEL ESTILO PECHO**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	49	98 %
NO	1	2 %
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.15. ENSEÑANZA DEL ESTILO PECHO**



**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 98 % de los padres encuestados declaran que sería muy importante la enseñanza del estilo pecho por ser un estilo nuevo e interesante y el 2% manifiesta desconocerlo.

**INTERPRETACIÓN:** Es por esta razón que es transcendental la enseñanza del estilo pecho para captar la atención del estudiante en la práctica de la natación.

7) ¿Desearía se aplique un programa de estrategias metodológicas durante las clases de Cultura Física?

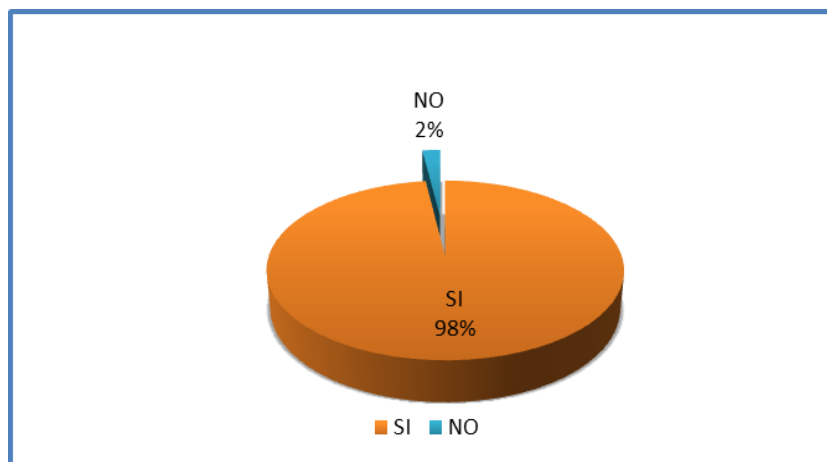
**TABLA 2.16. APLICACIÓN DE UN PROGRAMA DE ESTRATEGIAS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	49	98 %
NO	1	2 %
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.16. APLICACIÓN DE UN PROGRAMA DE ESTRATEGIAS**



**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 98 % de los padres encuestados exponen que es de vital importancia la aplicación de un programa de estrategias metodológicas y el 2% manifiesta que no.

**INTERPRETACIÓN** Es por ello que la aplicación de un programa de estrategias metodológicas ayudara a mejorar la calidad de la enseñanza de la natación.



8) ¿Cree usted que es importante la motivación en los procesos de enseñanza aprendizaje en la natación?

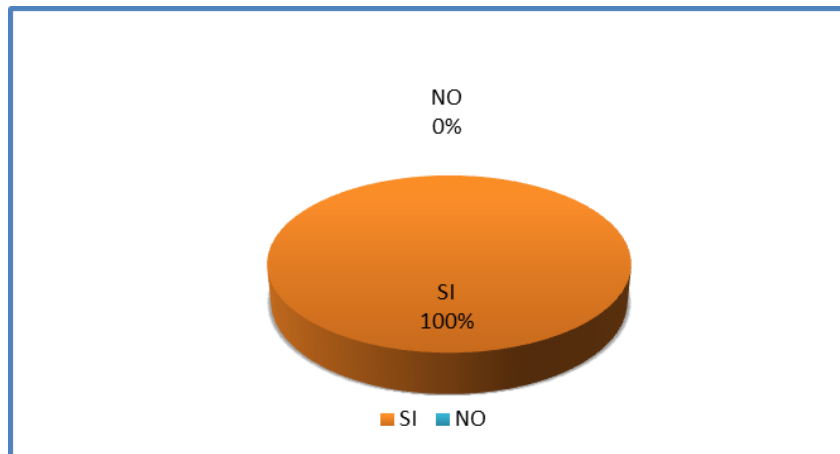
**TABLA 2.17. MOTIVACIÓN EN LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	50	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>50</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.17. MOTIVACIÓN EN LA ENSEÑANZA APRENDIZAJE**



**Fuente:** Padres de Familia de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 100 % de los padres encuestados declaran que la motivación es parte esencial de la enseñanza.

**INTERPRETACIÓN:** Por lo tanto es sustancial el estado motivacional del estudiante en la práctica de la misma.

### 2.3.2. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LAS ENCUESTAS APLICADAS A LOS ESTUDIANTES

#### 1) ¿Le gustaría aprender a nadar?

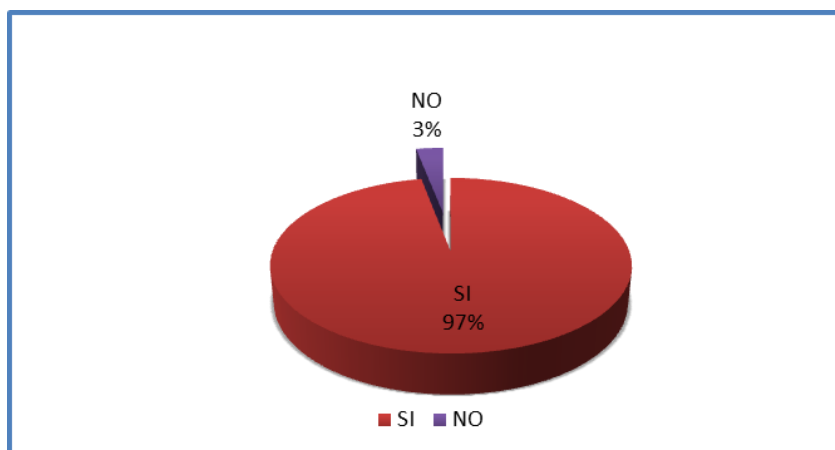
**TABLA 2.18. DESEA APRENDER A NADAR**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	97	97 %
NO	3	3 %
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.18. DESEA APRENDER A NADAR**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** El 100 % de los educandos declaran que les gustaría aprender a nadar, entonces es necesaria la enseñanza de la natación en los estudiantes.

2) ¿Le gustaría que su profesor de Cultura Física enseñe natación?

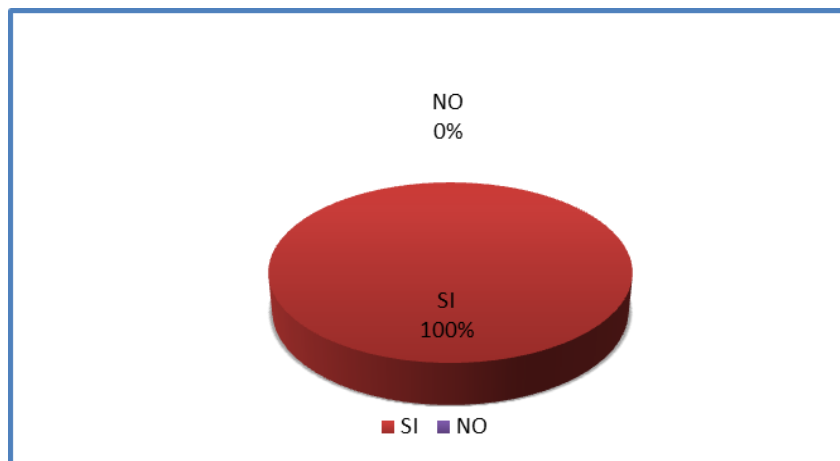
**TABLA 2.19. DESEA QUE SU PROFESOR LE ENSEÑE A NADAR**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	100	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.19. DESEA QUE SU PROFESOR LE ENSEÑE A NADAR**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** El 100 % de los estudiantes encuestados manifiestan que les gustaría aprender a nadar en sus clases de Cultura Física, es por esta razón aplicar la enseñanza de la natación en los bloques curriculares de Cultura Física.

### 3) ¿Le gustaría mejorar los estilos en la natación?

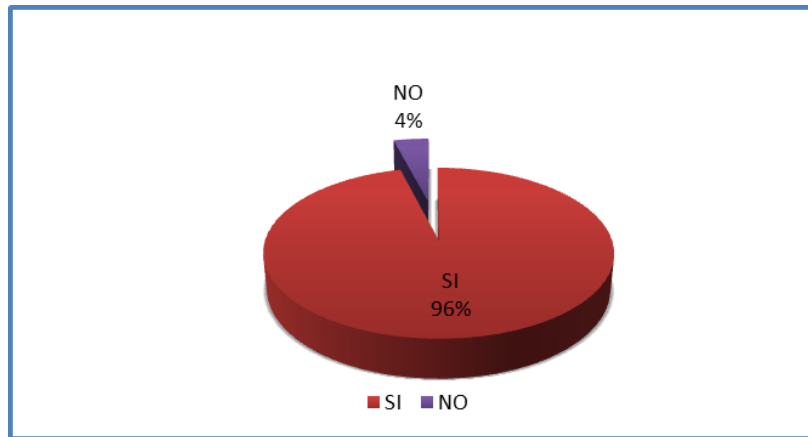
**TABLA 2.20. MEJORAR SUS ESTILOS DE NATACIÓN**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	96	96%
NO	4	4%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>

**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.20. MEJORAR SUS ESTILOS DE NATACIÓN**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 96 % de los educandos encuestados manifiestan que les gustaría mejorar sus estilos de natación mientras que el 4 % que no. En consecuencia es de vital importancia para el estudiante mejorar su estilo de natación.

4) ¿El profesor en los procesos de enseñanza aprendizaje de natación utiliza actividades lúdicas?

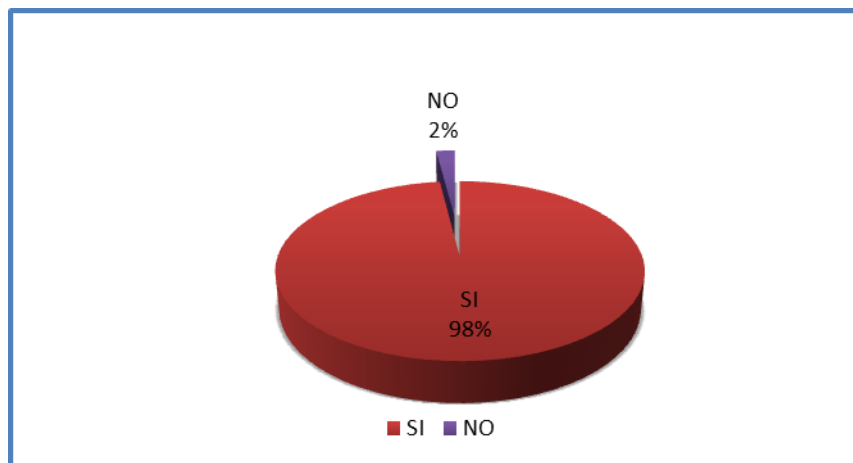
**TABLA 2.21. ACTIVIDADES LÚDICAS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	2	2 %
NO	98	98%
<b>TOTAL</b>	100	100 %

**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.21 ACTIVIDADES LÚDICAS**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** El 98 % de los estudiantes encuestados expresan que su profesor no utiliza actividades lúdicas para la enseñanza de la natación mientras que 2% manifiesta que sí. Por tanto es de vital importancia la aplicación de un programa de actividades lúdicas para mejorar el proceso de interaprendizaje de la natación.

5) ¿Le gustaría aprender a nadar el estilo pecho o llamado comúnmente estilo rana?

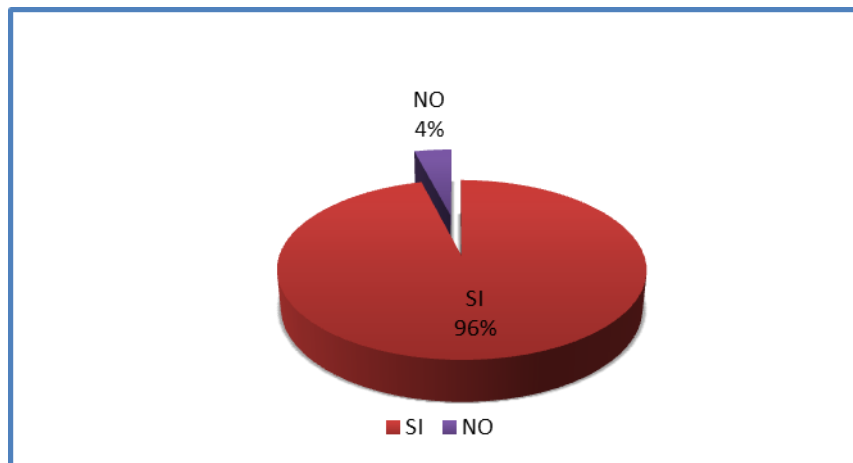
**TABLA 2.22. APRENDIZAJE DEL ESTILO RANA**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	96	96%
NO	4	4%
<b>TOTAL</b>	100	100 %

**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.22. APRENDIZAJE DEL ESTILO RANA**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 96 % de los estudiantes encuestados expresan que les gustaría aprender a nadar el estilo pecho como parte de su enseñanza mientras que 4% manifiesta que no.

