



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



LAS HABILIDADES FUNDAMENTALES BÁSICAS DE LA NATACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JERÓNIMO DE ASILLO.

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. ANDERSSON DANIEL MAMANI PUMA

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA

PUNO – PERÚ

2023



NOMBRE DEL TRABAJO

LAS HABILIDADES FUNDAMENTALES BÁSICAS DE LA NATACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JERÓNIMO DE ASILLO.

AUTOR

ANDERSSON DANIEL MAMANI PUMA

RECuento DE PALABRAS

17068 Words

RECuento DE CARACTERES

91065 Characters

RECuento DE PÁGINAS

87 Pages

TAMAÑO DEL ARCHIVO

1.9MB

FECHA DE ENTREGA

Aug 24, 2023 3:47 PM GMT-5

FECHA DEL INFORME

Aug 24, 2023 3:49 PM GMT-5

● **17% de similitud general**

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para cada base de datos

- 17% Base de datos de Internet
- 1% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossref
- 6% Base de datos de trabajos entregados

● **Excluir del Reporte de Similitud**

- Material bibliográfico
- Material citado
- Material citado
- Coincidencia baja (menos de 15 palabras)



Firmado digitalmente por FUENTES
LOPEZ Jose Damian FAU
20145496170 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 24.08.2023 15:53:03 -05:00



Firmado digitalmente por YUPANQUI
PINO Efraim Humberto FAU
20145496170 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 25.08.2023 19:00:03 -05:00



DEDICATORIA

A Dios, por protegerme en cada instante.

A mis padres, por apoyarme en el transcurso de mi proceso profesional.

Andersson Daniel Mamani Puma



AGRADECIMIENTOS

Mis agradecimientos a los docentes de la escuela profesional de educación física por compartir sus conocimientos.

Agradezco a mi asesor de tesis por sus consejos y apoyo en esta investigación.

Andersson Daniel Mamani Puma



ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

ÍNDICE GENERAL

ÍNDICE DE FIGURAS

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

RESUMEN 11

ABSTRACT..... 12

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 14

1.1.1. Problema general. 15

1.1.2. Problemas específicos..... 15

1.2. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN..... 15

1.2.1. Hipótesis general 15

1.2.2. Hipótesis específicas..... 15

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 16

1.3.1. Objetivo General..... 16

1.3.2. Objetivos Específicos 16

1.4. JUSTIFICACIÓN..... 16



CAPITULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES.....	18
2.2. MARCO TEÓRICO	23
2.2.1. Fundamentos teóricos de las Habilidades Fundamentales.....	23
2.2.2. Importancia de la de Natación en Niños y Adolescentes.	23
2.2.3. Teorías y Enfoques Pedagógicos en la Enseñanza de las Habilidades Fundamentales Básicas de Natación.....	25
2.2.4. Flotación como Habilidad Fundamental Básica de Natación.....	26
2.2.5. Respiración como Habilidad Fundamental Básica de Natación.....	28
2.2.6. Propulsión como Habilidad Fundamental Básicas de Natación.....	32
2.3. MARCO CONCEPTUAL	36

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	38
3.2. DISEÑO.....	38
3.3. ÁMBITO DE ESTUDIO.....	38
3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	38
3.4.1. Población.....	38
3.4.2. Criterios de inclusión:.....	39
3.4.3. Criterios exclusión:.....	39
3.4.4. Muestra.....	39



3.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES	40
3.6. TÉCNICAS, INSTRUMENTOS.	40
3.6.1. Técnica.....	40
3.6.2. Instrumento.	41
3.7. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.	41
3.8. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.....	42
3.9. DISEÑO ESTADÍSTICO.....	42
3.10. ASPECTOS ÉTICOS.	42
CAPÍTULO IV	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
4.1. RESULTADOS.	44
4.2. DISCUSIÓN	51
V. CONCLUSIONES	55
VI. RECOMENDACIONES	57
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	58
ANEXOS.....	63

Área : Ciencias del deporte y la aptitud física.

Tema : Desempeño del estudiante en las habilidades fundamentales basias de la natación.

FECHA DE SUSTENTACIÓN: 01 de Setiembre del 2023.



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación del 1er grado de la Institución educativa secundaria “San Jerónimo” Asillo	45
Figura 2: Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación en flotación ventral	47
Figura 3: Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación en respiración	48
Figura 4: Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación en Propulsión	50



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Influencia de los brazos y las piernas en los distintos estilos de natación.....	33
Tabla 2. Población de estudio	39
Tabla 3. Muestra de estudio	40
Tabla 4. Operacionalización de variables	40
Tabla 5. Habilidades fundamentales básicas de natación del 1er grado	44
Tabla 6. Habilidades de flotación ventral	46
Tabla 7. Habilidades de Respiración	48
Tabla 8. Habilidades de Propulsión	49
Tabla 9. Escala de niveles de Alfa de Cronbach.....	72
Tabla 10. Confiabilidad Calculada de Alfa de Cronbach	72



ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

I.E.S.	: Institución Educativa Secundaria
UGEL	: Unidad de Gestión Educativa Local
MINEDU	: Ministerio de Educación
OG	: Objetivo general
OE	: Objetivo específico
UNAP	: Universidad Nacional del Altiplano
FEDER	: Facultad de educación física deportes y recreación



RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo identificar el nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación de los estudiantes de primer grado de la Institución educativa secundaria “San Jerónimo” Asillo, Azángaro, Puno. El estudio se enmarca en el enfoque cuantitativo de corte transversal con diseño básico descriptivo, la muestra fue de carácter no probabilística e intencionada, que corresponde a una muestra de 40 alumnos del primer grado. El instrumento utilizado es el “Test de las Habilidades Fundamentales Básicas de la Natación” que ha sido sometido a la prueba de confiabilidad presentando un Alfa de Cronbach de 0.67. El instrumento presenta 3 dimensiones que son: Flotación ventral, Respiración, propulsión, que en conjunto tiene 5 ítems. El estudio concluye al responder las hipótesis planteadas. Teniendo que la hipótesis general nos dio el resultado de 47.5% de la población se encuentran un nivel medio. En la hipótesis específica 1 que es la flotación la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo nos dio el resultado de 75% de la población que si ejecuta y que nos indica que se encuentran en un nivel alto. En la hipótesis específica 2 que es de la respiración la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo nos dio el resultado de un 50% de la población que ejecuta regularmente y que esto nos indica que se encuentran en un nivel alto. En la hipótesis 3 que es de la propulsión la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo nos da el resultado de un 82% de la población que no ejecutan y que esto nos indica que se encuentran en un nivel bajo.

Palabras Clave: Flotación, Habilidades, Natación, Nivel, Respiración.



ABSTRACT

The present research aims to identify the level of basic fundamental swimming skills of first grade students of the secondary educational institution "San Jerónimo" Asillo, Azángaro, Puno. The study is framed in the quantitative cross-sectional approach with basic descriptive design, the sample was non-probabilistic and intentional, corresponding to a sample of 40 first grade students. The instrument used is the "Test of Basic Fundamental Swimming Skills" which has been submitted to the reliability test, presenting a Cronbach's alpha of 0.67. The instrument presents 3 dimensions which are: Ventral buoyancy, Breathing, propulsion, which together have 5 items. The study concludes by answering the hypotheses raised. The general hypothesis gave us the result that 47.5% of the population has an average level. In the specific hypothesis 1 that floating is the basic fundamental skill of swimming in students of the first grade of the San Jerónimo Secondary Educational Institution gave us the result of 75% of the population who do execute and that indicates that they are at a high level. In the specific hypothesis 2 that breathing is the basic fundamental skill of swimming in students of the first grade of the San Jerónimo Secondary Educational Institution gave us the result of 50% of the population that executes regularly and this indicates that they are at a high level.

Keywords: Breathing, Flotation, Level, Skills, Swimming.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La investigación buscó identificar el nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación de los estudiantes del primer grado de la institución educativa secundaria San Jerónimo de Asillo. El estudio comprende a la muestra conformada por 40 estudiantes de 12 y 13 años de edad. Siguiendo la siguiente estructura:

En primera instancia, se explicó el problema, se exponen puntos problemáticos de la verdad, nacional al centralismo en nuestro país y la deficiencia política deportiva, afectando a las regiones del país. Asimismo, se plantea la formulación del problema, la justificación de la averiguación y las metas a los que se pretende conseguir y llegar a una contestación.

En el segundo capítulo se plantea el marco teórico de las magnitudes de análisis. Además, en esta parte se detallan los precedentes involucrados con el presente análisis, dando cuenta de estudios a grado mundial, nacional y local y involucrados con la variable por las magnitudes propuestas.

En el tercer capítulo se aborda la metodología de la averiguación, revelando el enfoque, el tipo, el diseño y el grado de indagación; así como la población, la muestra, las técnicas e aparatos, el proceso de estudio de datos, las magnitudes de las herramientas y la escala final.

En el cuarto capítulo se exponen los resultados de la indagación desde tablas de frecuencia y contingencia con sus respectivas cifras e interpretaciones.

Asimismo, se muestra una disputa según las magnitudes del análisis, llevando a cabo un estudio comparativo con otros estudios semejantes.



1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad se puede mirar que en el territorio existe un leve desarrollo en la práctica de la natación, gracias a esto tenemos representantes como Alexia Sotomayor que ganado una medalla de oro y otra de plata en los Juegos Suramericanos de la Juventud Rosario (El Peruano, 2023). sin embargo, este desarrollo no se observa en regiones remotas del país, debido al centralismo y la deficiencia política deportiva a favor de la infancia, notando en ellos la dificultad de dominar los fundamentos básicos de la natación.

Sin olvidar que se han venido dando casos de fallecimientos por ahogamientos por niños, adolescentes y personas en la región, entendiéndose esto como la falta de cultura de natación como el caso reportado por (Gutierrez, 2020) en el distrito de Asillo, Azángaro.

En las instituciones educativas del territorio de Puno y de manera concreta en el distrito de Asillo, se observa la falta de programas educativos y/o formativos en la disciplina de la natación; lo que, no motiva a la colaboración activa, en especial en la natación.

Si bien es verdad que ciertos profesores de las escuelas públicas han desarrollado la educación de aprendizaje de la natación, debemos reconocer que esta fue reducida, considerando que la natación por su carácter competitivo necesita que el infante sume vivencias de juego con chicos de otros entornos, debido a lo cual la presente indagación es fundamental pues se aplicaran pruebas tipo test que permitan evaluar a los alumnos y los resultados sean pertinentes para la aplicación de futuros programas de educación aprendizaje.



1.1.1. Problema general.

- ¿Cuál es el nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo?

1.1.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el diagnóstico de la flotación ventral en la piscina en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo?
- ¿Cuál es el dominio de la respiración en el medio acuático de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo?
- ¿Cómo es el dominio de la propulsión en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo?

1.2. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

1.2.1. Hipótesis general

- El nivel de las habilidades fundamentales básicas de la natación de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria de San Jerónimo es de nivel medio.

1.2.2. Hipótesis específicas

- La flotación la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria “San Jerónimo” es de nivel alto.



- La respiración la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria “San Jerónimo” es de nivel alto.
- La propulsión la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria “San Jerónimo” es de nivel bajo.

1.3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Objetivo General

- Identificar el nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación de los estudiantes del primer grado de la Institución educativa secundaria “San Jerónimo” Asillo.

1.3.2. Objetivos Específicos

- Diagnosticar la flotación ventral de la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo.
- Identificar la respiración de la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo.
- Evaluar la propulsión de la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo.

1.4. JUSTIFICACIÓN

La indagación de la actualidad es fundamental ya que es un trabajo original, novedoso y vigente. Es original pues no hay trabajo semejante en la organización



educativa de San Jerónimo de Asillo. En otros términos, una novedad ya que nos posibilita saber en qué grado permanecen los alumnos en el desarrollo de las habilidades fundamentales básicas de la natación.

Este trabajo además es fundamental pues posibilita tener un entendimiento correcto sobre la verdad de los alumnos en su dominio de las habilidades fundamentales básicas de la natación. Esta información es eficaz para que las autoridades de la organización tomen elecciones que beneficien a la organización, debido a lo cual, a los alumnos.

La de la actualidad averiguación es eficaz, debido a que favorece de forma indirecta a toda la organización educativa; y de forma directa a la muestra de análisis.