**INTERPRETACIÓN:** Razón por lo cual es importante la enseñanza del estilo pecho para mejorar la calidad de la natación.

6) ¿Desearía participar en un programa de natación que le ayude a mejorar su calidad de vida?

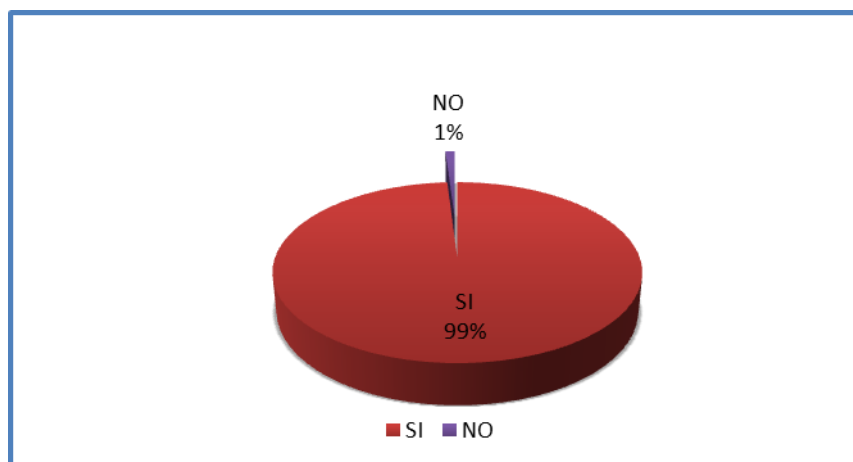
**TABLA 2.23. PROGRAMA DE NATACIÓN PARA MEJORAR EL ESTILO DE VIDA**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	99	99%
NO	1	1%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>100 %</b>

Fuente: Estudiantes de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.23. PROGRAMA DE NATACIÓN PARA MEJORAR EL ESTILO DE VIDA**



Fuente: Estudiantes de sexto año de la Escuela "Isidro Ayora"

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** El 99 % de los estudiantes encuestados expresan que les gustaría formar parte de un programa de natación mientras que el 1 % no lo haría. En consecuencia la aplicación de un programa de natación es importante para mejorar al máximo la calidad vida del estudiante.

7) ¿Le gustaría mejorar el estilo pecho mediante estrategias metodológicas?

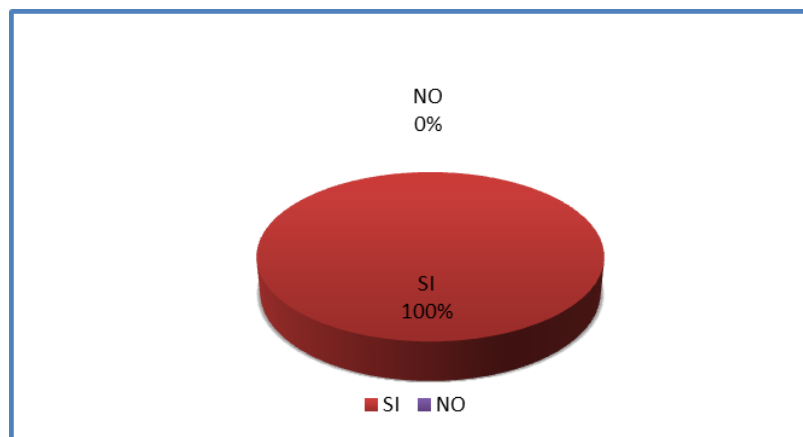
**TABLA 2.24. MEJORA DE SU ESTILO A TRAVÉS DE ESTRATEGIAS**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIA	PORCENTAJES
SI	100	100%
NO	0	0%
<b>TOTAL</b>	100	100 %

**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.24. MEJORA DE SU ESTILO A TRAVÉS DE ESTRATEGIAS**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN:** El 98 % de los estudiantes encuestados expresan que le gustaría mejorar su estilo pecho a través del uso de estrategias metodológicas mientras que 2% manifiesta que no. Por tanto el uso de estrategias metodológicas en la enseñanza del estilo pecho es de vital importancia para mejorar el mismo.



8) ¿Participaría usted en un programa que ayude a perfeccionar el estilo pecho?

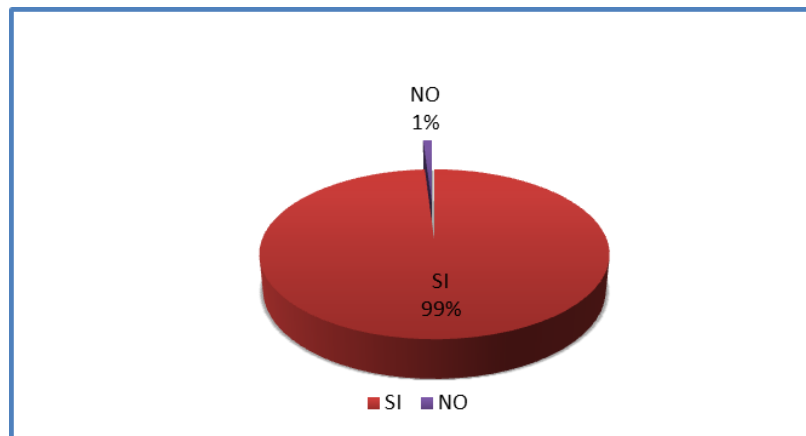
**TABLA 2.25. PROGRAMA PARA PERFECCIÓN DE ESTILO**

ALTERNATIVAS	FRECUENCIAS	PORCENTAJES
SI	99	99%
NO	1	1%
<b>TOTAL</b>	100	100 %

**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**GRÁFICO 2.25. PROGRAMA PARA PERFECCIÓN DE ESTILO**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de la Escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**ANÁLISIS:** El 99 % de los estudiantes encuestados expresan si participarían en un programa para perfeccionar el estilo pecho mientras que 1% manifiesta que no.

**INTERPRETACIÓN:** Razón por la cual la aplicación de un programa para perfeccionar el estilo pecho en la institución es muy importante.

## **2.4 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **2.4.1 Conclusiones**

- Mediante la presente investigación se estableció que gran parte de los estudiantes consideran que la natación dentro del área de cultura física es muy favorable para su desarrollo físico e integral, puesto que aporta en el crecimiento muscular y motriz de los mismos, además de ser un medio lúdico de distracción.
- Por otra parte se determinó que los docentes de cultura física de la escuela “Isidro Ayora” no contemplan este tipo de actividades dentro de la institución, puesto que no cuentan con la infraestructura adecuada para abastecer al número de alumnos con los que trabajan diariamente, además de no contar con un programa adecuado de estrategias metodológicas para la enseñanza de la disciplina de natación.
- Por último se debe considerar que tanto estudiantes y padres de familia tienen la decisión favorable para que en la institución los alumnos aprendan este tipo de disciplina, a través de una guía de estrategias metodológica para los docentes, de tal manera que facilite el interaprendizaje y la labor pedagógica en el área de cultura física.

## **2.4.2 RECOMENDACIONES**

- Es fundamental mejorar la infraestructura de la piscina de la escuela a través de la gestión o convenios institucionales, con el propósito de que los estudiantes se encuentren en un lugar adecuado para el desarrollo del proceso de enseñanza aprendizaje de la disciplina de natación por parte de los docentes que conforman el área de cultura física.
- Es necesario que los docentes de Cultura Física estén en constante preparación y actualización de los contenidos del área, en especial de la disciplina de natación, de tal manera que tengan una adecuada planificación y uso de estrategias metodológica que permitan el aprendizaje significativo direccionado al mejoramiento de la calidad de la enseñanza y crecimiento integral de sus estudiantes.
- Por último es muy relevante el implementar una guía de estrategias metodológicas para la disciplina de natación, con el objetivo que los docentes cuenten con una herramienta pedagógica para la realización de la planificación de contenidos referentes a las actividades curriculares de esta disciplina.

## **CAPITULO III**

### **DISEÑO DE LA PROPUESTA**

#### **3.1. TEMA DE LA PROPUESTA**

IMPLEMENTACIÓN DE UNA GUÍA DE ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DEL ESTILO PECHO DE LA DISCIPLINA DE NATACIÓN EN EL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA DR. ISIDRO AYORA DEL CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO 2013-2014”

##### **3.1.1. Datos informativos**

**Institución ejecutadora:** Universidad Técnica de Cotopaxi a través de su egresada en la especialidad de Cultura Física.

**Beneficiarios:** La presente investigación está destinada directamente a los docentes del área de cultura física, padres de familia y estudiantes del sexto año de educación básica de la escuela “Dr. Isidro Ayora”.

**Institución beneficiada:** Escuela “Dr. Isidro Ayora”

**Provincia:** Cotopaxi

**Cantón:** Latacunga

**Parroquia:** La Matriz

**Responsable:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Ubicación:** Provincia de Cotopaxi, Cantón Latacunga, Parroquia La Matriz, ubicada en las Calles Quijano Y Ordóñez entre Hermanas Páez y Tarqui.

**Tesista:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Director de tesis:** Lic. Msc. Revelo Mayorga Lenin Patricio

### 3.2. PRESENTACIÓN

La natación incide en gran manera en la calidad de vida del ser humano, siendo este deporte uno de los más completos que permite que se logre en el ser humano el desarrollo integral, logrando mejorar su calidad de vida en todos los aspectos de la misma.

La natación se caracteriza por ser una de las actividades deportivas más completas y practicadas por el ser humano como una forma de lograr la relajación, diversión y sobre todo es de carácter terapéutico la misma que permite la recuperación de lesiones, operaciones y enfermedades, es así que esta se desarrolla de manera voluntaria y espontánea.

La práctica de la natación como una actividad de ocio al ser aplicada en las instituciones educativas se la convierte en un deporte el mismo que se va desarrollando progresivamente y mejorando de tal manera que se llega a realizar con los estudiantes el trabajo técnico que en el caso de la natación vendría a ser la adquisición del aprendizaje de nuevos estilos.

Al momento de lograr el aprendizaje significativo en los estudiantes podemos darnos cuenta que va explotando su destrezas y adquiere habilidades que le permiten mejorar su calidad de técnica. De tal manera que los estudiantes habiendo ya aprendido a nadar el estilo crol o libre podrán empezar con la adquisición progresiva de las fases del aprendizaje del estilo pecho o braza.

Es así que para introducir al estudiante a la adquisición de este estilo será necesario el aprendizaje de la mecanización de movimientos en tierra, es decir que los estudiantes irán desarrollando los movimientos tanto de patada como de brazada en seco y después se procederá progresivamente a la práctica de la patada del estilo pecho con la ayuda de tabla de flotación y para la brazada con pullboy.

De esta manera se lograra el desarrollo progresivo del estilo completo el mismo que al terminar la ejecución fase por fase se verá como un estilo bastante atractivo elegante y de mínimo cansancio físico, de hecho este estilo es usado como uno de los que permiten la vuelta a la calma en deportistas que practican la natación como disciplina.

En la actualidad la actividad física a nivel de la Educación General Básica del país se ha vuelto muy importante es por esta razón que a través de la misma se puede determinar e introducir a los estudiantes dando continuidad y mejorando para desarrollar los nuevos estilos y disciplinas competitivas de la natación y de esta manera el estudiante forme parte de la natación como una práctica habitual y deportiva que le permita mejorar su técnica, su estilo y mejore su calidad de vida.

Los ejes transversales en la enseñanza, son potencias dinámicas que permite contextualizar los contenidos del currículo y acentuar en el aprendizaje significativo los mismos que se aplicaran para optimizar la adquisición e inducción de un nuevo estilo como parte del desarrollo progresivo del estudiante y sobre todo que la clase de Educación Física logre captar el interés del estudiante para ubicarlo como un ente deportivo activo. Para satisfacer las necesidades educativas se pone como alternativa de ayuda pedagógica el diseño de un programa de estrategias metodológicas.

### 3.3. JUSTIFICACIÓN

En el sexto año Educación General Básica de la Escuela Isidro Ayora del Cantón Latacunga en el año lectivo 2013-2014". El presente tema de investigación posee un aporte práctico que pretende descubrir posibles soluciones a través del diseño de un programa que permita superar las limitaciones del aprendizaje del estilo pecho en la natación con el uso de estrategias metodológicas, ya que por su deficiencia los jóvenes en la actualidad no realizan la práctica y peor adquieren nuevos estilos, lo ha incidido en su aprendizaje, es por este motivo que surge la necesidad de plantear una solución que aporte al mejoramiento del desarrollo integral, formativo y emocional de los niños.

Este proyecto servirá de aporte metodológico en los procesos de enseñanza aprendizaje, de la disciplina de natación en el aspecto educativo y en el desarrollo integral de los niños y será de gran uso a otras instituciones que requieran mejorar este aprendizaje el mismo que servirá de gran manera al mejoramiento del desarrollo integral de los estudiantes, sino que será una herramienta pedagógica que facilite la labor del docente de educación física y la correcta aplicación en el aspecto práctico.

La novedad científica que aporta este proyecto por ser único a nivel de investigaciones anteriores ya que es la que expresamente fija la enseñanza del estilo completo de pecho o braza y en la Escuela Isidro Ayora es el primero de este tipo, esta investigación ayudara a la sociedad y a la educación a mejorar a través de actividades que el docente ponga en práctica durante la enseñanza con el uso de estrategias y metodologías que ayuden a captar la atención del estudiante y mejorar la práctica de la natación en la enseñanza del estilo pecho como un estilo de la misma, que por ser un estilo complejo con el uso de la presente investigación como fuente de apoyo mejorar la técnicas, métodos para que aporte en el aspecto científico con la finalidad de llegar a ser una nueva tendencia metodológica para mejorar el proceso enseñanza - aprendizaje del

educando asumiendo aspectos activos, unidireccionales y horizontales para llegar a alcanzar un aprendizaje significativo y que deje huellas de sí.

Esta propuesta será de considerable importancia debido que se aplicaran estrategias metodológicas que ayudaran a optimizar la enseñanza y permitirá llegar a conseguir un aprendizaje significativo en los estudiantes del sexto año de la institución permitiendo un desarrollo integral y su refinamiento de capacidades básicas y desarrollo de habilidades y destrezas.

Los principales beneficiarios del presente proyecto son: la Escuela Isidro Ayora, los docentes, los padres de familia, la comunidad y los estudiantes como la base fundamental de la presente investigación. Este tema contiene gran relevancia social ya que los beneficiarios serán las futuras generaciones de estudiantes y toda la sociedad que tienen en común, la educación es de vital importancia recalcar que este proyecto se convierte en una alternativa esencial para mejorar la forma de impartir la clase de natación en las instituciones educativas y ayudar al mejoramiento del desarrollo integral del niño.

Existe la factibilidad de realización de la presente investigación gracias al apoyo de la autoridades de la institución educativa en participación de los padres de familia, de los estudiantes y el investigador tanto en aspectos económicos y científicos, ya que la investigación pretende solucionar problemas de tipo educativo y que permitirá el mejoramiento del aprendizaje, desarrollo de capacidades, habilidades y destrezas de los estudiantes. Las posibles limitaciones que se podrían presentar en el proyecto sería la falta de recursos materiales para el desarrollo del mismo o a su vez no contar con las suficientes fuentes bibliográficas necesarias que ayuden a progresar con la investigación y encontrar solución al problema de investigación.



### **3.4. OBJETIVOS DE LA PROPUESTA**

#### **3.4.1 Objetivo General**

Proveer una guía de estrategias metodológicas a través de la investigación para la enseñanza de la natación en el estilo braza en el sexto año Educación General Básica de la Escuela Isidro Ayora del Cantón Latacunga en el año lectivo 2013-2014”.

#### **3.4.2 Objetivos Específicos**

- Socializar con los docentes la utilización de una guía de estrategias metodológicas para facilitar la labor pedagógica.
- Capacitar al docente del área de Educación Física para el uso de la presente investigación como herramienta de apoyo educativo para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje en la natación.
- Renovar la calidad del proceso enseñanza aprendizaje en los estudiantes en la natación y el mejoramiento de la calidad de vida a través de su práctica.

### **3.5. ANÁLISIS DE FACTIBILIDAD**

La factibilidad para la ejecución del presente trabajo investigativo está basado en actividades que realizaran los estudiantes, con la ayuda del docente de Educación Física en el transcurso de la práctica de la natación. Es más será la base fundamental en el desarrollo del aprendizaje del estilo pecho y estará fundamentado en relación a ejercicios individuales, trabajo en parejas y de grupo, los mismo que le permitan el dominio progresivo fase por fase de la enseñanza del estilo pecho al punto que se logre el aprendizaje significativo y perpetuo.

El apoyo de las autoridades de la institución es de vital importancia, el mismo que está latente en la aplicación de la presente investigación, así como también de los docentes de Educación Física y el apoyo incondicional y disposición de los estudiantes de la Escuela Isidro Ayora donde a través de la aplicación de las encuestas y observaciones manifestaron su necesidad de contar con Estrategias Metodológicas para la enseñanza del estilo Pecho en la Natación.

### **3.6. FUNDAMENTACIÓN**

En la actualidad la planificación del área de Educación Física en su Plan Curricular, manifiesta que el profesional de esta área debe ser precursor de nuevas e interesantes ideas las misma que estarán enmarcadas en el contexto del desarrollo de habilidades y destrezas a través de capacidades básicas, las mismas que determinan el poder hacer algo o realizar una actividad de forma correcta.

De la misma manera que exige que el docente este en un grado actualizado de conocimientos que le permitan mejorar el desarrollo integral del estudiante y al mismo tiempo mejorar la calidad de vida del mismo.

Los requerimientos que expresamente pide el gobierno actual son bastante exigentes es por esta razón que el docente del área de Educación Física debe estar completamente preparado para enfrentar estas exigencias e ir acorde a las nuevas tendencias educativas y así salir de la educación tradicionalista que no permite al estudiante avanzar en nuevos conocimientos y tendencias educativas.

En el caso de la Escuela Isidro Ayora si cuenta con la piscina propia de la institución la misma que permitirá que el presente proyecto pueda ser puesto en práctica y ser ejecutado de forma adecuada por los estudiantes.

Es por esta razón que se propone estrategias metodológicas que permita observar el trabajo progresivo de cada una de las fases del aprendizaje del estilo pecho en la natación, hasta llegar a la ejecución del estilo completo y fomentar la adquisición de la práctica de este estilo en los estudiantes de los sextos años de la Escuela Isidro Ayora.

### 3.7. PLAN OPERATIVO DE LA PROPUESTA

**TABLA 3.1. PLAN OPERATIVO**

OBJETIVO	ACTIVIDAD	ESTRATEGIAS	RECURSOS	RESPONSABLE	OBSERVACIONES
Discutir con los Docentes el uso de estrategias metodológicas.	Socializar con los docentes el uso de estrategias Metodológicas para facilitar y mejorar la calidad del proceso enseñanza aprendizaje	Charla	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proyector de imágenes.</li> <li>• Trípticos.</li> </ul>	Angélica Hernández	
Capacitar a los Docentes.	Capacitar a los docentes de la institución educativa acerca de las estrategias metodológicas propias de la enseñanza de la natación	Charla magistral	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auditorio</li> <li>• Proyector de imágenes.</li> <li>• Hojas de guía.</li> </ul>	Angélica Hernández	
Realizar la práctica del uso de estrategias metodológicas.	Práctica con todos los participantes acerca del uso de estrategias metodológicas para mejorar el proceso enseñanza aprendizaje en la natación	Taller práctico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piscina</li> <li>• Guía</li> </ul>	Angélica Hernández	
Entregar la guía de Estrategias metodológicas.	Entregar la guía a las autoridades de la Institución Educativa.	Donación de la Guía	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Guía</li> </ul>	Angélica Hernández	

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

### **3.8. DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA**

En la Escuela Fiscal Mixta Dr. Isidro Ayora siendo una institución educativa centenaria del Cantón Latacunga, Provincia de Cotopaxi, como precursora en busca de la calidad de la educación de la niñez busca la mejora de la misma, sin embargo las mismas autoridades coinciden que el estilo pecho ni si quiera es enseñado por los docentes y el aprendizaje de la natación es deficiente en la institución.

Es por este motivo que el presente proyecto está destinado a mejorar la enseñanza de la natación y permitir la adquisición de un estilo novedoso de la misma que permita que su aprendizaje sea atractivo y permita el desarrollo integral del estudiante.

El aprendizaje de nuevos estilos incentivara al desarrollo de la natación como un deporte que le permita a la misma institución hacerse conocer como la precursora que motive a la práctica de uno de los deportes más completos que permitan mejorar la calidad de vida del ser humano, para mejorar su condición Física, cognitivas y psicológicas haciéndolos seres útiles para la sociedad y capaces de enfrentar las exigencias del mundo que le rodea.

Para darse cuenta que el programa está siendo aplicado de forma correcta se observara que el mismo ha logrado captar el interés del estudiante y su placer por el aprendizaje de un nuevo estilo y por consiguiente la práctica de la natación.

**TABLA 3.2. MACROCICLO**

<b>INSTITUCIÓN:</b>	<b>FECHA:</b>	<b>TEMA:</b> Enseñanza del estilo pecho
<b>Datos Informativos</b>		
<b>Deporte:</b> Natación	<b>Área:</b> Educación Física	<b>Año EGB:</b> Sextos Años de Educación
<b>Docente:</b>	<b>Año lectivo:</b> 2014-2015	<b>Bloque:</b> 3
<b>Eje transversal:</b>	Utilizar metodología adecuada a través de estrategias para el aprendizaje del estilo pecho.	
<b>Eje de aprendizaje :</b> habilidades motoras acuáticas		
<b>Objetivo educativo del bloque:</b> Aplicar estrategias metodológicas a través de los ejercicios propuestos para el aprendizaje del estilo pecho en los estudiantes de los sextos años de EGB.		
<b>Secuencia de aprendizaje.-</b> Como en todas las secuencias de aprendizaje de las técnicas de nado, se suele separar el aprendizaje en etapas. En la técnica de nado pecho analizaremos las siguientes:		
<b>Eje transversal:</b>	Utilizar metodología adecuada a través de estrategias para el aprendizaje del estilo pecho.	
<b>Eje de aprendizaje :</b> habilidades motoras acuáticas		
<b>Objetivo educativo del bloque:</b> Aplicar estrategias metodológicas a través de los ejercicios propuestos para el aprendizaje del estilo pecho en los estudiantes de los sextos años de EGB.		
<b>Secuencia de aprendizaje.-</b> Como en todas las secuencias de aprendizaje de las técnicas de nado, se suele separar el aprendizaje en etapas. En la técnica de nado pecho analizaremos las siguientes:		
Ejercicios para el aprendizaje de la mecánica del movimiento de piernas o patada. Ejercicios para el aprendizaje de la mecánica movimiento de los brazos o brazada.		
Ejercicios para la adaptación de la respiración, coordinación y posición del cuerpo.		
Los mismos que servirá para mejorar progresivamente la técnica de nado del estilo pecho o braza con la aplicación de diversos ejercicios en tierra y acuáticos.		