Además, es eficaz ya que los resultados de esta indagación sirven de alusión para beneficiar la utilización de programas de formación del ingenio que llegan a la mayor parte de los menores de Asillo, puesto que en dichos tiempos fueron víctimas del sedentarismo; estando en el hogar así sea en videojuegos, laptops o teléfonos celulares. Asimismo, el municipio distrital de Asillo va a poder ordenar academias de natación para menores; para que después logre obtener gigantes logros como representar al distrito de Asillo en el deporte de natación o en otros eventos deportivos.

Además, se enfatiza el valor de averiguaciones diagnósticas como la presente, pues son la base para futuras averiguaciones, en especial de carácter experimental, que permitan la validación de programas de educación con metodologías adaptadas al aprendizaje de la natación.



CAPITULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES

2.1.1. A nivel internacional.

Marmol (2020), en su tesis con título “La enseñanza aprendizaje de la Natación para el Dominio de las habilidades Motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el centro turístico La Rueda”, tuvo como objetivo examinar la predominación del proceso de educación aprendizaje de la natación para el dominio de las capacidades motoras en chicos y chicas de 6 a 12 años en el Centro Turístico La Rueda. Del 100% de instructores encuestados el 62,0% expresan que el proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación jamás fortalecen la confianza recíproca y paciencia transmitiendo estabilidad en la ejecución de ejercicios acuáticos; mientras tanto que el 25,0%, aseguran que en ocasiones y el 12,5% restante aseguran que continuamente. Del total de encuestados, el 50 % comentan que en ocasiones reconocen los progresos en la natación, estimula, fortalece la autoconfianza y elogia la conciencia de rendimiento, el 37 % comentan que continuamente lo hace y el 13 % concuerdan en jamás los estimula tal cual. Del total de encuestados, el 50 % se sitúa en el borde de la piscina para observar, supervisar, arreglar y socorrer inmediatamente evitando inadecuados hábitos en los movimientos el 37 % comentan que en ocasiones lo elaboran y el 13 % concuerdan en jamás los supervisa. Según los resultados logrados, el 38 % corresponde a quienes opinan que algunas veces el profesor presenta a coordinar los movimientos de manos y extremidades con la respiración, utilizando la flotación, respiración y propulsión, el 37 % opinan que constantemente lo realizan y el 25 % aseguran que jamás les enseñan tal. En esta pregunta, el 38 % corresponde a quienes jamás piensan que el infante haga saltos, sumergimientos, respiración, flotación y locomoción; en lo que el 37 % comentan que en ocasiones se los



realiza, y el 25 % continuamente lo han visto. En alusión a las encuestas aplicadas, se infiere que las razones que están afectando la educación aprendizaje de natación en los chicos y chicas de 6 a 12 años sobresale la poca confianza y paciencia, la insuficiente selección de ocupaciones o ejercicios, lo cual afecta en la estabilidad en la ejecución de ejercicios acuáticos, reduciendo la autoconfianza en la práctica de movimientos, en las habilidades coordinativas, en la regulación de las ocupaciones motrices en dad uno de los chicos y chicas que acuden al Centro Turístico La Rueda.

Vergara (2016), en su proyecto de nombre “Guía didáctica de actividades Lúdicas para contribuir en la enseñanza de los fundamentos básicos de la natación a niños 5 y 6 años en Feder”, tuvo el objetivo de Llevar a cabo una guía didáctica de ocupaciones lúdicas para contribuir en la educación de los fundamentos básicos de la natación a chicos de 5 y 6 años en FEDER. La tabla 1 muestra una tabla de contingencia de edad y sexo. En la misma se observa que el reparto referente a la edad, ha sido homogénea, puesto que 13 chicos tenían 5 años de edad y 12, 6 años. En cuanto al sexo, pudimos encontrar un predominio de las damas de un 60% con respecto al total, aunque la diferencia no resulto estadísticamente significativa. La tabla 2, plantea el grado de habituación al medio acuático de los chicos estudiados, en la cual se puede mirar que el 80,0% tuvo un grado de habituación bajo, 3 casos con grado de habituación medio y solo 2 casos (8,0%) con grado elevado. Los resultados demuestran las deficiencias en el grado de habituación de los chicos estudiados al medio acuático. tabla 3; donde 21(84,0%) casos fueron valorados de malo, 3 (12,0%) de regular y solo 1 caso de bueno. Igual que en la situación anterior, se muestra el bajo grado en las ocupaciones lúdicas en el medio acuático de los chicos. La tabla 4, muestra el grado de interés manifestado por los chicos estudiados. Se observa que el 72,0% presentaron bajo interés, mostrando de esta forma deficiencias en este sentido. Con base a los resultados logrados, puedo concluir que las ocupaciones lúdicas



benefician el fortalecimiento de la motricidad de los chicos en FEDER, además con la utilización de las ocupaciones lúdicas, los chicos mejoran sus capacidades motrices, lo cual posibilita que sean muchísimo más dinámicos, participativos y felices.

2.1.2. A nivel nacional

Anahua (2018), en su tesis que lleva de nombre “Importancia De Habilidades Fundamentales De La Institución Educativa Secundaria Ina 73 Del Distrito De Pomata-2017”, tuvo como objetivo de establecer el valor de capacidades primordiales simples de la natación en alumnos del VII periodo de la organización educativa secundaria INA 73 del distrito de Pomata. El análisis es de tipo detallado y el diseño es diagnóstico. La muestra de análisis está compuesta por 108 alumnos tercero, cuarto y quinto nivel y. El instrumento usado ha sido el cuestionario del valor de capacidades primordiales simples de la natación para alumnos de enseñanza secundaria, se prueba en la tabla 4 que el 95% que representa 103 alumnos se descubre en la categoría medianamente fundamental, el 4% que representa 4 alumnos permanecen en la categoría bastante fundamental, el 1% que es 1 alumno está en la categoría nada fundamental, llegando a una conclusión. Que la mayor parte de los alumnos se hallan en una categoría medianamente fundamental en la trascendencia de capacidades primordiales simples de la natación en donde los alumnos resaltan, que la actividad acuática es medianamente conveniente para una vida sana de los 108 alumnos investigados y están en el camino de conseguir los aprendizajes previstos.

Oblitas & Pereira (2019) en su tesis denominado “Guía Metodológica y su Influencia en la Mejora de la Enseñanza de la Natación de los Estudiantes del 1ro de Secundaria de la IEP Arco Iris del Distrito de San Sebastián - Cusco”, tuvo el objetivo de concluir el nivel de predominación de aplicación de una guía metodológica, fortalecerá los aprendizajes básicos de la natación de los chicos y chicas del grado de enseñanza



secundario de la Organización Educativa Privada “Arco Iris” del distrito de San Sebastián – Cusco. De los 37 alumnos encuestados que representan el 100%, 19 de dichos expresan que, si saben nadar los mismos que personifican un 51%, ahora 18 de ellos nos comentan que no saben, los cuales representan un 49%. Lo cual posibilita deducir que la mayor parte de alumnos poseen conocimientos empíricos y no técnicos sobre los diferentes estilos de la natación y los maestros de esta asignatura tienen que planear de esta disciplina. Se examina que, 34 alumnos contestaron que sí, los mismos que representan el 92%, en lo que 3 alumnos contestaron que no, los cuales equivalen al 8%. Lo cual nos posibilita deducir que esta disciplina no se ha lleva a cabo en los alumnos exitosamente. De los 37 alumnos encuestados que representa el 100%, 17 alumnos expresan que jamás el maestro le motiva para que practique la natación, los mismos que simbolizan el 46%, ahora 14 ellos señalan que hacen que en ocasiones los que equivalen un 38%, y al final 6 indican que constantemente los cuales figuran 16%. De los 37 alumnos encuestados que representan el 100%, 23 de ellos expresan que el instructor ejecuta ejercicios de demostración en la piscina cuales equivaless un 62%, 14 comentan que no ejecuta demostraciones en la piscina los cuales equivalente un 38% del total de encuestados. Los resultados permiten deducir que los evaluadores usan tácticas metodológicas para los procesos de educación aprendizaje y su demostración en los estilos de las nataciones. Como consecuencia del estudio e interpretación de los datos por medio de las herramientas respectivos, se concluye existente una condición de precariedad en la infraestructura disponible para la ejecución de las guías metodológicas; no obstante, el conjunto de análisis demostró disposición al trabajo secuencial o gradual, por lo cual, la etapa de habituación se puede reforzar con la aplicación de dichas guías.



2.1.3. A nivel local

Musaja (2018) en su tesis titulada “Materiales didácticos acuáticos y su influencia en la eficacia de un programa motor de natación en niños de las academias de la ciudad de Puno” tuvo el objetivo de establecer materiales didácticos acuáticos y su predominación en la efectividad de un programa motor de natación en chicos de los conservatorios de la metrópoli de Puno, La metodología empleada en el análisis ha sido una averiguación de tipo empírico y el diseño que corresponde al cuasi empírico, la población es en general de 65 entre las distintas edades y la muestra para el análisis es en general de 38 chicos y chicas que corresponden a las edades de 10-11 años (grupo control y experimental), a los mismos se les aplicó como técnicas la prueba a gusto y la observación, recopilando información por medio de las herramientas de las pruebas de ingreso – salida. La investigación e interpretación de los resultados ha sido llevado a cabo por medio de cuadros y gráficos de frecuencias de doble acceso, en funcionalidad de las magnitudes e indicadores. Se concluye que la prueba de inicio sobre el desarrollo motor de la natación en chicos de los institutos de natación de la localidad de Puno, se muestra que los dos conjuntos en análisis se descubren en equivalentes condiciones estando en la categoría Malo. La aplicación de los materiales didácticos acuáticos en el programa motor de la natación los resultados de la prueba de salida demuestran categoría admirable en el conjunto empírico con el porcentaje del 80% por consiguiente demuestran estabilidad en el medio acuático, no obstante, bastante por otro lado, el conjunto control se observa con la categoría Regular con el porcentaje de 77.78% esto nos muestra que la educación clásico sin uso de materiales o con pocos recursos poco o nada es efectivo el desarrollo motor. Asimismo, se comprueba estos resultados con la prueba de premisa. $t_c = 9.361$.



2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Fundamentos teóricos de las Habilidades Fundamentales.

Son un conjunto de movimientos y acciones motrices que surgen en la evolución humana de los patrones motrices y tienen su base en la dotación hereditaria o genética. Estas habilidades se apoyan en el desarrollo y mejora de las capacidades perceptivo-motrices, evolucionando de manera conjunta con ellas. Son de vital importancia para el desarrollo de la motricidad humana. Estas habilidades poseen características comunes a todos los individuos y desempeñan un papel decisivo en el desarrollo motriz, ya que constituyen el fundamento de todos los aprendizajes motores posteriores. En cuanto a la clasificación de las habilidades motrices básicas, existen diferentes enfoques que son similares y se originan principalmente en la Escuela Americana que las agrupa en dos categorías: locomotrices y manipulativas. Las habilidades locomotrices implican el manejo del propio cuerpo y abarcan desplazamientos, saltos y giros. Las habilidades fundamentales básicas es un proceso que conduce a la integración, la adaptación y el disfrute. Estas habilidades básicas le permiten realizar la más amplia gama de trabajo cardiovascular y ejercicios mentales Desarrollo físico de todos los grupos musculares durante la actividad motricidad (Prieto, 2010).

2.2.2. Importancia de la Natación en Niños y Adolescentes.

La práctica de la natación en la infancia es una actividad física que reporta numerosos beneficios en el desarrollo de los niños y niñas. Es considerado el deporte más completo que existe, ya que desarrolla la motricidad, la socialización, la armonía corporal y la inteligencia. Además, puede ser un seguro de vida al evitar ahogamientos. Es fundamental que los niños se integren desde pequeños en el medio acuático para perder el miedo y familiarizarse con él, ya que cuanto más tiempo estén alejados del agua, más sentimientos de desconfianza y fobia pueden desarrollar. En educación infantil se



profundiza sobre los beneficios que tiene la natación en los niños. Por lo tanto, es importante fomentar su práctica desde edades tempranas para aprovechar al máximo sus ventajas (Contreras, 2011).