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.3. MESOCICLO**

<b>INSTITUCIÓN:</b>		<b>FECHA:</b>		<b>TIEMPO:</b> 2 meses		<b>TEMA:</b> Enseñanza del estilo pecho	
<b>Datos Informativos</b>							
<b>Deporte:</b> Natación		<b>Área:</b> Educación Física		<b>Año EGB:</b> Sextos Años de Educación			
<b>Docente:</b>		<b>Año lectivo:</b> 2014-2015		<b>Bloque:</b> 3			
<b>Eje transversal:</b> Utilizar metodología adecuada a través de estrategias para el aprendizaje del estilo pecho.							
<b>Eje de aprendizaje :</b> habilidades motoras acuáticas							
<b>Objetivo educativo del bloque:</b> Aplicar estrategias metodológicas a través de los ejercicios propuestos para el aprendizaje del estilo pecho en los estudiantes de los sextos años de EGB.							
<b>Secuencia de aprendizaje.-</b> Como en todas las secuencias de aprendizaje de las técnicas de nado, se suele separar el aprendizaje en etapas. En la técnica de nado pecho se analizará lo siguiente:							
Periodo	Objetivo	Estrategias metodológicas	Actividad	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación	
						Instrumento	Técnica
1	Desarrollar la posición corporal adecuada	Explicativo, demostrativo, ayuda directa, ideomotor y practico	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicios en tierra.</li> </ul>	Ejecuta correctamente los ejercicios y corrige los errores técnicos.	Programa Patio Cronometro	Ficha de observación	Observación.
2	Ejecutar de forma adecuada la posición y el movimiento circulara hacia afuera de los pies.	Practico, explicativo, demostrativo Global fragmentado Ideomotor, estimulo mecánico	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicios para el aprendizaje de la mecánica del movimiento de piernas o patada.</li> </ul>	Realiza la Práctica del ejercicio e intenta corregir los errores técnicos.	Programa Piscina, Cronometro Pito	Ficha de observación	Observación.
3		Explicativo, demostrativo, global fragmentado, practico ideomotor, estimulo mecánico.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ejercicios para el aprendizaje de la mecánica movimiento de los brazos o brazada.</li> </ul>	Ejecuta los ejercicios de forma adecuada	Programa Piscina Tablas Ligas Paletas	Ficha de observación técnica, escala numérica	Observación

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**IMPLEMENTACIÓN DE UNA GUÍA DE ESTRATEGIAS  
METODOLÓGICAS PARA LA ENSEÑANZA DEL  
ESTILO PECHO DE LA DISCIPLINA DE NATACIÓN EN  
EL SEXTO AÑO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICA  
DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA DR. ISIDRO AYORA  
DEL CANTÓN LATACUNGA EN EL AÑO LECTIVO  
2013-2014”**





### 3.9 DESARROLLO DE LA PROPUESTA

Previamente se realizara una planificación didáctica para el desarrollo de la propuesta:

#### ESTILO BRAZA O PECHO

El propósito del presente trabajo investigativo es por medio de un proceso adecuado de interaprendizaje se logre mejorar el trabajo pedagógico del docente de Educación Física a tal punto que le permita desarrollar habilidades y destrezas acuáticas en los estudiantes de esta forma generar el interés por el aprendizaje del estilo pecho técnicamente correcta.

#### FIGURA 3.1. ESTILO BRAZO PECHO



**Fuente:** <http://viviresundeporte.com.mx/2015/09/conoce-los-estilos-de-nado-y-metete-a-la-alberca/>

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

### EJERCICIOS BÁSICOS DE TÉCNICA DEL ESTILO BRAZA O PECHO

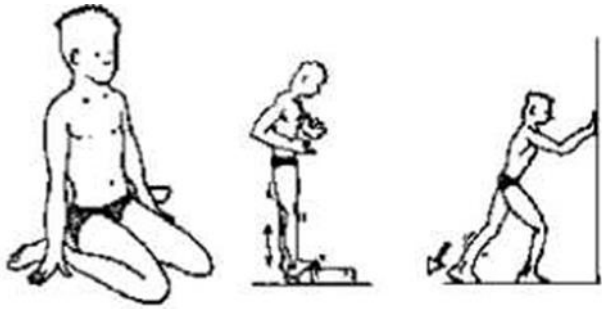
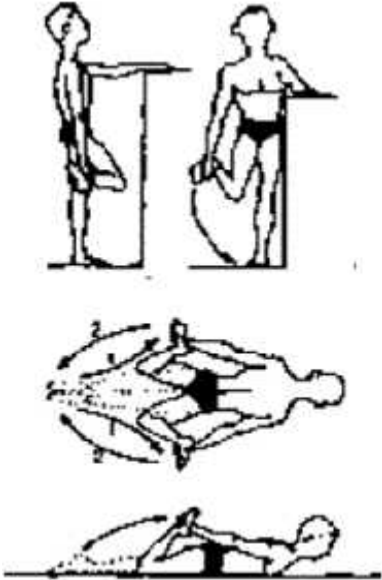
#### 1. EJERCICIOS DEL ESTILO PECHO FUERA DEL AGUA

- Visualización.
- Mecanización técnica fuera del agua
- Repetición de ejercicios en seco

**Estrategias metodológicas a aplicar.-** son indicaciones metodológicas a través de diferentes estrategias a determinan detalles técnicos a los cuales se les debe prestar atención para el mejoramiento del aprendizaje:


- **Práctico.-** esta estrategia metodológica es aquella que le permite al deportista realizar la práctica activa de determinado ejercicio técnico hasta lograr su completa y perfecta ejecución.
- **Demostrativo.-** es aquel que el facilitador o maestro lo ejecutara mientras que el estudiante lo observara atentamente para intentarlo después.
- **Explicativo.-** está caracterizada por la explicación tanto teórica, científica y técnica donde intentara que el deportista capte la idea a esto le puede acompañar videos acerca del ejercicio a ejecutar de determinado estilo o solamente la explicación.
- **Global fragmentado.-** es aquel que permite al profesor fragmentar el ejercicio es decir en otras palabras realizar el ejercicio por partes es así que en el caso de la brazada del estilo pecho se realiza por partes cómo va la posición de las manos, el agarre, el tirón, el impulso esto a través de ejercicios que permita ir paso a paso hasta lograr su total ejecución.
- **Ayuda directa.-** en este caso es con la ayuda asistida por parte del docente dentro y fuera de agua al realizar el ejercicio o movimiento directo en el cuerpo del estudiante es decir al momento de la mecanización de la patada del estilo pecho el profesor será el que le asista en la ejecución del mismo.
- **Estimulo mecánico.-** este se realiza al práctica de manera constate un movimiento al punto que a base de repeticiones logramos estimular el perfeccionamiento.
- **Ideomotor.-** en esta estrategia lo que hacemos es trabajar con el aspecto cognitivo mira y aprende es decir si se necesita que el estudiante realice la brazada se le pide observar videos y al mirar tiene la idea de cómo hacerlo.

**TABLA 3.4. FLEXIBILIDAD DE PIERNAS Y COLOCACIÓN DE PIES  
LATERALES**

<b>Estrategia metodológica:</b> Explicación y Ayuda directa	
<b>Objetivo:</b> mejorar la flexibilidad de piernas para facilitar la patada.	
<b>Error: técnico:</b> que las piernas no lleguen a su ángulo máximo de flexibilidad.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> fácil (principiantes.)	
<b>Inicio del ejercicio:</b> Ejercicios de flexibilidad específicos para la patada de	
<b>Observaciones:</b> El tiempo de ejecución por ejercicio será de 1 min Con descanso de 10 segundos	
<b>Objetivo:</b> adaptar la posición de pies laterales para que al momento de la patada la posición sea lateral.	
<b>Error técnico:</b> patada con el empeine del pie, puntas de pie hacia abajo	
<b>Nivel del ejercicio:</b> medio (principiantes)	
<b>Inicio del ejercicio:</b> En posición de pie realizar equilibrio flexionando la punta del pie de forma lateral hacia afuera. La mano que agarra el pie lo hará por el dorso del pie al punto que pueda topar la planta del pie con los dedos. Realizar ejercicios circulares en la misma posición de la mano anterior manteniendo la posición de mano, pie y puntas de dedos hasta llegar al mismo punto inicial. <ul style="list-style-type: none"> <li>No olvidar que durante el transcurso de todo el ejercicio la flexión del pie es lateral y hacia afuera.</li> </ul>	

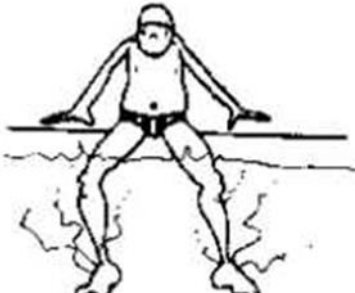
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**TABLA 3.5. ESTIRAMIENTO DE PIERNAS EN POSICIÓN SENTADOS**

<b>Estrategia metodológica:</b> Explicación, demostración e Ideomotor	
<b>Objetivo:</b> lograr la posición de estiramiento máximo de piernas	
<b>Error técnico:</b> al momento de la fase final de la patada sin estirar totalmente las piernas volver a recogerlas.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> medio (principiantes)	
<p><b>Inicio del ejercicio:</b> Ejecutar las tres fases de la patada de estilo pecho sentado.</p>	

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**TABLA 3.6. POSICIÓN LATERAL, AFUERA Y CIRCULAR DE PIES**

<b>Estrategia metodológica:</b> práctico	
<b>Objetivo:</b> adaptar en el estudiante la capacidad de poder mantener la posición de <u>pies lateral y circular para una correcta patada de estilo pecho.</u>	
<b>Error técnico:</b> no mantener la posición lateral de los pies y perder la consecución del movimiento circular	
<b>Nivel del ejercicio:</b> medio (principiantes)	
<p><b>Inicio del ejercicio:</b> Realizar movimientos circulares con los pies en posición lateral al punto que se topen los dos</p>	

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**TABLA 3.7. PLAN DE CLASE NÚM. 1**

Datos Informativos		Datos Pedagógicos					
<b>Institución:</b> Isidro Ayora		<b>Área:</b> Educación Física		<b>Eje integrador:</b> desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y Socio afectivo para mejorar la calidad de vida.			
<b>Bloque Curricular:</b> 1		<b>Año lectivo:</b> xxx		<b>Eje de aprendizaje:</b> habilidades motrices			
<b>Docente:</b> xxx		<b>Periodo:</b> .....		<b>Eje transversal:</b> interrelación del ser humano			
<b>Año de Educación Básica:</b>		<b>Método:</b> mixto		<b>Tema:</b> flexibilidad de piernas y colocación de pies laterales posición lateral, afuera y circular de pies			
<b>Fecha:</b> xxx		<b>Macro destreza:</b> natación					
<b>Estrategia metodológica:</b> Explicación, ayuda directa, demostración, ideomotor y practico							
<b>Objetivo:</b> regenerar la flexibilidad y la correcta posición de los pies para la adaptación de la patada del estilo pecho en el estudiante.							
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de Desempeño	Estrategia metodológica	Actividades	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación	
						Instrumento	Técnica
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas	Adaptar en el estudiante la capacidad de flexibilidad y posición correcta de los pies para el inicio de la enseñanza de la patada del estilo pecho	Explicación, ayuda directa, demostración, ideomotor y practico	Calentamiento general y específico. Ejercicio de flexibilidad de piernas en diversas posiciones (de pie y sentado). Posición de pies en forma lateral (de pie y acostado). En posición sentado realizar movimientos circulares con las puntas de los pies en forma lateral. Sentado al filo de la piscina realizar movimientos circulares manteniendo la posición lateral de los pies.	El estudiante reconoce, capta, mantiene la posición lateral de pies y ejecuta los movimientos circulares de iniciación de la patada del estilo pecho.	Estudiantes Piscina Cronometro Pito	Registro	Observación

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra.

**TABLA 3.8. EJERCICIOS DE PATADA DE ESTILO PECHO DENTRO DEL AGUA AL BORDE DE LA PISCINA**

<b>Estrategia metodológica:</b> global fragmentado	
<b>Objetivo:</b> mejorar la patada del estilo pecho sobre un soporte fijo que le permita al estudiante realizar el movimiento cíclico lateral en el aire al punto que sea constante	
<b>Error técnico:</b> patear hacia afuera y hacia abajo.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> intermedio	
<b>Inicio del ejercicio:</b> Realizar las 3 fases de la patada de braza tumbado en el bordillo.	

Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.9. EJERCICIOS DE PATADA DE ESTILO PECHO**

<b>Estrategia metodológica:</b> Global fragmentado y estímulo mecánico	
<b>Objetivo:</b> realizar el ejercicio en posición dorsal para relacionar la patada lateral y el movimiento cíclico progresivo	
<b>Error técnico:</b> rodillas fuera del agua.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> intermedio	
<b>Inicio del ejercicio:</b> Mejor que en el dibujo es realizar la patada de braza posición dorsal y con brazos estirados hacia la parte superior de la cabeza.	
<b>Observaciones:</b> Sin salir a la superficie las rodillas	


Elaborado Por: Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.10. PLAN DE CLASE NÚM. 2**

Datos Informativos		Datos Pedagógicos					
<b>Institución:</b> Isidro Ayora	<b>Área:</b> Educación Física	<b>Eje integrador:</b> desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y socio afectivas para mejorar la calidad de vida.					
<b>Bloque Curricular:</b> 1	<b>Año lectivo:</b> xxx	<b>Eje de aprendizaje:</b> habilidades motrices					
<b>Docente:</b> xxx	<b>Periodo:</b> .....	<b>Eje transversal:</b> interrelación del ser humano					
<b>Año de Educación Básica:</b>	<b>Método:</b> mixto	<b>Tema:</b> ejercicios de patada de estilo pecho dentro del agua al borde de la piscina					
<b>Fecha:</b> xxx	<b>Macro destreza:</b> natación	<b>Estrategia metodológica:</b> global fragmentado, estímulo mecánico					
<b>Objetivo:</b> lograr en el estudiante que capte la mecánica del movimiento de la patada del estilo pecho a tal punto que capte por partes como hacerlo.							
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de desempeño	Estrategia metodológica	Actividades	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación	
						Instrumento	Técnica
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas	Adaptar en el estudiante el inicio de la mecánica empezando desde lo más general a lo específico de la patada de pecho fuera de la piscina y durante la flotación dorsal	Global fragmentado y estímulo mecánico	<p>Calentamiento general y específico.</p> <p>Realizar las 3 fases de la patada de braza en posición ventral y sobre el bordillo de la piscina o sobre la tabla de salto.</p> <p>Realizar la patada de braza posición dorsal y con brazos abajo dentro de la piscina y en posición de flotación dorsal.</p> <p>El movimiento deberá ser ejecutado de forma radial evitando sacar las rodillas sobre el agua y manteniendo la posición de los brazos estirados.</p> <p>Relajación, estiramiento y explicación general.</p>	Ejecuta de forma adecuada los ejercicios asignados.	Estudiantes Piscina Cronometro Pito	Registro	Observación


**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.11. PATADA DE PECHO CON LA AYUDA DE FLOTADOR**

<b>Estrategia metodológica.-</b> Explicación y ayuda directa	
<b>Objetivo:</b> mejorar la patada del estilo pecho con la práctica y la ayuda de flotador	
<b>Error técnico:</b> sacar los pies del agua, patear con el empeine	
<b>Nivel del ejercicio:</b> principiante – intermedio	
<b>Inicio del ejercicio:</b> Piernas de brazo con una tabla adelante	
<b>Observaciones:</b> Se puede aumentar una variante que es la respiración.	

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.12. PATADA DE ESTILO PECHO EN RELACIÓN A LA FLEXIBILIDAD**

<b>Estrategia metodológica.-</b> Estímulo mecánico e Ideomotor.	
<b>Objetivo:</b> adaptar en el estudiante la capacidad de flotación y lograr la posición adecuada de los pies.	
<b>Error técnico:</b> que los talones no lleguen a su ángulo máximo y q los pies salgan del agua	
<b>Nivel del ejercicio:</b> intermedio - avanzado	
<b>Inicio del ejercicio:</b> Este es el ejercicio más eficaz. Brazos abajo, a tocar talones con palma de la mano	

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

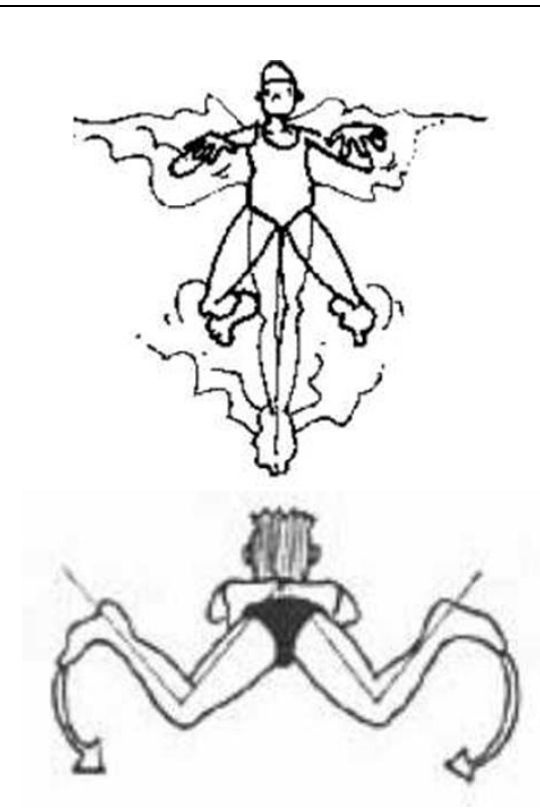


**TABLA 3.13. PLAN DE CLASE NÚM. 3**

Datos Informativos		Datos Pedagógicos					
<b>Institución:</b> Isidro Ayora		<b>Área:</b> Educación Física					
<b>Bloque Curricular:</b> 1		<b>Año lectivo:</b> xxx		<b>Eje integrador:</b> desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y socio afectivas para mejorar la calidad de vida.			
<b>Docente:</b> xxx		<b>Periodo:</b> .....		<b>Eje de aprendizaje:</b> habilidades motrices			
<b>Año de Educación Básica:</b>		<b>Método:</b> mixto		<b>Eje transversal:</b> interrelación del ser humano			
<b>Fecha:</b> xxx		<b>Macro destreza:</b> natación		<b>Tema:</b> patada de pecho en relación a la flexibilidad con y sin ayuda de flotador.			
<b>Estrategia metodológica:</b> Explicación y ayuda directa, estímulo mecánico e Ideomotor.							
<b>Objetivo:</b> mejorar la patada del estilo pecho con la práctica y la ayuda de flotador adaptando en el estudiante la capacidad de flotación hasta llegar a la posición adecuada de los pies							
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de desempeño	Estrategia metodológica	Actividades	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación	
						Instrumento	Técnica
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas	Reformar en el estudiante la capacidad de flexibilidad y posición correcta de los pies para el mejoramiento de la patada del estilo pecho	Explicación y ayuda directa, estímulo mecánico e Ideomotor.	Calentamiento general y específico. Con la ayuda de una tabla de flotación empezar a patear pero manteniendo la correcta posición lateral de los pies. En flotación ventral al momento de cada patada los brazos estarán abajo y tocarán talones con palma de la mano.	El estudiante reconoce, capta, mantiene la posición lateral de pies y ejecuta los movimientos circulares de iniciación de la patada del estilo pecho.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estudiantes</li> <li>• Piscina</li> <li>• Cronometro</li> <li>• Pito</li> </ul>	Registro	Observación

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.14. MECÁNICA DE PIERNAS Y POSICIÓN DE PIES**

<b>Estrategia metodológica.-</b> Global fragmentada	
<b>Objetivo:</b> Corregir los errores técnicos a través de práctica global fragmentada para la adaptación de la técnica de la patada del estilo pecho.	
<b>Error técnico:</b> Patear con el empeine, no topar los talones, la punta de los pies hacia arriba, patada dispareja o desigual.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> Intermedio	
<p><b>Inicio del ejercicio:</b> En los ejercicios de piernas verticales de braza tope de talones y estiramiento máximo al o largo de las piernas.</p> <p><b>Técnico:</b> en la patada de pecho hay que intentar que las plantas del pie se encuentren hacia el cielo la punta de los pies hacia abajo y ligeramente hacia adelante rodillas abiertas en amplitud máxima</p>	


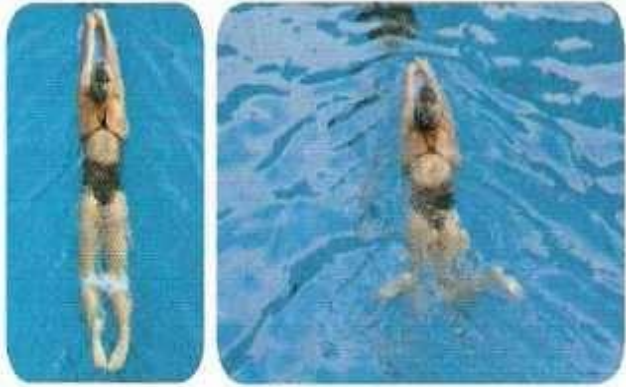
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.15. PLAN DE CLASE NÚM. 4**

Datos Informativos			Datos Pedagógicos				
<b>Institución:</b> Isidro Ayora		<b>Área:</b> Educación Física		<b>Eje integrador:</b> desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y socio afectivas para mejorar la calidad de vida.			
<b>Bloque Curricular:</b> 1		<b>Año lectivo:</b> xxx		<b>Eje de aprendizaje:</b> habilidades motrices			
<b>Docente:</b> xxx		<b>Periodo:</b> .....		<b>Eje transversal:</b> interrelación del ser humano			
<b>Año de Educación Básica:</b>		<b>Método:</b> mixto		<b>Tema:</b> mecánica de piernas y posición de pies			
<b>Fecha:</b> xxx		<b>Macro destreza:</b> natación					
<b>Estrategia metodológica:</b> global fragmentada							
<b>Objetivo:</b> Corregir los errores técnicos a través de práctica global fragmentada para la adaptación de la técnica de la patada del estilo pecho.							
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de desempeño	Estrategia metodológica	Actividades	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación	
						Instrumento	Técnica
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas	Adaptar en el estudiante la capacidad de flexibilidad y posición correcta de los pies para el inicio de la enseñanza de la patada del estilo pecho	Global fragmentada	Calentamiento general y específico. Dentro de la piscina realizar ejercicio de patada de pecho a tal punto que tope de talones y estiramiento máximo al o largo delas piernas. En la ejecución de la patada de pecho hay que intentar que las plantas del pie se encuentren hacia el cielo, la punta de los pies hacia abajo y ligeramente hacia adelante , rodillas abiertas en amplitud máxima	Ejecuta de forma correcta la patada de pecho adaptando la corrección de errores técnicos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estudiantes</li> <li>• Piscina</li> <li>• Cronometro</li> <li>• Pito</li> </ul>	Registro	Observación

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.16. PATADA CON LIGAS**

<b>Estrategia metodológica.-</b> Estímulo mecánico y explicación	
<b>Objetivo:</b> Mejorar la amplitud del batido de la patada	
<b>Error técnico:</b> Flexibilidad deficiente que no permite una propulsión adecuada y amplia	
<b>Nivel de ejercicio:</b> Avanzado	
<p><b>Inicio del ejercicio:</b> en posición ventral con los brazos totalmente estirados, en la parte de los muslos se coloca una banda elástica para realizar el movimiento mecanizado de la patada en posición de pies lateral.</p>	
<p><b>Trabajo técnico:</b> el estudiante deberá realizar movimientos amplios, fluidos y progresivos ya sea en el borde de la piscina, con una tabla y por último el nado completo en la piscina.</p>	


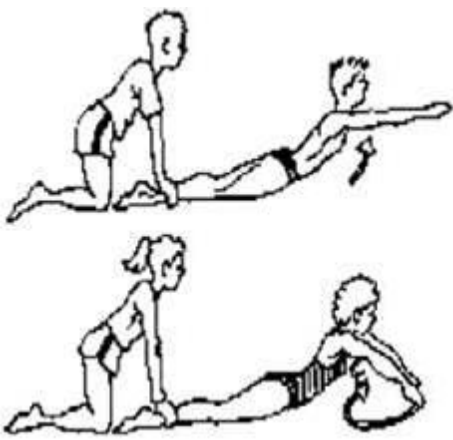
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.17. PLAN DE CLASE NÚM. 5**