2.2.2.1. Desarrollo Integral de los Estudiantes a través de la Natación.

A lo largo de la historia, se han utilizado diferentes estrategias en la enseñanza de actividades acuáticas, desde enfoques tradicionales hasta aquellos que involucran al participante de manera cognitiva. Durante la etapa de Formación Básica de la Natación, es esencial que el profesor utilice métodos y recursos variados para evitar la monotonía y el rechazo por parte de los niños. El juego se presenta como una herramienta motivadora y placentera que contribuye al desarrollo cognitivo, las relaciones interpersonales y afectivas. En el ámbito de la clase de natación, el juego se considera un medio valioso para complementar la formación de habilidades específicas. Se ha estudiado la enseñanza de la natación, y se han propuesto enfoques multifacéticos que priorizan la adquisición de confianza a través de ejercicios, juegos y formas colectivas, antes de abordar las técnicas de natación. El entorno acuático genera una alta emocionalidad, lo cual brinda oportunidades para el desarrollo de habilidades y la libre expresión (Armenteros et al., 2020).

2.2.2.2. Relación entre las Habilidades de Natación y el Aprendizaje Motor.

El medio acuático es un contexto ideal para el desarrollo de habilidades motoras en niños. Aunque puede presentar cierta dificultad debido a que no es el medio habitual en el que se desenvuelven las personas, también ofrece ventajas y posibilidades para el aprendizaje y desarrollo de estas habilidades. El trabajo de habilidades motrices en el agua tiene como objetivo adaptarse y dominar este medio, independientemente del ámbito en el que se encuentre o se dirija la persona. Además, sentará las bases para un posterior



aprendizaje de habilidades propias de la natación deportiva u otra modalidad deportiva. En este sentido, es importante centrarse en tareas que impliquen variaciones en parámetros como la fase de apoyo, la fase de vuelo o la caída y entrada al agua, con el fin de proporcionar al alumno una gran riqueza. En resumen, el medio acuático ofrece un amplio abanico de posibilidades para el desarrollo motor infantil y puede ser una herramienta valiosa para mejorar las habilidades motrices en los niños (Santos, 2021).

2.2.3. Teorías y Enfoques Pedagógicos en la Enseñanza de las Habilidades

Fundamentales Básicas de Natación.

En la enseñanza de las habilidades fundamentales básicas de natación, existen diversas teorías y enfoques pedagógicos que se han desarrollado a lo largo del tiempo. Uno de los enfoques más utilizados es el enfoque constructivista, que se basa en la idea de que el aprendizaje es un proceso activo y personalizado, donde el estudiante construye su propio conocimiento a través de la experiencia y la reflexión. En este sentido, se busca fomentar la exploración y experimentación del medio acuático por parte del niño, para que pueda ir descubriendo las habilidades necesarias para nadar. Otro enfoque importante es el enfoque cognitivo-conductual, que se enfoca en la enseñanza de habilidades específicas a través de una secuencia lógica y estructurada. Este enfoque busca desarrollar habilidades técnicas precisas y corregir errores mediante la retroalimentación constante. En general, estos enfoques buscan adaptarse a las necesidades individuales del niño y fomentar su autonomía e independencia en el aprendizaje de las habilidades fundamentales básicas de natación (Garrido, 2019).

2.2.3.1. Competencias y Desarrollo de Habilidades Acuáticas.

La relación entre competencias y desarrollo de habilidades acuáticas ha sido poco estudiada en el contexto escolar. Existen instrumentos de evaluación, como la batería



Lincoln-Oseretsky y el TOMI, que permiten medir la competencia motriz en niños y detectar dificultades en su coordinación y movimiento. Estos instrumentos constan de tareas relacionadas con el equilibrio, las coordinaciones manuales y las coordinaciones globales, adaptadas a diferentes edades (Ruiz Pérez & Graupera Sanz, 2003),

Entendiéndose las competencias como un conjunto de comportamientos sociales, afectivos y habilidades cognoscitivas, psicológicas, sensoriales y motoras que permiten llegar a cabo adecuadamente una habilidad, en este caso la natación. Es que el niño logra desarrollar habilidades motrices que favorezcan a su desenvolvimiento en natación. Son un conjunto de habilidades y capacidades en base a las cuales se tiene que fundamentar la educación física para la consecución de los beneficios antes mencionados en los niños y adolescentes durante los adolescentes durante su etapa de formación primaria y secundaria. Entre ellas tenemos:

- Competencias motrices
- Competencias expresivas corporal
- Competencias axiológicas corporal

Según Rico (1972), asume que las habilidades de natación fundamentales son Flotación, Respiración y Propulsión que se explica a continuación.

2.2.4. Flotación como Habilidad Fundamental Básica de Natación.

El colegio ÁGORA (2012) en Madrid en su artículo mencionan que la flotación es una habilidad fundamental básica en la natación, y se refiere a la capacidad de un cuerpo para mantenerse en la superficie del agua. Varios factores influyen en la flotabilidad, como el peso, la respiración y la densidad del agua. Durante la inspiración, la flotabilidad aumenta debido a la mayor cantidad de oxígeno en el cuerpo. Para trabajar en el desarrollo de la flotación, se utilizan tanto el propio cuerpo como materiales auxiliares adecuados. Hay diferentes factores que afectan la flotabilidad de un individuo,



como la cantidad y distribución de grasa, el tamaño de los huesos, la masa muscular y la densidad del agua. Estos elementos deben tenerse en cuenta al enseñar y mejorar la flotación en la práctica de la natación.

La flotación en el agua se logra gracias al aire en los pulmones y la densidad del cuerpo, lo que hace que el cuerpo tienda a flotar. Para que un niño pueda nadar, es necesario que pueda dominar su cuerpo en el agua, mantener una posición dada y desplazarse con impulso inicial. El dominio de la flotación implica la capacidad de mantener el cuerpo en posición horizontal y balancearlo dentro del agua. A medida que el niño avanza en su desarrollo, logrará flotar sin apoyar los pies en el fondo de la piscina y experimentará el empuje del agua de manera más natural, manteniendo una posición aerodinámica. Durante la segunda etapa de desarrollo, el nadador experimentará un empuje dinámico del agua sobre su cuerpo. Esto se puede lograr mediante el uso de medios auxiliares como tablas de flotación o con su propio impulso después de un arranque. Es importante llevar a cabo ejercicios adecuados durante esta etapa de desarrollo y no apresurar la asimilación de esta habilidad. Es fundamental ejercitar de manera continua y sistemática la capacidad de incorporarse en el agua para garantizar la seguridad del niño. A veces, los accidentes ocurren debido a la falta de conocimiento de cómo levantarse después de estar flotando en el agua. Por lo tanto, la adquisición de esta habilidad es esencial y requiere práctica constante para que el niño pueda incorporarse de manera independiente (Tepán, 2010).

2.2.4.1. Definición y Características de Flotación en la Natación.

Según Tepán (2010) lo define en 4 características de flotabilidad que son:

La mayor flotabilidad: está asociada a ciertas características físicas. La musculatura blanda, la acumulación de tejido adiposo y una estructura corporal liviana



favorecen la flotabilidad. Además, la amplitud del perímetro torácico y una buena capacidad respiratoria contribuyen a una mayor flotación en el agua.

Menor flotabilidad: Por otro lado, aquellos individuos con menor flotabilidad suelen tener una musculatura más fuerte, poca acumulación de tejido adiposo y huesos pesados. Estas características hacen que su cuerpo tenga una tendencia a hundirse más en el agua.

Flotación pasiva o estática: es un fenómeno en el que el cuerpo busca constantemente mantener su equilibrio sin realizar movimientos activos. Puede realizarse en posición decúbito ventral o dorsal, y se basa en el desequilibrio y búsqueda de equilibrio repetitivos.

Flotación activa o dinámica: que se logra a través de la posición hidrodinámica del cuerpo y la movilización de los segmentos corporales, tanto del tren inferior como del tren superior. Puede ser continua o discontinua, y requiere de algún tipo de movimiento para mantenerla.

Otras características: como físicas y los movimientos corporales, otros factores también influyen en la flotabilidad. El momento respiratorio, como la apnea inspiratoria o espiratoria, puede afectar la flotabilidad. Asimismo, la contracción muscular, que puede estar relacionada con el estado de ansiedad o miedo, y la densidad del agua (salada o dulce) también tienen un impacto en la flotabilidad de una persona en el agua.

2.2.5. Respiración como Habilidad Fundamental Básica de Natación.

Otra habilidad fundamental de natación es la respiración, para ello Scaffa (1980), menciona que la respiración en la natación es diferente a como se dice de respirar por la nariz, en el agua la respiración se hace la boca de manera controlada siguiendo ritmos. Como habilidad fundamental básica para los niños, es que Lanuza & Torres (1999)



propone diversos juegos didácticos en su libro para que los niños puedan a buscar el ritmo propio de respiración en el agua y estar a gusto con más de 1060 ejercicios.

La respiración desempeña un papel fundamental en la actividad acuática, especialmente en la natación, además que no solo es una función de los pulmones, sino de todo el organismo. Cada célula del cuerpo consume oxígeno para liberar energía y realizar sus actividades. En el proceso de inhalación, el oxígeno es llevado a la sangre y el dióxido de carbono indeseado es expulsado. La nariz actúa como un filtro para retener partículas contaminantes, por lo que se recomienda respirar por la nariz en lugar de la boca (Guacho, 2012).

Guacho además menciona que esto es de 2 procesos: Inspiración y Espiración. La inspiración es el proceso mediante el cual el aire entra en los pulmones, y se realiza con la participación del diafragma y otros músculos respiratorios. Por otro lado, la espiración es la fase en la que el aire sale de los pulmones, eliminando el dióxido de carbono. Es una fase pasiva de la respiración en la que el tórax se retrae y los músculos respiratorios se relajan. Estos procesos respiratorios son vitales para garantizar un suministro continuo de oxígeno al organismo durante la actividad acuática, y es necesario mantener una correcta técnica respiratoria para optimizar el rendimiento y la eficiencia en el agua.

Para Pérez & Moreno (2007), la respiración es una habilidad fundamental básica en la natación, ya que permite al nadador mantenerse en el agua durante períodos prolongados y realizar movimientos coordinados. Es importante que los nadadores aprendan a respirar correctamente para evitar la fatiga y mejorar su rendimiento. En la enseñanza de la respiración en la natación, se recomienda comenzar con ejercicios simples como soplar burbujas bajo el agua y exhalar completamente antes de inhalar aire fresco. Una vez que los nadadores se sienten cómodos con estos ejercicios, pueden avanzar a técnicas más avanzadas como la respiración lateral. Es importante recordar que



cada nadador tiene su propio ritmo y estilo de respiración, por lo que es necesario adaptar las técnicas de enseñanza a las necesidades individuales de cada uno. Los instructores deben ser pacientes y alentar a los nadadores a practicar regularmente para mejorar su técnica de respiración.

Además, es importante tener en cuenta que la respiración también está relacionada con el miedo al agua. Los nadadores pueden sentir ansiedad o pánico cuando no pueden respirar adecuadamente, lo que puede afectar negativamente su rendimiento. Por lo tanto, es fundamental abordar este problema desde una perspectiva psicológica y trabajar en conjunto con los nadadores para superarlo. La respiración es una habilidad fundamental básica en la natación que debe ser enseñada cuidadosamente para mejorar el rendimiento del nadador. Los instructores deben adaptarse a las necesidades individuales de cada nadador y trabajar en conjunto con ellos para superar cualquier miedo o ansiedad relacionado con la respiración en el agua (Pérez & Moreno, 2007).

2.2.5.1. Importancia de la Respiración en el Medio Acuático y su Relación con el Rendimiento y la Seguridad.

La respiración desempeña un papel crucial en el medio acuático, especialmente para los niños, tanto en términos de rendimiento como de seguridad. A continuación, te explicaré la importancia de la respiración en el medio acuático y cómo está relacionada con el rendimiento y la seguridad de los niños:

Suministro de oxígeno: Durante la natación, los niños necesitan un suministro adecuado de oxígeno para mantener su rendimiento físico. La respiración eficiente les permite inhalar oxígeno y exhalar dióxido de carbono, asegurando así un adecuado intercambio gaseoso en los pulmones. Esto proporciona el oxígeno necesario para mantener la actividad muscular y la resistencia en el agua.