Datos Informativos			Datos Pedagógicos				
<b>Institución:</b> Isidro Ayora		<b>Área:</b> Educación Física		<b>Eje integrador:</b> desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y socio afectivas para mejorar la calidad de vida.			
<b>Bloque Curricular:</b> 1		<b>Año lectivo:</b> xxx		<b>Eje de aprendizaje:</b> habilidades motrices			
<b>Docente:</b> xxx		<b>Periodo:</b> .....		<b>Eje transversal:</b> interrelación del ser humano			
<b>Año de Educación Básica:</b>		<b>Método:</b> mixto		<b>Tema:</b> patada con ligas			
<b>Fecha:</b> xxx		<b>Macro destreza:</b> natación					
<b>Estrategia metodológica:</b> estímulo mecánico y explicación							
<b>Objetivo:</b> optimizar la amplitud del batido de la patada							
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de desempeño	Estrategia metodológica	Actividades	Indicadores esenciales de	Recursos	Evaluación	
						Instrumento	Técnica
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas	Lograr la amplitud máxima de la patada del estilo pecho y el movimiento mecánico con fuerza durante la ejecución de la patada.	Estímulo mecánico y explicación	Calentamiento general y específico. Dentro de la piscina realizar ejercicio de patada de pecho a tal punto que tope de talones y estiramiento máximo al o largo delas piernas. En la ejecución de la patada de pecho hay que intentar que las plantas del pie se encuentren hacia el cielo, la punta de los pies hacia abajo y ligeramente hacia adelante , rodillas abiertas en amplitud máxima y vuelta a la calma	Ejecuta de forma correcta la patada de pecho adaptando la corrección de errores técnicos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estudiantes</li> <li>• Piscina</li> <li>• Cronometro</li> <li>• Pito</li> </ul>	Registro	Observación


**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.18. MECÁNICA DE BRAZOS DEL ESTILO PECHO EN TIERRA**

<b>Estrategia metodológica.-Práctico e Ideomotor</b>	
<b>Objetivo:</b> Lograr que el estudiante capte el movimiento mecánico de la brazada en este caso la demostración será primordial	
<b>Error técnico:</b> Realizar movimientos ajenos a la demostración y la ayuda asistida	
<b>Nivel del ejercicio:</b> Principiante e intermedio	
<p><b>Inicio del ejercicio:</b> este será realizado en tierra y ayudara a perfeccionar la brazada el estilo pecho.</p> <p><b>Progresión del ejercicio:</b></p> <p>En posición de pie con el troco ligeramente flexionado, con los brazos extendidos hacia adelante con ayuda del profesor le guiara el movimiento de la brazada del estilo pecho.</p> <p>El estudiante de cubito ventral, el profesor le hará un soporte en los tobillos y el alumno empezara a realizar el recorrido de la brazada, el mismo que lo realizara con una leve elevación en el aire al punto que le permitan pasara los brazos sin impedimento.</p>	 

**Elaborado Por:** Hernán dez Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.19. ACCIÓN DE BRAZADA CON AYUDA ASISTIDA**

<b>Estrategia metodológica.-</b> Estimulo mecánico e Ideomotor	
<b>Objetivo:</b> Desarrollar la ejecución de la brazada al punto de poder controlar el equilibrio y la fuerza lumbar en la progresión de la brazada.	
<b>Error técnico:</b> no apegar los codos a la parte lateral del pecho, bajar demasiado las manos y q la brazada no salga del pecho, separar los dedos y las manos que no se encuentren en posición palmar.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> Intermedio y avanzado	
<p><b>Inicio del ejercicio:</b></p> <p>De cubito ventral al borde de la piscina con el tronco en el aire con la ayuda del maestro que le hará soporte de los tobillos. Y en una posición casi aérea realizar la ejecución En el aire sobre la piscina realizar el movimiento de los brazos repetidas veces.</p> <p>Este ejercicio podrá añadirle una variante que será el levantamiento progresivo de la parte lumbar del estudiante y la cabeza al momento del recobro hacia abajo y mirando el fondo la piscina.</p>	

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra


**TABLA 3.20. PLAN DE CLASE NÚM. 6**

Datos Informativos			Datos Pedagógicos					
<b>Institución:</b> Isidro Ayora		<b>Área:</b> Educación Física						
<b>Bloque Curricular:</b> 1		<b>Año lectivo:</b> xxx		<b>Eje integrador:</b> desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y socio afectivas para mejorar la calidad de vida.				
<b>Docente:</b> xxx		<b>Periodo:</b> 1		<b>Eje de aprendizaje:</b> habilidades motrices				
<b>Año de Educación Básica:</b>		<b>Método:</b> mixto		<b>Eje transversal:</b> interrelación del ser humano				
<b>Fecha:</b> xxx		<b>Macro destreza:</b> natación		<b>Tema:</b> acción de brazos del estilo pecho con y sin ayuda asistida				
<b>Estrategia metodológica:</b> Estimulo mecánico e ideomotor y práctico								
<b>Objetivo:</b> lograr que el estudiante capte el movimiento mecánico de la brazada, durante la ejecución controlar el equilibrio y la fuerza lumbar en la progresión de la brazada.								
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de desempeño	Estrategia metodológica	Actividades	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación		
						Instrumento	Técnica	
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas	Después de la demostración del docente realizar la brazada de estilo pecho	Estimulo mecánico y explicación	Calentamiento general y específico. En posición de pie con el troco ligeramente flexionado, con los brazos extendidos hacia adelante con ayuda del profesor le guiara el movimiento de la brazada del estilo pecho. Con ayuda asistida soporte en los tobillos el alumno realizará el recorrido de la brazada, el mismo que lo realizara con una leve elevación en el aire al punto que le permitan pasara los brazos sin impedimento. De cubito ventral al borde de la piscina con el tronco en el aire con la ayuda del maestro que le hará soporte de los tobillos. Y en una posición casi aérea realizar la ejecución y con el levantamiento progresivo de la parte lumbar. El momento del recobro el estudiante mantiene la mirada el fondo la piscina. Vuelta a la calma	Observa la demostración del docente y ejecuta idénticamente de brazada de pecho adaptando la corrección de errores técnicos. Trabaja en equipo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•Estudiantes</li> <li>• Piscina</li> <li>•Cronometro</li> <li>o Pito</li> </ul>	Registro	Observación	

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra



**TABLA 3.21. BRAZADA EN EL MEDIO ACUÁTICO SIN PATADA**

<b>Estrategia metodológica.- Práctico</b>	
<b>Objetivo:</b> desarrollar la habilidad de la realización de la progresión de las fases de la brazada del estilo pecho.	
<b>Error técnico:</b> realizar la brazada sin cerrar los dedos y empezar en su inicio que es el pecho.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> intermedio	
<p><b>Inicio del ejercicio</b></p> <p>Realizar ejercicio de brazada de estilo pecho sin movimiento alguno de piernas para dirigir la atención directamente a la mecánica de la brazada. Con la ayuda de un pullboy en las rodillas realizar la mecánica de brazos del estilo pecho, manteniendo los pies firmes a tal punto de movilizarse solo con la brazada.</p>	


**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.22. PLAN DE CLASE NÚM. 7**

Datos Informativos			Datos Pedagógicos				
Institución: Isidro Ayora		Área: Educación Física		Eje integrador: desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y socio afectivas para mejorar la calidad de vida.			
Bloque Curricular: 1		Año lectivo: xxx					
Docente: xxx		Periodo: .....		Eje de aprendizaje: habilidades motrices			
Año de Educación Básica:		Método: mixto		Eje transversal: interrelación del ser humano			
Fecha: xxx		Macro destreza: natación		Tema: brazada en el medio acuático sin patada			
Estrategia metodológica: práctico							
Objetivo: desarrollar la habilidad de la realización de la progresión de las fases de la brazada del estilo pecho.							
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de desempeño	Estrategia metodológica	Actividades	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación	
						Instrumento	Técnica
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas	Lograr la amplitud máxima de la patada del estilo pecho y movimiento mecánico con fuerza durante la ejecución de la patada.	Estimulo mecánico y explicación	Calentamiento general y específico. Realizar ejercicio de brazada de estilo pecho sin movimiento alguno de piernas para dirigir la atención directa solamente a la mecánica de la brazada este ejercicio le aumenta la respiración. Con la ayuda de un pullboy en las rodillas realizar la mecánica de brazos del estilo pecho, manteniendo los pies firmes a tal punto de moverse solo con la brazada. Verificar que los dedos estén cerrados y la amplitud del movimiento de los brazos sea la adecuada y vuelta a la calma	Realiza la brazada de pecho en relación a la respiración adaptando la corrección de errores técnicos.	Estudiantes Piscina Cronometro Pito	Registro	Observación

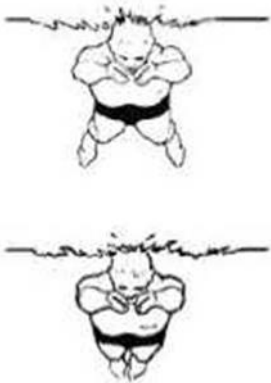
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.23. PUNTO MUERTO DE BRAZA O PECHO**

<b>Estrategia metodológica.-</b> Ideomotor, práctico	
<b>Objetivo:</b> desarrollar la habilidad del deslizamiento o etapa de arranque o impulso	
<b>Error técnico:</b> deslizamiento débil o escaso	
<b>Nivel del ejercicio:</b> intermedio y avanzado	
<b>Volumen de carga:</b> 4 x 50 mt.	
<b>Inicio del ejercicio:</b> Estudiante en posición ventral (estilo braza).	
<p><b>Técnica:</b> al culminar la etapa de patada y brazada de pecho, los brazos están totalmente extendidos al frente, el nadador se quedará en punto muerto en esta posición donde dará una patada de propulsión y después empezará la etapa de patada y brazada de pecho otra vez repitiendo esta acción, la posición del cuerpo será importante ya que le permitirá disminuir la resistencia al agua y logrará un deslizamiento que le ayude con un nado más rápido.</p> <p>Esta será una etapa de calma de pocos segundos que le permitirán empezar el impulso durante el deslizamiento.</p>	

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.24. ETAPA DE IMPULSO DESLIZAMIENTO**

<b>Estrategia metodológica.-</b> Estimulo mecánico, práctico	
<b>Objetivo:</b> mejorar la habilidad de deslizamiento del estudiante a tal punto que le permita la máxima propulsión y rapidez de su nado.	
<b>Error técnico:</b> escasas en el deslizamiento o casi nada.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> intermedio y avanzado	
<b>Volumen de carga:</b> 6 x 25 mt.	
<p><b>Posición inicial:</b></p> <p>Ventral en sentido de realizar estilo pecho o braza.</p> <p><b>Trabajo Técnico:</b> el nadador se coloca en posición de nado de braza, después del recobro de los brazos deberá exagerar de forma extrema el deslizamiento de su cuerpo de tal manera que se aproveche al máximo el impulso adquirido en la fase del deslizamiento es así que en el proceso del deslizamiento el cuerpo mantendrá la posición horizontal, firme, los brazos totalmente extendidos hacia el frente y la cabeza con la mirada hacia el fondo de la piscina.</p>	




**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.25. PLAN DE CLASE NÚM. 8**

Datos Informativos		Datos Pedagógicos				
<b>Institución:</b> Isidro Ayora	<b>Área:</b> Educación Física	<b>Eje integrador:</b> desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y socio afectivas para mejorar la calidad de vida.				
<b>Bloque Curricular:</b> 1	<b>Año lectivo:</b> xxx					
<b>Docente:</b> xxx	<b>Periodo:</b> ....	<b>Eje de aprendizaje:</b> habilidades motrices				
<b>Año de Educación Básica:</b>	<b>Método:</b> mixto	<b>Eje transversal:</b> interrelación del ser humano				
<b>Fecha:</b> xxx	<b>Macro destreza:</b> natación	<b>Tema:</b> punto muerto y etapa de impulso y deslizamiento durante el nado de estilo pecho				
<b>Estrategia metodológica:</b> estímulo motor, ideomotor y practico						
<b>Objetivo:</b> desarrollar la habilidad del deslizamiento o etapa de arranque o impulso						
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de desempeño	Actividades	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación	
					Instrumento	Técnica
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas	Adaptar en el estudiante la capacidad de flexibilidad y posición correcta de los pies para el inicio de la enseñanza de la patada del estilo pecho	Calentamiento general y específico. En la etapa de patada y brazada los brazos están totalmente extendidos al frente, el punto muerto en esta posición donde dará una patada de propulsión para dar inicio otra vez repitiendo esta acción, la posición del cuerpo logrará un deslizamiento que le ayude con un nado más rápido. erar de forma extrema el deslizamiento de su cuerpo de tal manera que se aproveche al máximo el impulso adquirido en la fase del deslizamiento, los brazos totalmente extendidos hacia el frente y la cabeza con la mirada hacia el fondo de la piscina. Estiramiento y vuelta a la calma	Realiza el punto muerto y el deslizamiento de forma eficaz. Adoptando las correcciones técnicas.	Estudiantes Piscina Cronometro Pito	Registro	Observación

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.26. COORDINACIÓN BRAZOS – PIERNAS**

<b>Estrategia metodológica.-</b> práctico, Ideomotor, estímulo mecánico	
<b>Objetivo:</b> mejorar la patada de estilo pecho de forma coordinada con acción de brazos y piernas.	
<b>Error técnico:</b> realizar la acción simultánea de piernas y brazos.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> medio	
<b>Carga de trabajo.-</b> 4x 50 mt	
<p><b>Posición inicial:</b> Ventral para ejecución de estilo pecho.</p> <p><b>Trabajo técnico:</b> cuando los brazos empiezan la tracción, las piernas se encuentran totalmente estiradas, antes que la tracción de brazos culmine las piernas deberán empezar la etapa de recuperación a tal punto que los brazos alcancen la extensión completa y por consiguiente la cara se ha sumergido, empieza el impulso hacia atrás de las piernas. El deportista debe poner atención cuando los brazos hacen el recobro y allí en donde inicia la patada.</p>	  

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.27. COORDINACIÓN BRAZOS – RESPIRACIÓN**

<b>Estrategia metodológica.-</b> práctico, Ideomotor, estímulo mecánico	
<b>Objetivo:</b> coordinar la acción de los brazos con la respiración al momento del ingreso de la cabeza al agua.	
<b>Error técnico:</b> que la cabeza sale a hacer la respiración a destiempo en la acción de los brazos causa de la cual pierde la coordinación del nado.	
<b>Nivel del ejercicio:</b> medio	
<p><b>Posición Inicial:</b> nado de posición ventral estilo pecho.</p> <p><b>Trabajo Técnico:</b> los brazos tendrán una completa armonía coordinativa con la respiración, se tendrá en cuenta que la inspiración será al momento en el que los brazos se pliegan bajo el pecho y la expiración se realizará en el último de la tracción.</p>	

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**TABLA 3.28. PLAN DE CLASE NÚM. 9**

Datos Informativos		Datos Pedagógicos				
<b>Institución:</b> Isidro Ayora	<b>Área:</b> Educación Física	<b>Eje integrador:</b> desarrollar capacidades y destrezas motrices, cognitivas y socio afectivas para mejorar la calidad de vida.				
<b>Bloque Curricular:</b> 1	<b>Año lectivo:</b> xxx	<b>Eje de aprendizaje:</b> habilidades motrices				
<b>Docente:</b> xxx	<b>Periodo:</b> 1	<b>Eje transversal:</b> interrelación del ser humano				
<b>Año de Educación Básica:</b>	<b>Método:</b> mixto	<b>Tema:</b> coordinación brazos, piernas y respiración en el estilo pecho				
<b>Fecha:</b> xxx	<b>Macro destreza:</b> natación					
<b>Estrategia metodológica:</b> Explicación, ayuda directa, demostración, ideomotor y practico						
<b>Objetivo:</b> coordinar la acción de los brazos con la respiración al momento de la respiración.						
Objetivo didáctico	Destrezas con criterio de desempeño	Actividades	Indicadores esenciales de evaluación	Recursos	Evaluación	
					Instrumento	Técnica
Perfeccionar el desarrollo del conocimiento, destrezas y capacidades Corporales para aplicarlos durante las actividades acuáticas.	Adaptar en el estudiante la capacidad de flexibilidad y posición correcta de los pies para el inicio de la enseñanza de la patada del estilo pecho	Calentamiento general y específico.  Los brazos empiezan la tracción, las piernas se encuentran totalmente estiradas, antes que la tracción de brazos culmine las piernas deberán empezar la etapa de recuperación a tal punto que los brazos alcancen la extensión completa y por consiguiente la cara se ha sumergido, empieza el impulso hacia atrás de las piernas.  Los brazos tendrán una completa armonía Coordinativa con la respiración.	Ejecuta los movimientos acorde a las correcciones de los errores.	Estudiantes Piscina Cronometro Pito	Registro	Observación

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### Bibliografía citada

- Academia, Real y Lengua, de la. 1992. Diccionario. España: Edipespañola, 1992. ISBN.
- DANSEOUN, Luois. 1978. Estrategias de enseñanza. Nuevo Leon: edip Can, 1978. ISBN.
- HANSEIN, Novak. 2010. aprendizaje significativo. España : world the academy, 2010.
- ILEAN, MELAS. 2005; 2006. Movimientos para todos. España: sn, 2005; 2006.
- Jimeno, margarita y Angeles Soler. 2011. La natación y sus beneficios. México: EDITORIAL GYMNOS, 2011.
- Jorge Hidrovo Alarcon. 2013. Latacunga braceo y logro campeonato provincial. La gaceta. semanal, 2013, Vol. I, 26.
- LOPEZ, Pablo. 2012. Manual de Educación Física y Deportes. Barcelona: Editorial
- Océano, 2012. ISBN 9788449422706.
- MUÑOS, Bertha, LONDOÑO, María. 2011. Estrategias de la enseñanza de EE.FF a la luz de la motricidad. Medellín: Edcadavid, 2011. ISBN\ ISSN.
- Muños, Herrera. y Guillen, del Castillo. 2001. Modelo Narrativo LUdico. [aut. libro] Beltrán Luis. actualizaciones pedagógicas. Córdoba: edipcorp, 2001.
- NAVAS, Oswaldo. 2005.2006. conceptos. Suiza: sn, 1997.
- SUAREZ, Ruben y MIRKIN, Ana. 2011. Características del Proceso Metodológico en Natación. [DOCUMENTO] Madrid: PRODUCTION PSICALS EDUCATION, 2011. ISBN/ISSN.
- WYNMANN, Nikolaus. 1538. Historia y evolución de la natación. Alemania: s.n., 1538.

## **Bibliografía Consultada**

- ANDREWS, Kenneth. 1999. estrategias para un buen vivir. Estados Unidos: the concep of corporate strategy, 1999.
- BERNAL, Cesar. 2000. Metodología de la Investigación. Sta. Fe de Bogotá: Pearson
- Carta Europea del Deporte. Unisport. 1992. 18, Barcelona: Edipbarce, 1992, Vol. II. ISBN.
- COFRE y UTC, Jorge. 2013. tesis de Grado UTC. Latacunga: s.n., 2013.
- CONDE, Pérez. 1990. Educación infantil en el medio acuático. Madrid: ed. Gymnos, 1990. ISBN.
- CONDE, Pérez. 1990. natación. México: edipmex, 1990.
- CHANDLER, Alfred. 2012. Estrategias en el mundo actual. Canadá: Strategy and structure, 2012.
- Diario La Gaceta. 2010. EL ENTRENAMIENTO DE LA NATACION. DEPORTES. 15, 2010, 4.
- DIAZ, Aurora. 2014. Educación. [Documento] Puebla: s.n., 2014.
- Ministerio del Deporte "Ejercitate Ecuador". Ecuador, Ministerio del Deporte. 2012. 16, Quito: Vistazo, 2012, Vol. 89. ISBN.

## **Bibliografía Electrónica**

- AGUILAR y Dionisio. 2010. Investigadores de educación/definición del deporte. [Blog] Trujillo: Blogsedip Perú, 2010. ISBN.
- efdeportes.com/ilafit/aft. Cevallos, Janeth. 2012.
- <http://www.efdeportes.com/ilafit/aft.htm>. [En línea] 2012. [Citado el: lunes de octubre de 2013.]
- El aprendizaje medio de desarrollo. MORETA, Fernando. 2006. 289, Argentina: Efdeportes, 2006, Vol. I.
- ERNEST, Hilgard. [En línea] [Citado el: 06 de enero de 2014.]

- Estilo braza. Corporation, microsoft. 2005. 18, EE.UU: ENCICLOPEDIA ENCARTA 2005, 2005, Vol. I. IBSN 1993-2004.
- Federation Internationale de Natation Amateur. 2012. FINA. USA: Fina, 2012. ISBN.

# ANEXOS

**Anexo 1) Ficha de observación**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI**  
**UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y**  
**HUMANÍSTICAS**  
**CARRERA DE CULTURA FÍSICA**

**Responsable:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Objetivo:** Observar las características de cada uno de los estudiantes para la aplicación de una guía de estrategias metodológicas para la enseñanza del estilo pecho.

**FICHA DE OBSERVACIÓN**

**TEMA DE CLASE:** Natación

Nº	Observación	Orden	A	B	C	D
1	Principios y directivas didácticas.	1				
2	Partió de los conocimientos previos del estudiante.	2				
3	Aprecia conocimientos básicos de la natación en el	3				
4.	Las preguntas planteadas a los estudiantes fueron	4				
5	El estudiante comprende las explicaciones del tema.	5				
6	El grupo tiene interés por aprender a nadar estilo	6				
7	Demostró disposición para el dialogo.	7				
8	Los estudiantes se encontraban motivados por la	8				
9	El docente está capacitado para la ejecución de la	9				
10	El material didáctico fue utilizado de forma	10				

**Parámetros.**

- a) Excelente
- b) Muy Bueno
- c) Bueno
- d) En Proceso

**CONCLUSIÓN**

.....  
.....

Anexo 2) Encuesta a docentes



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI  
UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS  
Y HUMANÍSTICAS  
CARRERA DE CULTURA FÍSICA

---

ENCUESTA DIRIGIDA A PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA  
ESCUELA FISCAL MIXTA “ISIDRO AYORA”

**OBJETIVO:** relacionar el nivel de conocimiento de los estudiantes acerca de la natación.

**INSTRUCCIONES:**

- Marque con un visto en el cuadro de la respuesta de forma clara, concreta y sincera.
- De la seriedad puesta en la presente encuesta dependerá el éxito del presente trabajo investigativo.

**1.- ¿Los estudiantes saben acerca de la práctica de la natación?**

a) SI  b) NO

**2.- ¿Usted dentro del proceso aprendizaje incentiva a los estudiantes a realizar actividades acuáticas?**

a) SI  b) NO

**3.- ¿Dentro de los contenidos programáticos de Cultura Física incluye la práctica de la natación en los procesos enseñanza aprendizaje?**

a) SI  b) NO

**4.- ¿Ha Practicado usted el estilo pecho en su preparación y actualización profesional?**

a) SI

b) NO

**5.- ¿usted aplica estrategias metodológicas durante el proceso enseñanza aprendizaje de la natación?**

a) SI

b) NO

**6.- ¿Considera usted que la creación de un programa de estrategias metodológicas mejorarán el proceso de enseñanza del estilo pecho?**

a) SI

b) NO

**7.- ¿Es importante tener un programa de estrategias metodológicas para la práctica de la natación?**

a) SI

b) NO

**8.- ¿El presente trabajo investigativo logrará mejorar el proceso volitivo e integral de sus estudiantes?**

a) SI

b) NO

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

Anexo 3) Encuesta Padres de familia



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI**  
UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS  
Y HUMANÍSTICAS  
CARRERA DE CULTURA FÍSICA

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS PADRES DE FAMILIA DE LA ESCUELA FISCAL MIXTA “ISIDRO AYORA”

**OBJETIVO:** Analizar el nivel de conocimiento acerca de las actividades físicas recreativas que realizan sus hijos y el apoyo a los mismos referente al presente trabajo investigativo.