Técnica de nado: La respiración adecuada está estrechamente relacionada con la técnica de nado. Los niños deben aprender a coordinar la rotación de la cabeza con los movimientos del cuerpo para respirar sin interrumpir la eficiencia y la fluidez de su estilo de nado. Una técnica incorrecta de respiración puede afectar el equilibrio, la hidrodinámica y la velocidad en el agua.

Seguridad en el agua: La capacidad de respirar correctamente en el medio acuático es esencial para garantizar la seguridad de los niños. Saber cómo controlar la respiración y adaptarse a diferentes condiciones acuáticas, como nadar en aguas profundas o superar obstáculos, les brinda confianza y reduce el riesgo de asfixia o pánico en situaciones imprevistas.

Prevención de lesiones: Una respiración inadecuada puede llevar a tensiones musculares y a una mala postura en el agua. Los niños que no respiran correctamente pueden experimentar fatiga más rápidamente y aumentar el riesgo de lesiones debido a una mala alineación corporal y un esfuerzo excesivo. Una respiración adecuada ayuda a mantener una técnica de nado más eficiente y reduce la probabilidad de lesiones musculoesqueléticas.

2.2.5.2. Técnicas de Respiración Utilizadas en la Natación.

Pérez & Moreno (2007), sugieren que las técnicas de respiración en la natación son fundamentales para el desempeño del nadador, ya que permiten una correcta oxigenación y evitan la fatiga. En los niños, es importante enseñar estas técnicas desde temprana edad para que puedan desarrollar una técnica adecuada como:

Respiración de sumersión, que consiste en sacar y meter la cabeza intentando controlar la respiración, inspirando fuera del agua y expulsando aire dentro del agua. Esto ayuda con el control de respiración de iniciación.



Respiración lateral, en la que el nadador gira la cabeza hacia un lado para inhalar aire fresco y luego exhala bajo el agua. Es importante que los niños aprendan a coordinar esta técnica con sus movimientos de brazos y piernas para evitar interrupciones en su ritmo de nado.

Respiración bilateral, en la que el nadador alterna entre inhalar aire fresco hacia ambos lados. Esta técnica puede ser especialmente útil para mejorar la simetría del cuerpo y evitar lesiones.

Es importante recordar que cada nadador tiene su propio ritmo y estilo de respiración, por lo que es necesario adaptar las técnicas a las necesidades individuales de cada niño. Los instructores deben ser pacientes y alentar a los niños a practicar regularmente para mejorar su técnica de respiración (Pérez & Moreno, 2007).

Además, es importante tener en cuenta que las técnicas de respiración también están relacionadas con el miedo al agua. Los niños pueden sentir ansiedad o pánico cuando no pueden respirar adecuadamente, lo que puede afectar negativamente su rendimiento. Por lo tanto, es fundamental abordar este problema desde una perspectiva psicológica y trabajar en conjunto con los niños para superarlo. Las técnicas de respiración son fundamentales para el desempeño del nadador y deben ser enseñadas cuidadosamente desde temprana edad. Los instructores deben adaptarse a las necesidades individuales de cada niño y trabajar en conjunto con ellos para mejorar su técnica de respiración y superar cualquier miedo o ansiedad relacionado con la respiración en el agua.

2.2.6. Propulsión como Habilidad Fundamental Básicas de Natación.

Para Barbero & García (2012), una de las habilidades fundamentales básicas de natación es la propulsión, que consiste en el empuje que ejerce el nadador en el agua gracias a los movimientos del cuerpo. Se presentan algunos estilos que ayuda en la

propulsión como el estilo Crol, Espalda, Braza y Mariposa. A diferencia del movimiento de propulsión en tierra, en el agua la propulsión la ejercen los brazos, las piernas que hacen que equilibre el cuerpo, con apoyos fugaces y en posición horizontal.

Entonces la propulsión trata de que si el niño es capaz de avanzar encima del agua usando alguna técnica o un estilo de natación (Quishpe & Torres, 2021).

El desplazamiento se entiende como la habilidad de moverse de un lugar a otro, el desplazamiento es parte de otros conjuntos de habilidades como saltar, girar, correr, etc. En postura céfalo caudal y próximo distal encima del agua (de Castro & Bentancor, 2014).

2.2.6.1. Tipos de Propulsión en la Natación y Desplazamiento Eficiente en el Agua.

La propulsión es la manera que el nadador usa para su desplazamiento, los tipos, estilos de natación afectan el desplazamiento, es así que nos propulsaremos mejor cuando mejor técnica y movimientos se tiene (Rondán, 2018). La efectividad de no es la misma para cada estilo y podemos ver de acuerdo a la tabla la propulsión en los 4 estilos predominantes de natación:

Tabla 1

Influencia de los brazos y las piernas en los distintos estilos de natación

Propulsión / estilo	Crol	Espalda	Mariposa	Braza
Brazos	80 %	75 %	65 %	50 %
Piernas	20 %	25 %	35%	50 %

Fuente: (Rondán, 2018).

Para Carrasco (2010), los factores y tipos de propulsión son:

Factores de propulsión:

Superficies propulsivas: son las partes del cuerpo que generan la fuerza necesaria para avanzar en el agua, como los brazos y las piernas.



Orientación superficies: la forma en que se orientan las superficies propulsivas influye en la eficiencia del movimiento. Por ejemplo, los brazos deben moverse de manera alternada y simétrica para generar una propulsión constante.

Longitud del trayecto de apoyo: cuanto más largo sea el trayecto de apoyo, mayor será la fuerza generada.

Profundidad de los apoyos: cuanto más profundos sean los apoyos, mayor será la fuerza generada.

Forma del recorrido: un recorrido suave y sin interrupciones es más eficiente que uno con movimientos bruscos o irregulares.

Ritmo de ejecución: un ritmo constante y fluido es más eficiente que uno irregular o acelerado.

Cantidad de superficie corporal que se desplaza: cuanto mayor sea la cantidad de superficie corporal que se desplace, mayor será la fuerza generada.

Tipos de propulsión

Existen dos tipos principales de propulsión en la natación:

Propulsión por arrastre: este tipo de propulsión se genera al mover el cuerpo a través del agua. La resistencia del agua crea una fuerza opuesta al movimiento, lo que genera una propulsión hacia adelante. Este tipo de propulsión es utilizado principalmente en estilos como el crol y espalda.

Propulsión por empuje: este tipo de propulsión se genera al empujar el agua hacia atrás. La fuerza se genera principalmente con los brazos y las manos, y es utilizada en estilo la mariposa.

2.2.6.2. Factores que Influyen en el Dominio de la Propulsión en niños.

El dominio de la propulsión en niños puede verse influenciado por diversos factores, tanto internos como externos (Carrasco, 2010). Estos pueden ser:



Factores internos:

Edad: la edad del niño puede influir en su capacidad para dominar la propulsión. Los niños más pequeños pueden tener dificultades para coordinar los movimientos necesarios para generar una propulsión eficiente.

Desarrollo físico: el desarrollo físico del niño también puede influir en su capacidad para dominar la propulsión. Por ejemplo, un niño con una musculatura débil puede tener dificultades para generar suficiente fuerza para avanzar en el agua.

Nivel de habilidad: el nivel de habilidad previo del niño también puede influir en su capacidad para dominar la propulsión. Un niño que ya tiene experiencia en natación y ha desarrollado ciertas habilidades tendrá más facilidad para aprender a generar una propulsión eficiente.

Factores externos:

Entrenamiento: el tipo y la calidad del entrenamiento que recibe el niño pueden influir significativamente en su capacidad para dominar la propulsión. Un entrenamiento adecuado debe incluir ejercicios específicos que permitan al niño desarrollar las habilidades necesarias para generar una propulsión eficiente.

Ambiente acuático: el ambiente acuático en el que se realiza el entrenamiento también puede influir en la capacidad del niño para dominar la propulsión. Por ejemplo, un ambiente con corrientes fuertes u olas grandes puede dificultar el aprendizaje de ciertas habilidades.

Motivación: la motivación del niño para aprender y mejorar en natación también puede influir en su capacidad para dominar la propulsión. Un niño motivado y comprometido con el aprendizaje tendrá más facilidad para desarrollar las habilidades necesarias.



2.3. MARCO CONCEPTUAL

Habilidades básicas de la natación: Es una actividad integral en la sociedad con una mera recreación por ser un ejercicio completo e intenso, da beneficio a las personas ayudando a fortalecer los músculos.

Fundamental: Que sirve de fundamento o es lo principal en algo (RAE, 2014).

Natación: Es el movimiento o desplazamiento a través del agua mediante el uso de las extremidades corporales y sin utilizar ningún instrumento artificial. La natación se trata de un deporte además de recreativo muy beneficioso para el ser humano.

Respiración: La respiración es la habilidad por la cual el ser humano puede subsistir en el medio terrestre y en el medio acuático

Flotación: Es la capacidad que tienen los cuerpos de mantenerse en el agua y es la adquisición de posiciones estables no propulsivas, sin la intervención de fuerzas equilibradoras salvo el propio control respiratorio.

Propulsión: Es la fuerza que impulsa al ser humano hacia delante, atrás, arriba o abajo provocada por la acción de los brazos y las piernas y es el principio de acción y reacción.

Flotación pasiva o estática: La flotación pasiva se refiere a la capacidad del cuerpo para mantener el equilibrio en el agua sin realizar movimientos activos. Puede realizarse en posición de decúbito ventral o dorsal e implica buscar constantemente el equilibrio y desequilibrio del cuerpo.

Flotación activa o dinámica: La flotación activa implica la generación de movimiento y la movilización de los segmentos corporales para mantenerse a flote en el



agua. Los nadadores utilizan la posición hidrodinámica del cuerpo y la movilización de los brazos y las piernas para mantener la flotabilidad.

Respiración en la natación: En la natación, la respiración desempeña un papel fundamental. Los nadadores deben coordinar correctamente los movimientos de la cabeza con la rotación del cuerpo para poder respirar sin alterar su alineación lateral. La respiración eficiente y fluida durante el nado es crucial para el rendimiento y la seguridad.

Técnica respiratoria: La técnica respiratoria se refiere a la forma en que un nadador inhala y exhala mientras nada. Una correcta técnica respiratoria implica respirar por la nariz para filtrar partículas contaminantes, coordinar los movimientos de la cabeza con la rotación del cuerpo y mantener una respiración fluida y eficiente para garantizar un suministro continuo de oxígeno durante la actividad acuática.



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.

Según el paradigma predominante, la investigación es cuantitativa (Tamayo, 2013) que dice que el enfoque cuantitativo donde parte de una hipótesis que surgen a la muestra en cuestión aleatoria que represente la población. Según el tipo de inferencia es deductiva. En un razonamiento deductivo, se parte de premisas generales y se llega a conclusiones específicas basadas en la lógica y la coherencia. Según su temporalidad es de corte transversal porque se obtuvo los datos en un punto temporal

3.2. DISEÑO.

El diseño es descriptivo, no experimental. Los estudios descriptivos buscan describir a una muestra sin manipular ninguna de sus variables que a diferencia de los estudios experimentales que busca causa efecto en otra u otras variables,

3.3. ÁMBITO DE ESTUDIO.

El estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Secundaria, San Jerónimo de Asillo de la provincia de Azángaro, en el departamento de Puno Perú. Las lecturas de los datos fueron recopilados a los estudiantes del 1er grado, fue realizado en el Balneario de Junt'uma que queda a 15 minutos en vehículo desde el distrito de Asillo.

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA.

3.4.1. Población.

La población de estudio estuvo conformada por los estudiantes de primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo.

Tabla 2

Población de estudio

I.E.S. San Jerónimo - Asillo		Primer Grado				
Sección	A	B	C	D	E	
N°. de Estudiantes	18	19	19	17	17	
Género	Hombres		Mujeres			
Cantidad	49		41			
Total	90					

Fuente: Elaboración propia.

3.4.2. Criterios de inclusión:

- Todos los estudiantes de las secciones A, B, C, D, E que tengan el permiso de sus padres.

3.4.3. Criterios exclusión:

- Estudiantes que presenten alguna discapacidad.
- Estudiantes que no tengan permiso de participar en el estudio.

3.4.4. Muestra.

En la actual investigación la muestra de investigación fue de tipo no probabilístico e intencional, debido a que se seleccionó a los estudiantes en base a los criterios de inclusión y exclusión (Andrade & Torres, 2018). Estuvo conformada proporcionalmente por 40 estudiantes del primer grado.

Tabla 3*Muestra de estudio*

Grado y sección	F	%
Primero A	10	25%
Primero B	8	20%
Primero C	9	23%
Primero D	7	18%
Primero E	6	15%
Total	40	100%

Fuente: Elaboración propia.

3.5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla 4*Operacionalización de variables*

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicador
Habilidades Fundamentales			Flotación	Ítem 1
			Respiración	Ítem 2
Básicas de Natación			Propulsión	Ítem 3
				Ítem 4
			Ítem 5	

Fuente: Elaboración propia.

3.6. TÉCNICAS, INSTRUMENTOS.

3.6.1. Técnica.

La medición.

Es una técnica que consiste en medir habilidades o desempeño en áreas. El estudio actual midió Las habilidades fundamentales básicas de la natación en los estudiantes del primer grado la institución educativa “San Jerónimo” de Asillo.



Observación.

Se trata de analizar ciertos rasgos de la situación en este ámbito. Este estudio analizó las dimensiones relacionadas con las habilidades fundamentales básicas en la natación.

3.6.2. Instrumento.

El instrumento es el “Test de las Habilidades Fundamentales Básicas de la Natación” que tiene su ficha técnica y su ficha de confiabilidad en el Anexo 5: Ficha técnica del instrumento. Este instrumento ha sido adaptado del Autor (Fuentes, 2020), quien realizó un instrumento de natación para personas adultas. Este instrumento fue adaptado a niños de entre 11 y 12 años. Pasando por la prueba de confiabilidad, por lo que otros autores pueden usar este instrumento en sus estudiantes de entre 11 y 12 años.

3.7. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS.

Se presentó una solicitud de permiso al director de la I.E.S. San Jerónimo de Asillo, Azángaro, para llevar a cabo la investigación. Tras obtener la aprobación y el visto bueno, se estableció una coordinación con el docente a cargo del primer grado. Se entregaron los respectivos permisos a los padres de familia de cada niño en el día acordado, como se muestra en el (Anexo 11: Documentos presentados: Solicitud y Consentimiento informado). Posteriormente, se prepararon las fichas de observación en la Piscina de Junt’uma, donde participaron 40 niños que contaban con el consentimiento de sus padres. Las fichas se completaron individualmente para cada niño, registrando la información necesaria. Una vez finalizada la actividad, los datos recolectados se procesaron utilizando el software Excel en su versión 2019 Profesional.



3.8. PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS.

Después de tabular los datos en Excel, se procedió a realizar el análisis de las respuestas, dividiéndolas en tres categorías: "No ejecuta", "Ejecuta regularmente" y "Sí ejecuta". Se realizaron los respectivos conteos para cada categoría. A continuación, utilizando el instrumento "Test de las Habilidades Fundamentales Básicas de la Natación", se identificó en qué terciles se ubicaban los resultados generales de las habilidades fundamentales de natación, así como sus dimensiones: flotación ventral, respiración y propulsión. Se generaron tablas y gráficas de frecuencia para visualizar los datos.

Luego, se evaluaron los niveles de habilidad de acuerdo a la escala proporcionada por el instrumento. Se determinó en qué nivel se encontraba cada participante. Además, se realizó una prueba de confiabilidad del instrumento utilizando los datos obtenidos, calculando un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.67.

Finalmente, los resultados obtenidos fueron discutidos en relación con estudios previos realizados por otros investigadores. Estos resultados contribuyen a la generación de nuevo conocimiento científico en el campo de las habilidades fundamentales de la natación, enriqueciendo la comprensión y el abordaje de este tema.

3.9. DISEÑO ESTADÍSTICO.

Debido a la naturaleza descriptiva del estudio, solo se utilizaron tablas estadísticas descriptivas y tablas de frecuencia acompañado de sus tablas de porcentaje, es decir, se utilizaron valores absolutos de frecuencia y porcentaje para este estudio.

3.10. ASPECTOS ÉTICOS.

Al entregarse el permiso correspondiente a los padres de familia, el consentimiento informado, véase (Anexo 11: Documentos presentados: Consentimiento



informado), es que se la da la elección de decisión a los padres si desean que sus hijos vayan o no a la piscina a ser evaluados. Los datos recopilados son exclusivamente para fines investigativos, respetando informaciones sensibles y que los niños sean libres de elegir o si se sienten incomodos no ser parte del estudio. EL profesional de Licenciado en Educación Física debe tener la capacidad de respetar principios éticos y morales elevados. Esto con la finalidad de poder extraer datos investigativos al mismo tiempo que debe cuidar aspectos, físicos, morales, psíquicos, religiosos entre otros.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS.

A continuación, se detallarán los resultados obtenidos con el “Test de habilidades básicas de natación”, empezando por mostrar los resultados obtenidos de la variable Habilidades fundamentales básicas de natación y continuando con sus dimensiones: flotación ventral, respiración y propulsión. Luego se resolverá las hipótesis planteadas en el mismo orden. Todo esto sigue el orden del objetivo general y específicos Finalmente se procederá a discutir con los antecedentes planteados contra los resultados obtenidos de este estudio.

4.2. OG: RESULTADOS DE LA VARIABLE HABILIDADES FUNDAMENTALES BÁSICAS DE LA NATACIÓN.

Tabla 5

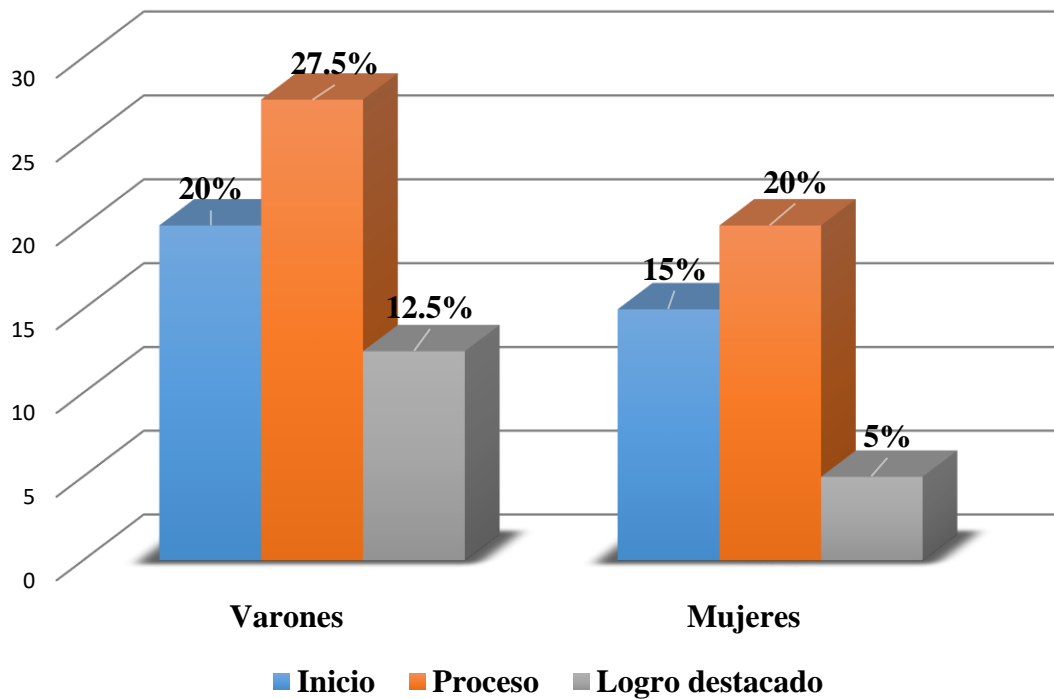
Habilidades fundamentales básicas de natación del 1er grado

Habilidades fundamentales básicas de Natación	Varones		Mujeres		Ambos	
	F	%	F	%	F	%
Inicio	8	20 %	6	15 %	14	35 %
Proceso	11	27.5 %	8	20 %	19	47.5 %
Logro destacado	5	12.5 %	2	5 %	7	17.5 %
Total	24	60 %	16	40 %	40	100 %

Nota. Fuente: Test evaluado con el Test de habilidades básicas de Natación

Figura 1

Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación del 1er grado de la Institución educativa secundaria “San Jerónimo” Asillo



Fuente: *Elaboración propia.*

En la tabla y figura anterior se muestra que ambos sexos tanto varones y mujeres están en nivel de “Proceso” respecto a las Habilidades fundamentales básicas de natación, teniendo en ambos sexos predominancia de 27.5% en varones y 20% en mujeres. Ello indica que a la edad entre 12 y 13 años están en un proceso de aprendizaje en habilidades básicas en los estudiantes del primer grado de la Institución educativa secundaria “San Jerónimo” Asillo. Además, se pudo observar que los varones tienen más habilidades de natación que las mujeres, en todos los niveles, tanto en Inicio, proceso y Logros destacados. Teniendo una diferencia en nivel “Inicio” de 5%, en nivel “Proceso”, una diferencia de 7.5% y “Logros destacado” una diferencia de 12.5%, siendo esta última una mayor diferencia de habilidades básicas de natación en varones. Por lo que podríamos esperar que los niños están más predispuestos a nadar que las mujeres ya que tienen mejor desarrolladas las habilidades básicas de natación.



Es así que los resultados generales muestran el nivel de habilidades fundamentales básicas de natación en todo el primer grado de la Institución educativa secundaria “San Jerónimo” Asillo se encuentra en un nivel de Proceso de aprendizaje según el instrumento de medición (Véase Anexo 8: Test de habilidades básicas de natación).

4.2.1. OE1: Resultados sobre flotación ventral.

Tabla 6

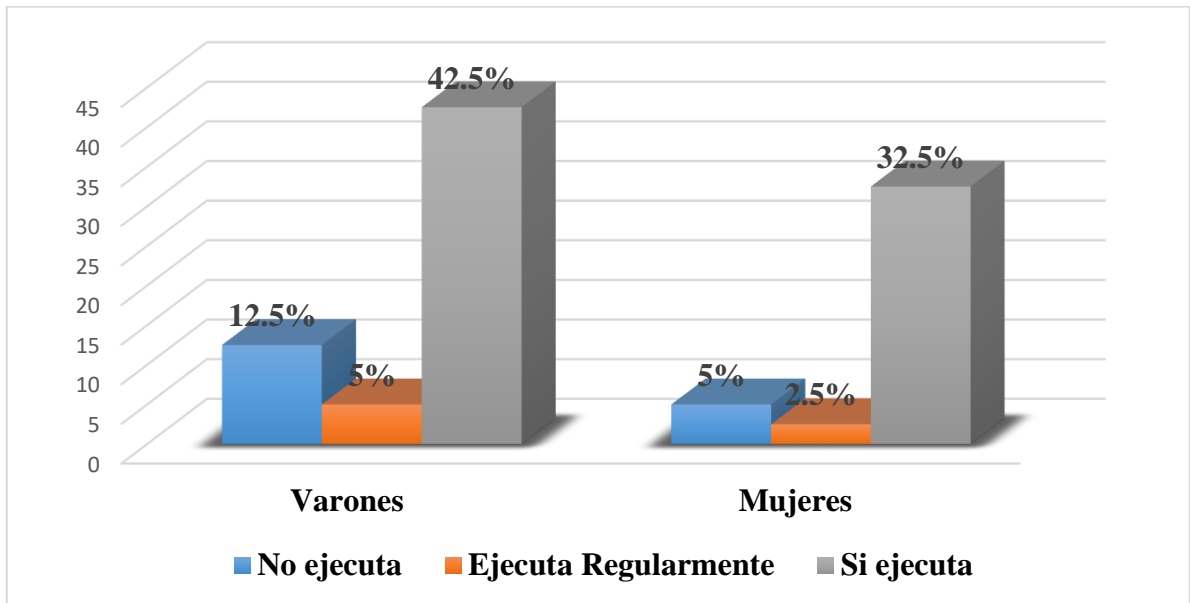
Habilidades de flotación ventral

Habilidad de Flotación Ventral	Varones		Mujeres		Ambos	
	F	%	F	%	F	%
No ejecuta	5	12.5%	2	5%	7	17.5%
Ejecuta regularmente	2	5%	1	2.5%	3	7.5%
Si ejecuta	17	42.5%	13	32.5%	30	75%
Total	24	60%	16	40%	40	100%

Nota. La tabla muestra la frecuencia de estudiantes y % referido al 100%.