**INSTRUCCIONES:**

- Marque con un visto en el cuadro de la respuesta de forma clara, concreta y sincera.
- De la seriedad puesta en la presente encuesta dependerá el éxito del presente trabajo investigativo.

**1.- ¿Sabe usted si su hijo/a realiza natación en el tiempo libre**

a) SI  b) NO

**2.- ¿Le gustaría que su hijo practique la natación?**

a) SI  b) NO

**3.- ¿Cree usted que la natación mejora la calidad de vida de sus hijos?**

a) SI  b) NO

**4.- ¿Apoyaría usted a su hijo/a que practique natación como un deporte?**

a) SI  b) NO



**5.- ¿Le gustaría que su hijo aprenda a nadar diferentes estilos en la natación?**

a) SI

b) NO

**6.- ¿Está usted de acuerdo que el profesor de Cultura Física enseñe a sus estudiantes el estilo pecho?**

a) SI

b) NO

**7.- ¿Desearía se aplique un programa de estrategias metodológicas durante las clases de Cultura Física?**

a) SI

b) NO

**8.- ¿Cree usted que es importante la motivación en los procesos de enseñanza aprendizaje en la natación?**

a) SI

b) NO

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

Anexo 4) Encuesta a los estudiantes



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI**

UNIDAD ACADÉMICA DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y HUMANÍSTICAS  
CARRERA DE CULTURA FÍSICA

ENCUESTA DIRIGIDA A LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FISCAL  
MIXTA “ISIDRO AYORA”

**OBJETIVO:** Analizar el nivel de conocimiento y aceptación que tiene los estudiantes en relación a la natación para mejorar su autoestima.

**INSTRUCCIONES:**

- Marque con un visto en el cuadro de la respuesta de forma clara, concreta y sincera.
- De la seriedad puesta en la presente encuesta dependerá el éxito del presente trabajo investigativo.

**1.- ¿Le gustaría aprender a nadar?**

a) SI  b) NO

**2.- ¿Le gustaría que su profesor de Cultura Física enseñe natación?**

a) SI  b) NO

**3.- ¿Le gustaría aprender a mejorar los estilos en la natación?**

a) SI  b)

**4.- ¿El profesor en los procesos de enseñanza aprendizaje de natación utiliza actividades lúdicas?**

a) SI

b) NO

**5.- ¿Le gustaría aprender a nadar el estilo pecho o llamado comúnmente estilo rana?**

a) SI

b) NO

**6.- ¿Desearía participar en un programa de natación que le ayude a mejorar su calidad de vida?**

a) SI

b) NO

**7.- ¿Le gustaría mejorar el estilo pecho mediante estrategias metodológicas?**

a) SI

b) NO

**8.- ¿Participaría usted en un programa que ayude a perfeccionar el estilo?**

a) SI

b) NO

**GRACIAS POR SU COLABORACIÓN**

**Anexo 5) Planificación Didáctica**

<b>ESCUELA ISIDRO AYORA</b>	<b>PLANIFICACIÓN DIDÁCTICA</b>	
<b>Datos Informativos</b>		
<b>Deporte:</b> Natación	<b>Área:</b> Educación Física	<b>Año EGB:</b> Sextos
<b>Docente:</b>	<b>Año lectivo:</b> 2014-2015	<b>Bloque:</b> 3
<b>Eje transversal:</b> Utilizar metodología adecuada a través de estrategias para el aprendizaje del estilo pecho.		
<b>Objetivo educativo del bloque:</b> Aplicar estrategias metodológicas a través de los ejercicios propuestos para el aprendizaje del estilo pecho en los estudiantes de los sextos años de EGB.		
<b>Secuencia de aprendizaje.-</b> Como en todas las secuencias de aprendizaje de las técnicas de nado, se suele separar el aprendizaje en etapas. En la técnica de nado pecho analizaremos las siguientes:		
Ejercicios para el aprendizaje de la mecánica del movimiento de piernas o patada.		
Ejercicios para el aprendizaje de la mecánica movimiento de los brazos o brazada.		
Ejercicios para la adaptación de la respiración, coordinación y posición del cuerpo.		
Los mismos que servirá para mejorar progresivamente la técnica de nado del estilo pecho o braza con la aplicación de diversos ejercicios en tierra y acuáticos.		

## Anexo 6) Ficha de evaluación técnica

Acción	Aspecto técnico	MB	B	R	I	
<b>POSICIÓN CORPORAL</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Correcto estado hidrodinámico.</li> </ul>					
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Posición de la cabeza en un ángulo adecuado</li> </ul>					
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Extensión completa entre brazada y brazada.</li> </ul>					
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hombros a la misma altura con enfoque frontal.</li> </ul>					
<b>RESPIRACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Respiración en la última etapa de la tracción.</li> </ul>					
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Secuencia en correlación con los brazos y la patada.</li> </ul>					
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Una pequeña parte de la cabeza está constantemente en la superficie</li> </ul>					
<b>ACCIÓN DE PIERNAS</b>	<b>FASE NEG.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recobro adecuado de pies a la propulsión.</li> </ul>				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agarre de los pies con los talones muy contiguos a los glúteos.</li> </ul>				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• No se elevan las rodillas y muslos hacia adelante en el recobro de piernas.</li> </ul>				
	<b>FASE POS.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Extensión completa de piernas con los dedos estirados en la fase de deslizamiento.</li> </ul>				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los pies empujan afuera y atrás con gran fuerza.</li> </ul>				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los pies se aceleran durante la patada.</li> </ul>				
	<b>FASE PM. ACTIVO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los pies separados de forma apropiada en relación a las rodillas</li> </ul>				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Al inicio de la extensión los pies rotan externamente</li> </ul>				
	<b>ACCIÓN DE BRAZOS</b>	<b>AGARRE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Al inicio de la tracción afuera y sin deslizamiento de las manos.</li> </ul>			
<b>TIRÓN</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aceleración de las manos en la brazada sin turbulencia debajo de la barbilla.</li> </ul>				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Movimiento de corazón y con los codos apegados a la parte lateral del cuerpo</li> </ul>				
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brazos usados como hélices aerodinámicas. Al inicio con palmas frente a frente o hacia arriba.</li> </ul>				
<b>RECOBRO</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientación de las manos hacia abajo</li> </ul>				
<b>DESLIZAMIENTO</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Extensión máxima de los brazos en posición inclinada en su inicio.</li> </ul>				
<b>COORDINACIÓN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Brazos, piernas y respiración</li> </ul>					
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Al final de la brazada coincide con el inicio de la respiración y con la patada en inicio de flexión.</li> </ul>					

### Anexo 7) Calentamiento



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”  
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

### Anexo 8) Calentamiento



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Basica escuela “Isidro Ayora”  
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

### Anexo 9) Flexibilidad de pies



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

### Anexos 10) Posición lateral de pies



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

### Anexos 11) Posición hidrodinámica de forma plantar



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

### Anexo 12) Ejercicio de patada con posición lateral de pies



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra



### Anexo 13) Patada con la ayuda del filo de la piscina



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

### Anexo 14) Patada de pecho en posición dorsal



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Anexo 15) Patada en posición dorsal sin movimiento de brazos**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Anexo 16) Ejercicio demostrativo de brazada de estilo pecho**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Anexo 17) Ejercicio de brazos sin movimiento de piernas con pullboy**



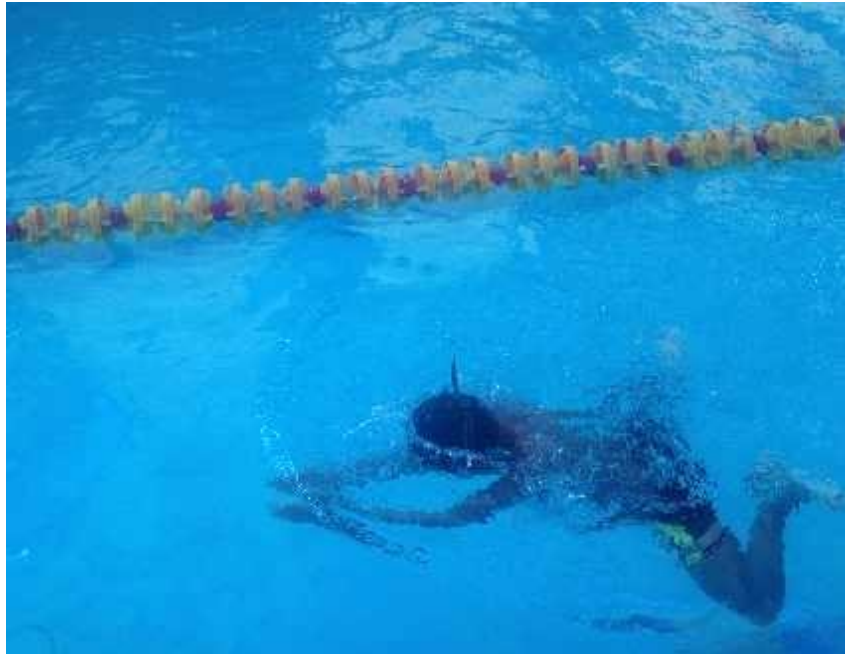
**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”  
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

**Anexo 18) Deslizamiento de brazos y piernas**



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”  
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

### Anexo 19) Coordinación de brazada y la patada de pecho



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”  
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra

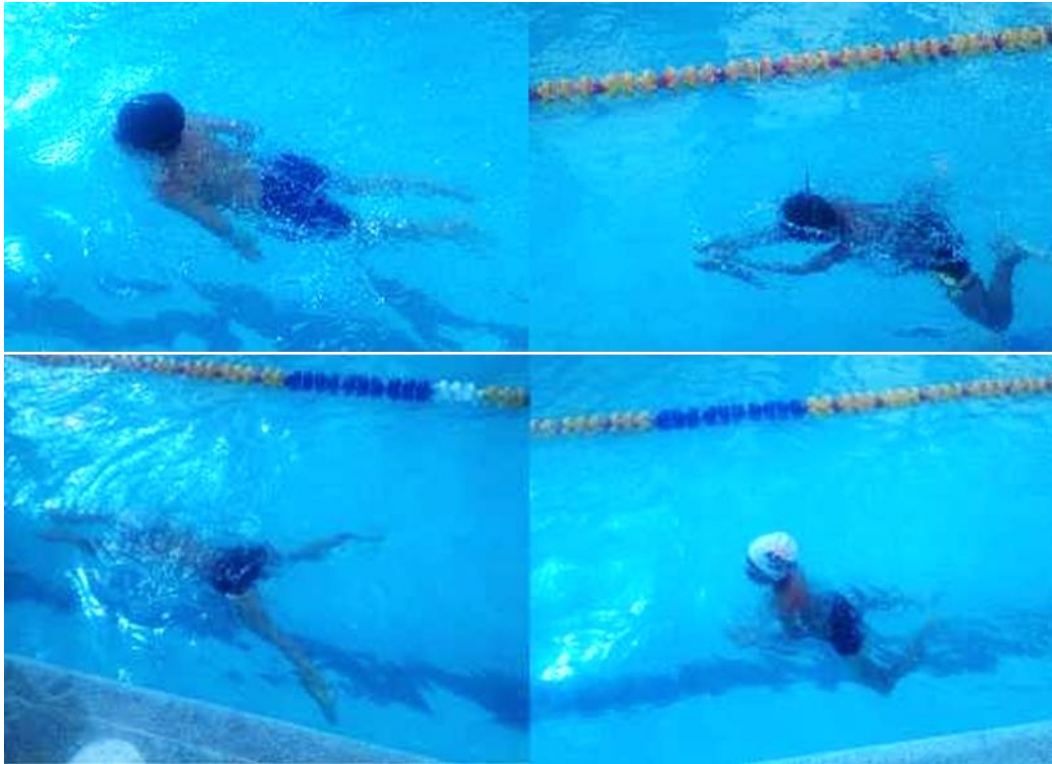
### Anexo 20) Punto muerto e impulso de deslizamiento



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”  
**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra



## Anexo 20) Estilo pecho completo



**Fuente:** Estudiantes de sexto año de Educación Básica escuela “Isidro Ayora”

**Elaborado Por:** Hernández Villalobos Angélica Alexandra