Figura 2

Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación en flotación ventral



Fuente: Elaboración propia.

Respecto a la flotación ventral como indica la tabla y figura, tenemos que chicos y chicas si ejecutan la flotación ventral. Ellos pueden flotar ventralmente por 10 segundos, 42.5% en chicos y 32.5% en chicas, sumados juntos tenemos que un 75%, que son tres cuartos del 100%, lo que demuestra que pueden flotar con facilidad en su gran mayoría, También existe un 7.5% que ejecuta regularmente y un 17.5% de estudiantes que se podría considerar que no ejecuta.

Asimismo, se manifiesta que existe mejor desempeño de flotación en chicos que en chicas, teniendo que si ejecutan con 10% de diferencia, También se pudo ver que existe un 12.5% de chicos que no ejecutan la flotación ventral. Esto manifiesta un comportamiento bipolar, que un 95% de chicos o bien puede flotar o no lo hace, y un 5% lo ejecuta regularmente y no lo ejecutan.

4.2.2. OE2: Resultados sobre respiración.

Tabla 7

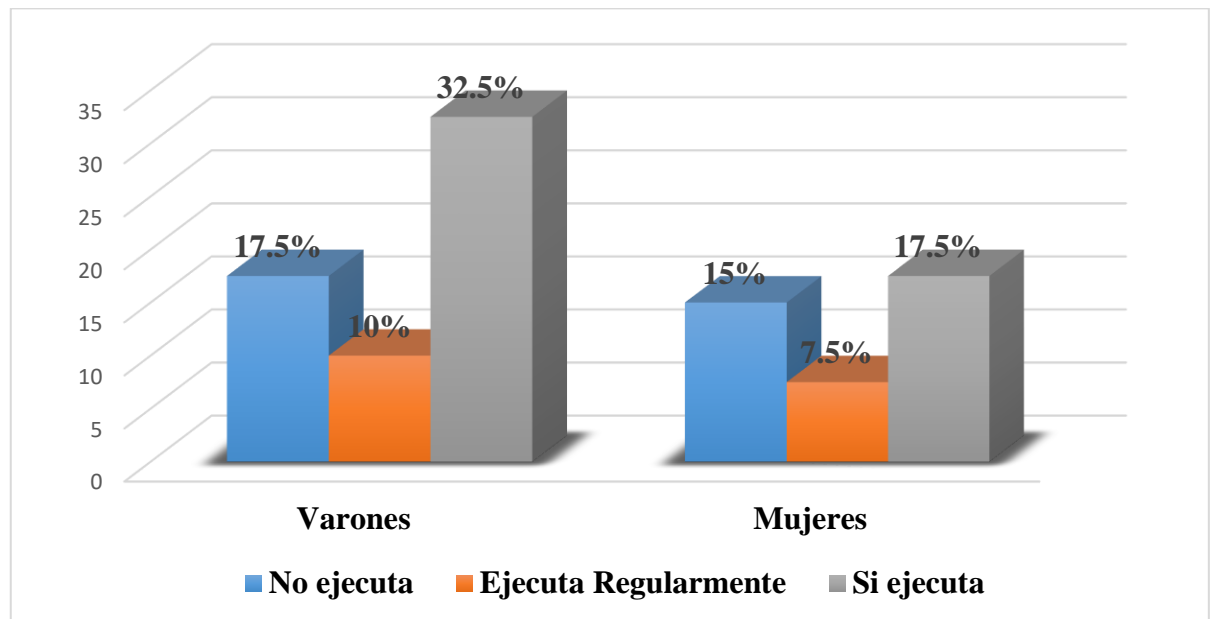
Habilidades de Respiración

Habilidades de Respiración	Varones		Mujeres		Ambos	
	F	%	F	%	F	%
No ejecuta	7	17.5%	6	15%	13	32.5%
Ejecuta regularmente	4	10%	3	7.5%	7	17.5%
Si ejecuta	13	32.5%	7	17.5%	20	50%
Total	24	60%	16	40%	40	100%

Nota. La tabla muestra la frecuencia de estudiantes y % referido al 100%.

Figura 3

Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación en respiración



Fuente: Elaboración propia.

Observando los resultados de la tabla y figura anterior es que se puede ver que existe similar comportamiento con la dimensión Flotación Ventral, que tantos chicos y chicas si ejecutan la Respiración. Esto demuestra que tanto chicos como chicas en su mayor porcentaje pueden controlar la respiración en el agua. Recordemos que esta



dimensión se evaluó si los estudiantes logran sumergir la cabeza durante 10 segundos y puedan soplar debajo del agua e inhalar fuera de ella.

Se puede observar también que, los chicos con 32.5% que tiene mejor respuesta frente a las chicas con 17.5% midiendo los que si ejecutan, haciendo una diferencia de 15.5% que puede considerarse significativa, Fuera de ello se puede observar que tanto chicos y chicas tienen un resultado bipolar, que la gran mayoría si ejecuta o no lo ejecuta y que una minoría está lo ejecuta regularmente. Esto podría afectar si se intenta promediar y se obtendría un nivel de medio. Las chicas tienen similares resultados porque no varía los porcentajes en los niveles.

4.2.3. OE3: Resultados sobre propulsión.

Tabla 8

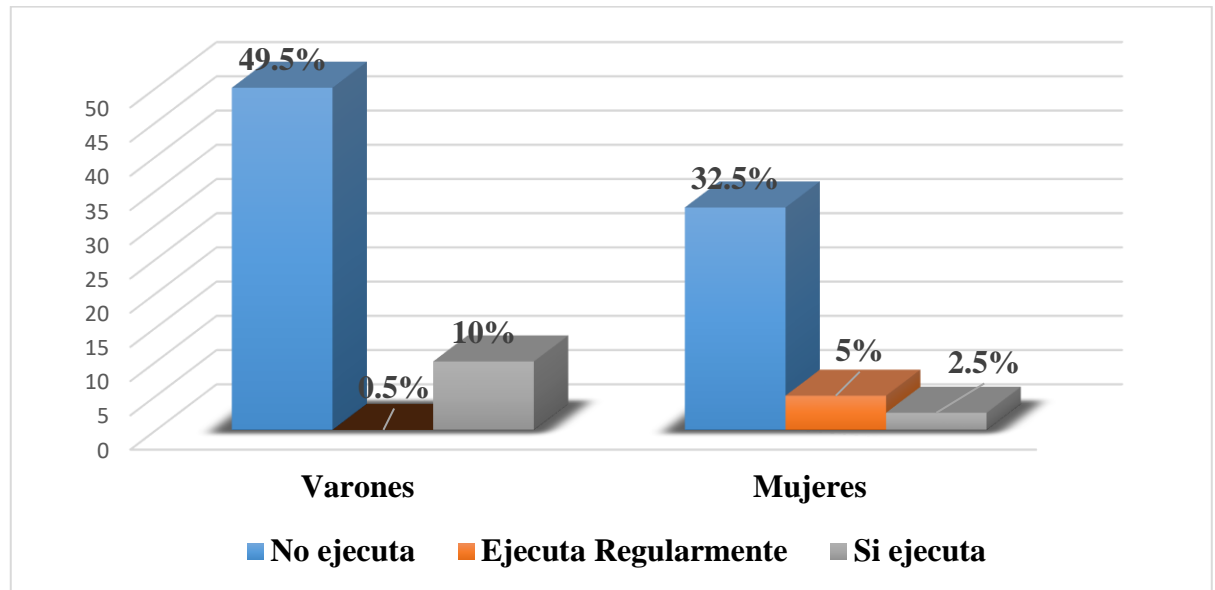
Habilidades de Propulsión

Habilidades de Propulsión	Varones		Mujeres		Ambos	
	F	%	F	%	F	%
No ejecuta	19	49.5%	13	32.5%	32	82%
Ejecuta regularmente	1	0.5%	2	5%	3	5.5%
Si ejecuta	4	10%	1	2.5%	5	12.5%
Total	24	60%	16	40%	40	100%

Nota. La tabla muestra la frecuencia de estudiantes y % referido al 100%.

Figura 4

Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación en Propulsión



Fuente: Elaboración propia.

Recordemos que esta dimensión comprende avanzar 10 metros en tabla con movimiento de pierna y nadar un largo de 10 metros. Respecto a esto, se pudo observar que tanto chicos como chicas aún no tiene la capacidad de nadar, siendo un total de 82% del total. A pesar que en las dimensiones anterior si pudieron flotar y controlar la respiración. Son pocos los estudiantes que corresponde al 12.5% que si pueden nadar. Sólo los chicos tienen resultados bipolares, donde todos o bien pueden nadar y otros no lo pueden hacer y que no existe un nivel regular de ejecución, comparado con las chicas que el nivel es decreciente, donde si existen chicas que ejecutan regularmente. Esto podría resumirse en que si el chico ya sabe nadar tiene la confianza de hacerlo o si no lo ha hecho nunca, tiene miedo, frente a las chicas que si intentaron nadar por unos cuantos metros.

Entonces podemos decir que los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo tienen resultados ciertamente bipolares, porque la mayoría o bien sabe nadar o no la sabe, son pocos los que ejecutan de manera regular. Esto puede explicarse por la posibilidad de que existen estudiantes que ya saben nadar gracias a que los padres incitan esta actividad deportiva por propia cuenta de ellos.



Además, que teniendo estos resultados bipolares es que al promediarlo de manera general nos resulta que los estudiantes de primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo tienen un nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación de un nivel medio de Ejecución.

4.3. DISCUSIÓN

Los resultados encontrados coinciden con el estudio realizado por Anahua (2018), quien encuestó a estudiantes del colegio I.E.S. INA 73 que tienen entre 14 a 17 años del distrito de Pomata, sobre cómo ellos consideraban que son importantes la flotación, respiración y propulsión en la natación y mencionan que es medianamente importante. Entonces, se deduce que los estudiantes de secundaria consideran que flotación, respiración y propulsión son medianamente importantes al mismo tiempo que tienen un nivel de medio de proceso de habilidades fundamentales de natación. Al igual que Oblitas & Pereira (2019), en su estudio llevado a cabo en Cusco en la Institución “Arco Iris” demostró que los padres de familia quieren que sus niños aprendan a nadar. En su estudio indicó que la mitad de los estudiantes saben nadar, lo que demuestra que ya tiene las habilidades fundamentales como flotación, respiración y propulsión y que concuerdan con este estudio donde se presenta que los estudiantes tienen un nivel medio, que ejecutan medianamente. Oblitas y Pereira aseguran que este nivel es debido que falta motivación para ir a nadar, a pesar que la institución cuenta con implementos y facilidades para que los chicos quieran nadar. Del mismo modo, que creen que la natación es importante para el desarrollo motriz del ser humano.

Por otra parte, hubo discrepancias con el experimento de Musaja (2018), realizado en el distrito de Puno, demostró que los chicos de 11 y 12 años tienen un nivel medio de habilidades fundamentales en flotación, respiración y propulsión sin el uso de material de apoyo de natación que es diferente a los de este estudio, donde los chicos de Asillo a pesar



de que usaron material didáctico para las pruebas resultaron estar en un nivel medio. Comparando al estudio de Musaja, quien implementó material didáctico, obtuvo como resultado un nivel excelente en todas las dimensiones. Esto puede deberse que en la ciudad de Puno existen muchas piscinas y los niños tienen la facilidad, el incentivo de padres y la cultura de ir a aprender lo en Puno, que lo niños tengan un mayor nivel de habilidad fundamental básica de natación frente al distrito de Asillo.

Flotación

Lo que logró demostrar Musaja (2018) en su experimento de uso de material didáctico en lo que respecta a flotación, que influye positivamente haciendo que los chicos puedan flotar a un nivel alto con la ayuda de material didáctico de flotación lo que demuestra que es necesario el uso de flotadores cuando se quiere que los chicos puedan flotar bien y ganar confianza al hacerlo y que concuerdan con este estudio porque se usó flotadores como material didáctico para medir su nivel de flotación que también resultó en un nivel alto.

Respiración

Los resultados de Marmol (2020), indicó que los niños inicialmente intentaban respirar por la nariz que por la boca, y al haberse instruido a que lo hagan por la boca, su técnica de respiración mejoró considerablemente al igual que en este estudio cuando se les dio las correctas indicaciones ejecutaron correctamente. Este resultado es semejante a Musaja (2018), donde demostró que con apoyo de material didáctico en la respiración mejora considerablemente la técnica de respiración.



Propulsión

Asimismo, Musaja (2018) en lo que respecta a propulsión con el uso de material de apoyo didáctico obtuvo un nivel Excelente en los chicos comparados con los obtenidos en este estudio donde se obtuvo que los chicos en su mayoría no podían ejecutar demostrando un nivel de Inicio. Lo que discrepa con los de este estudio demostrando que los chicos de Asillo tienen un nivel bajo de habilidades fundamentales básicas de natación

El nuevo conocimiento del estudio demostró que los niños tienen habilidades fundamentales básicas siempre que vean la natación como un espacio de diversión, más allá de que este esté o no en un plan anual docente o en la curricular de su institución. Además, que la presencia de piscinas cerca a sus domicilios hace que mejoren las habilidades de natación. Es importante que docentes sean pacientes y usen materiales didácticos probados para la enseñanza de los niños. Recordemos que la natación es de los deportes que ayudan al crecimiento y que ya está demostrado. Los padres deben ser parte de este espacio de diversión con sus niños haciendo que estos desarrollen habilidades motoras, que sus hijos aprendan a nadar y pasen un momento divertido en familia.

Las limitaciones del estudio fueron la pandemia del Covid-19 que empezó a inicios del 2020 por lo que la fecha de poder llevar a los chicos a la piscina no fue en la fecha acordada. Otra principal limitante es que se le entregó a cada papá el permiso correspondiente por lo que la mitad no lo firmó, lo que se puede entender que su niño no sabe nadar y le puede ocurrir algo malo. Del mismo modo que los niños son traviesos, confiados y se debe estar observando en cada momento que no les ocurra nada malo. Otra limitación importante es que no es habitual que los docentes de Educación Física tengan presente el área de natación en el Plan Anual en su institución. Lo que también demuestra el poco interés por parte de los docentes de Educación Física en las instituciones,



Estos resultados obtenidos sobre habilidades fundamentales básicas de natación sirven en primera instancia a la reflexión del nivel que se presenta en la provincia de Asillo con respecto a la natación. Estos resultados sirven a futuros investigadores a conocer el nivel en que tienen los chicos del primer grado de la I.E.S San Jerónimo de Asillo y puedan implementar experimentos para la mejora de habilidades en esta materia. Del mismo modo que las autoridades correspondientes deben promover la natación con proyectos de infraestructura de piscinas temperadas, entendiéndose a la provincia de Azángaro como zona fría teniendo temperaturas entre -5° y 18° grados Celsius.

El instrumento utilizado es viable para niños de entre 11 y 12 años para que futuros investigadores puedan usar el mismo instrumento y puedan discutir con los resultados obtenidos en este estudio.



V. CONCLUSIONES

PRIMERA: En esta tesis el nivel de habilidades fundamentales básicas de natación en los niños del 1er grado de la I.E.S. San Jerónimo de Asillo tuvo un nivel medio que se conoce como nivel de proceso. Esto ya que existen estudiantes que no saben nadar y aquellos que, si saben nadar, estos resultados promediaron en un nivel medio. Entre las mejores habilidades que se logró identificar tenemos la Flotación ventral y respiración, más no la propulsión.

SEGUNDA: Referente a la primera dimensión de Flotación ventral se logró diagnosticar que los estudiantes pueden hacerlo durante 10 segundos con la ayuda de flotador, resultando en que, si puede ejecutar, esto se entiende como nivel logro destacado que pudieron hacerlo 75% de los estudiantes. Esto demuestra un buen indicador de inicio de habilidades fundamentales básicas de natación.

TERCERA: Del mismo modo para la dimensión respiración se logró identificar que los estudiantes con un 50% pueden sumergir de la cabeza y inhalar fuera del agua y exhalar debajo del agua, resultado esto en un nivel medio ya que la otra mitad lo ejecuta regularmente o no lo ejecuta. Lo que demuestra que tienen problemas a controlar la respiración en el agua, lo que demuestra que falta desarrollar natación.

CUARTO: En tanto a la propulsión, se logró evaluar que el 82.5% no ejecutan el avance, tanto con apoyo de la tabla flotadora y sin ella. Se concluye que los estudiantes del primer grado no están en su mayoría en la posibilidad



de nadar. Mientras que 12.5% de ellos si puede hacerlo. Se concluye que una minoría de estudiantes han aprendido a nadar gracias al incentivo de sus padres: Lo que demuestra que los estudiantes del primer grado de Asillo tienen un nivel bajo, de inicio en propulsión.



VI. RECOMENDACIONES

PRIMERA: A los docentes de la institución educativa secundaria San Jerónimo de Asillo, Promotores de academias de natación y autoridades educativas, se les recomienda trabajar y mejorar las habilidades básicas en la natación entre los estudiantes de diferentes grados para reforzar aspectos de su vida saludable.

SEGUNDA: A los profesores del área de educación física de la institución se le recomienda poner en su plan anual el deporte de la natación y así pondrán mejorar los alumnos que se encuentran inicio y proceso en la flotación.

TERCERA: A la municipalidad distrital de Asillo construir una piscina temperada en el mismo distrito a si no ser necesario viajar para poder practicar la natación y esta construcción beneficiaria a los alumnos de la institución y la población del distrito de Asillo, también mejorando una de las habilidades que es muy fundamental en la natación que es la respiración.

CUARTO: A los padres de familia que fomenten a sus hijos a la práctica de la natación estando en vacaciones inscribirles a una academia, con más razón ya que los alumnos de la institución se encuentran en inicio en la habilidad de propulsión.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anahua, J. L. (2018). Importancia De Habilidades Fundamentales De La Institución Educativa Secundaria Ina 73 Del Distrito De Pomata-2017 [Universidad Nacional del Altiplano]. En *Repositorio Institucional*. http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/9432/Anahua_Huallpa_José_Luis.pdf
- Armenteros, Y., Hernández, A., Valero, A., Reyes, E., & Rivera, R. (2020). Juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en los nadadores de 6-7 años. *Revista Conrado*, 21(1), 1–9. <http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v16n77/1990-8644-rc-16-77-162.pdf>
- Barbero, A., & García, A. (2012). Asignatura : Natación 1º. *Repositorio UPM*, 47. http://ocw.upm.es/pluginfile.php/1436/mod_label/intro/NATACION_Y_AACUATICAS.pdf
- Carrasco, D. (2010). Natación. *Cultura física, natación, deporte, UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID*, 2, 1–26. <http://futbolcarrasco.com/wp-content/uploads/2014/08/futbolcarrascoinef1curso7.pdf>
- CEIP ÁGORA. (2012). Iniciación a la natación. *Mediateca*, 11. <https://mediateca.educa.madrid.org/streaming.php?id=9qxcnmggc9fdi3c&otros=1&ext=.pdf>
- Contreras, C. (2011). La Importancia De La Práctica De la Natación En la Educación De Los Niños y Las Niñas. *Revista Digital Buenos Aires*, 16(161), 8. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4189891&info=resumen&idioma=SPA%0Ahttps://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4189891>
- de Castro, L., & Bentancor, N. (2014). *Adaptación Al Medio Acuático Y Habilidades*



- Acuáticas Básicas.* 1–5. file:///C:/Users/Bill/Desktop/REF -
ANDERSON/LIBTEGU008.pdf
- Duve, A. (2019). *Como Calcular el Alfa de Cronbach con Excel para un trabajo de investigación.* <https://www.youtube.com/watch?v=nIZgDNVQEWE>
- El Peruano. (2023, mayo 16). Alexia Sotomayor clasifica a la final de los 100 metros espalda en Mundial Junior de Natación. *El Peruano.* <https://www.elperuano.pe/noticia/185729-alexia-sotomayor-clasifica-a-la-final-de-los-100-metros-espalda-en-el-mundial-junior-de-natacion>
- FINA. (2020). *Manual de referencia para la enseñanza y perfeccionamiento técnico en Natación.* https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep_sfa_sfl_manual_de_referencia_esp.pdf
- Fuentes, J. D. (2020). *Interacción de estrategias didácticas en el aprendizaje de la natación en estudiantes de la EPEF, 2018.* Universidad Nacional del Altiplano.
- Garrido, C. (2019). *Método de enseñanza de la natación en edades de 03 a 06 años* [Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y valle]. <https://repositorio.une.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14039/7087/MONOGRAF%CDA-GARRIDO-FERNANDEZ-CARLOSCAR-FPYCF.pdf?sequence=4>
- Guacho, E. (2012). *La respiración y su incidencia en la práctica de la natación en los estudiantes de primer año de bachillerato común del Instituto Superior Tecnológico “Bolívar”.* Universidad Técnica de Ambato.
- Gutierrez, I. (2020, marzo). Tres niños mueren ahogados en el distrito de Asillo (Azangaro). *El portal melgar.* https://www.facebook.com/watch/?v=901553096971480&extid=CL-UNK-UNK-UNK-AN_GK0T-GK1C&mibextid=2Rb1fB&ref=sharing



- Lanuza, F., & Torres Antonio. (1999). 1060 Ejercicios de Natación. En *Colección Deporte* (Novena Edi). Editorial Paidotribo.
<http://www.ghbook.ir/index.php?name=فرهنگ و رسانه>
http://www.ghbook.ir/index.php?option=com_dbook&task=readonline&book_id=13650&page=73&chckhashk=ED9C9491B4&Itemid=218&lang=fa&tmpl=component
- Marmol, O. (2020). La enseñanza aprendizaje de la Natación para el Dominio de las habilidades Motoras en niños y niñas de 6 a 12 años en el centro turístico La Rueda [Universidad Técnica de Ambato]. En *Repositorio Institucional de la Universidad Técnica de Ambato*. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/12640>
- Musaja, M. M. (2018). “*Materiales didácticos acuáticos y su influencia en la eficacia de un programa motor de natación en niños de las academias de la ciudad de Puno*” [Universidad Cesar vallejo].
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/35209/musaja_am.pdf
- Oblitas, F. K., & Pereira, L. (2019). Guía Metodológica y su Influencia en la Mejora de la Enseñanza de la Natación de los Estudiantes del 1ro de Secundaria de la IEP Arco Iris del Distrito de San Sebastián - Cusco [Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. En *Repositorio UNSA*.
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9933>
- Pérez, B., & Moreno, J. (2007). Importancia de la respiración en el aprendizaje acuático: fundamentación teórica e implicaciones prácticas. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*, 7(3), 39–56. <https://www.foraqua.es/wp-content/uploads/2021/06/4.-IMPORTANCIA-de-la-RESPIRACION-en-el-APRENDIZAJE-ACUATICO.pdf>



- Prieto, M. A. (2010). Habilidades motrices básicas. *Revista digital innovación y experiencias educativas*, 1984, 1–10.
https://archivos.csif.es/archivos/andalucia/ensenanza/revistas/csicsif/revista/pdf/Numero_37/MIGUEL_ANGEL_PRIETO_BASCON_01.pdf
- Quishpe, K. A., & Torres, Z. (2021). Juegos Predeportivos en el Proceso Formativo de la Natación. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 546.
<https://doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1253>
- Rico, I. (1972). *Metodología de la enseñanza de la Natación*. Escuela Superior de Educación física. https://oa.upm.es/16132/1/Isabel_Rico_Sanchez.pdf
- Rondán, F. J. (2018). Técnicas de natación. *Instituto de Formación Profesional en Rescate y Salvamento*, 19. file:///C:/Users/Bill/Desktop/REF - ANDERSON/LIBTEGU008.pdf
- Ruiz Pérez, L. M., & Graupera Sanz, J. L. (2003). Competencia motriz y género entre los escolares españoles. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 3(10), 4.
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1257681&info=resumen&idioma=SPA>
- Santos, D. (2021). Habilidades motrices en el medio acuático. *Revista de Investigación en Actividades Acuáticas*, 4(8), 51–52. <https://doi.org/10.21134/riaa.v4i8.1296>
- Scaffa, J. L. (1980). Manual de Natación. En *Universidad Autonoma de Nuevo Leon, Mexico* (Vol. 12). Universidad Autónoma Nuevo León.
<http://cdigital.dgb.uanl.mx/1a/1020081068/1020081068.PDF>
- Tepán, E. J. (2010). *La adaptación al medio acuático en niños de 6 a 12 años*. 1–36.
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/1877>



Vergara, A. (2016). Guía didáctica de actividades Lúdicas para contribuir en la enseñanza de los fundamentos básicos de la natación a niños 5 y 6 años en Feder [Universidad Estatal de Guayaquil]. En *Repositorio FEFRDCF*. [http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/27618/1/Vergara Lindao Ana Inés 273-2016.pdf](http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/27618/1/Vergara_Lindao_Ana_Inés_273-2016.pdf)



ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema General: ¿Cuál es el nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo?</p> <p>Problemas Específicos: ¿Cuál es el diagnóstico de la flotación ventral en la piscina en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo? ¿Cuál es la adecuada respiración en el medio acuático de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo? ¿Cómo es el dominio de la propulsión en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo?</p>	<p>Objetivo General: Identificar el nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria “San Jerónimo” de Asillo.</p> <p>Objetivos Específicos: Diagnosticar la flotación ventral de la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo. Identificar la respiración de la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo. Evaluar la propulsión de la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo.</p>	<p>Hipótesis General: El nivel de las habilidades fundamentales básicas de la natación de los estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria de San Jerónimo es de nivel medio.</p> <p>Hipótesis Específicas: La flotación la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria “San Jerónimo” es de nivel alto. La respiración la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria “San Jerónimo” es de nivel alto. La propulsión la habilidad fundamental básica de la natación en estudiantes del primer grado de la Institución Educativa Secundaria “San Jerónimo” es de nivel medio.</p>	<p>V1: Habilidades Fundamentales Básicas de Natación</p>	<p>Tipo de investigación: Cuantitativo</p> <p>Diseño: Descriptivo, no experimental</p> <p>Población y Muestra: Población: 90 estudiantes del 1er grado de la I.E.S. San Jerónimo de Asillo. Muestra: 40 estudiantes del 1er grado de la I.E.S. San Jerónimo de Asillo. Muestro: No probabilístico por conveniencia</p> <p>Técnica e Instrumento de recolección de datos: Medición con “<i>Test De Las Habilidades Fundamentales Básicas De La Natación</i>”, a través de la observación directa. Para respuestas politómicas.</p> <p>Niveles de Baremización: Inicio = Bajo Proceso = Medio Logro Destacado = Alto</p>

Anexo 2: Base de datos.

Nº	Flotación	Respiración		Propulsión		Sección	Edad	Sexo
	Flotar sobre el vientre (10")	Meter la cabeza en el agua durante (10")	Soplar en el agua y luego inhalar fuera del agua (en forma consecutiva hasta 10 veces)	Realizar un avance de 10 metros con movimiento de piernas con una tabla (cabeza afuera)	Nadar un largo (10 metros), sin parar			
1	3	2	2	1	1	A	12	M
2	1	3	2	1	1	A	12	M
3	1	1	1	1	1	A	12	F
4	1	1	1	1	1	A	12	M
5	3	3	2	1	1	A	12	F
6	3	1	3	1	1	A	12	M
7	2	3	2	3	1	A	12	F
8	3	3	1	1	1	A	12	F
9	3	3	3	3	3	A	12	M
10	3	3	3	2	1	A	12	M
11	3	3	1	1	1	B	13	F
12	3	3	1	1	1	B	13	M
13	3	1	1	1	1	B	13	M
14	1	1	1	1	1	B	13	M
15	3	1	1	1	1	B	12	F
16	3	1	1	2	1	B	13	F
17	2	1	1	1	1	B	13	M
18	2	1	1	1	1	B	13	M
19	3	3	3	3	3	C	13	M
20	3	3	2	1	1	C	13	F
21	3	3	2	1	1	C	13	M
22	1	1	1	1	1	C	13	F
23	3	1	1	1	1	C	13	F
24	3	3	2	3	1	C	13	F
25	3	3	3	3	3	C	13	M
26	3	3	2	1	1	C	13	M
27	1	1	1	1	1	C	13	M
28	3	3	3	1	1	D	13	M
29	3	3	3	1	1	D	13	F
30	3	3	2	1	1	D	13	M
31	3	3	2	1	1	D	13	F
32	3	3	2	1	1	D	13	M
33	3	3	3	3	3	D	13	F
34	3	3	2	1	1	D	13	M
35	3	3	3	3	3	E	13	M
36	3	2	2	1	1	E	14	F
37	3	1	1	1	1	E	13	F
38	3	3	2	1	1	E	13	M
39	1	1	1	1	1	E	13	M
40	3	3	1	1	1	E	13	M



Anexo 3: Resultados de estudiantes según su nivel.

N°	Variable “Habilidades Generales”	D1 Flotación Ventral	D2 Respiración	D3 Propulsión
1	Proceso	Logro Destacado	Proceso	Inicio
2	Inicio	Inicio	Logro Destacado	Inicio
3	Inicio	Inicio	Inicio	Inicio
4	Inicio	Inicio	Inicio	Inicio
5	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
6	Proceso	Logro Destacado	Proceso	Inicio
7	Proceso	Proceso	Logro Destacado	Proceso
8	Proceso	Logro Destacado	Proceso	Inicio
9	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado
10	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado	Proceso
11	Proceso	Logro Destacado	Proceso	Inicio
12	Proceso	Logro Destacado	Proceso	Inicio
13	Inicio	Logro Destacado	Inicio	Inicio
14	Inicio	Inicio	Inicio	Inicio
15	Inicio	Logro Destacado	Inicio	Inicio
16	Inicio	Logro Destacado	Inicio	Inicio
17	Inicio	Proceso	Inicio	Inicio
18	Inicio	Proceso	Inicio	Inicio
19	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado
20	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
21	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
22	Inicio	Inicio	Inicio	Inicio
23	Inicio	Logro Destacado	Inicio	Inicio
24	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado	Proceso
25	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado
26	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
27	Inicio	Inicio	Inicio	Inicio
28	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
29	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
30	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
31	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
32	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
33	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado
34	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
35	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado	Logro Destacado
36	Proceso	Logro Destacado	Proceso	Inicio
37	Inicio	Logro Destacado	Inicio	Inicio
38	Proceso	Logro Destacado	Logro Destacado	Inicio
39	Inicio	Inicio	Inicio	Inicio
40	Proceso	Logro Destacado	Proceso	Inicio

Inicio : 1 punto

Proceso : 2 puntos

Logro Destacado : 3 puntos



Anexo 4: Edades de los estudiantes por secciones.

N° de Muestra	Sección	Edad	Sexo
1	A	12	M
2	A	12	M
3	A	12	F
4	A	12	M
5	A	12	F
6	A	12	M
7	A	12	F
8	A	12	F
9	A	12	M
10	A	12	M
11	B	13	F
12	B	13	M
13	B	13	M
14	B	13	M
15	B	12	F
16	B	13	F
17	B	13	M
18	B	13	M
19	C	13	M
20	C	13	F
21	C	13	M
22	C	13	F
23	C	13	F
24	C	13	F
25	C	13	M
26	C	13	M
27	C	13	M
28	D	13	M
29	D	13	F
30	D	13	M
31	D	13	F
32	D	13	M
33	D	13	F
34	D	13	M
35	E	13	M
36	E	14	F
37	E	13	F
38	E	13	M
39	E	13	M
40	E	13	M

Nota. Fuente: Padrón de matrícula del 1er grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo



Anexo 5: Nivel de habilidades fundamentales básicas de natación de cada estudiante

Sección A

N°	Apellidos y Nombres	El nivel de habilidades fundamentales básicas de natación
1	Hanco Mamani Deniz Abel	Proceso
2	Cutisaca Macedo Adriano Diego	Inicio
3	Lope Mamani Judith Maricielo	Inicio
4	Gomez hanco Jhon Alex	Inicio
5	Chambi Mendoza Yanley Camila	Proceso
6	Miranda Aroquipa Joel	Proceso
7	Pacori Mamani Melina Lusmi	Proceso
8	Ccajma Ccosi Grover	Proceso
9	Hanco Puma Adalid Saul	Logro Destacado
10	Quiñonez Saavedra Royer	Logro Destacado



Sección B

N°	Apellidos y Nombres	El nivel de habilidades fundamentales básicas de natación
1	Cutisaca Atamari Bibian Briseth	Proceso
2	Huamani Apaza Francisco Evanis	Proceso
3	Mamani Mamani Cristian Manuel	Inicio
4	Choque Quiñones Milthon	Inicio
5	Mamani Vargaya Katy Leonarda	Inicio
6	Alvarez Ramos Brisa	Inicio
7	Quispe Mamani Kevin Roly	Inicio
8	Condori Choquehuanca Jhon Beltran	Inicio

Sección C

N°	Apellidos y Nombres	El nivel de habilidades fundamentales básicas de natación
1	Ccajma Puma Jhordan Aldahir	Logro Destacado
2	Enriquez Chancatuma Mericielo Milagros	Proceso
3	Mamani Condori Jorge	Proceso
4	Mamani Huaman Fernanda Nataly	Inicio
5	Chinoapaza Mamani Gisela	Inicio
6	Mamani Maldonado Daymary	Logro Destacado
7	Soncco Quiñonez Edson Aurelio	Logro Destacado
8	Ventura Apaza Adrian French	Proceso
9	Turpo Huaman Jhampier	Inicio



Sección D

N°	Apellidos y Nombres	El nivel de habilidades fundamentales básicas de natación
1	Quispe Mamani Frank Nichols	Proceso
2	Palomino Mamani Zulma Clara	Proceso
3	Mamani Neyra Jhojan Wilder	Proceso
4	Mamani Huaracallo Yuly Sonaly Magnolia	Proceso
5	Jimenez Diaz James Juniors	Proceso
6	Huaman Mamani María Elizabeth	Logro Destacado
7	Bellido Quispe Yhon Elvis	Proceso

Sección E

N°	Apellidos y Nombres	El nivel de habilidades fundamentales básicas de natación
1	Ventura Bellido Aldayr Clindon	Logro Destacado
2	Flores Diaz Roxana Yesica	Proceso
3	Jara Trelles Sandra	Inicio
4	Solorzano Zea Freide Ricardo	Proceso
5	Condori Morocco Deyvis Jhojan	Inicio
6	Choquepuma Ccopa Rodrigo Alonso	Proceso



Anexo 6: Ficha Técnica del Instrumento

- Nombre** : Test de habilidades básicas de natación
- Autor** : Elaborado por, Anderson Mamani Puma
- Año** : 2019
- Objetivo** : Evaluar el nivel de habilidades básicas de natación
- Lugar de aplicación** : Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo, Azángaro,
- Forma de aplicación** : Directa
- Duración de la aplicación : 2 horas, cada aula
- Nivel de medición** : Escala politómica

Descripción del instrumento : Ficha de observación para estudiantes de nivel secundario entre 12 y 13 años. La muestra fue de 40 estudiantes correspondientes al 1er grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo de Asillo, Azángaro, Puno. La ficha está constituida por 3 dimensiones de 5 ítems. Dimensión 1: Flotación ventral: Ítem 1, Respiración: Ítem 2 y 3, Propulsión: Ítem 4 y 5.

Las respuestas de la ficha de observación están en una escala de Likert de 1 a 3 puntos, donde 3 es de nivel “Logro destacado”, 2 es de nivel “Proceso” y 1 es de nivel “Inicio”.

Procedimiento de puntuación:

La escala está dividida en terciles (3 partes iguales).

	Escala de Baremización por suma de puntos	Escala por promedios de puntos Likert
Habilidades fundamentales de Natación	Inicio (5 – 8.33) Proceso (8.33 – 11.66) Logro Destacado (11.66 - 15)	
D1: Flotación	Inicio (1) Proceso (2) Logro Destacado (3)	Inicio (1 – 1.66) Proceso (1.66 – 2.33) Logro Destacado (2.33 - 3)
D2: Respiración	Inicio (1 – 1.66) Proceso (1.66 – 2.33) Logro Destacado (2.33 - 3)	
D3: Propulsión	Inicio (1 – 1.66) Proceso (1.66 – 2.33) Logro Destacado (2.33 - 3)	

Anexo 7: Confiabilidad del instrumento

RESULTADOS DE CONFIABILIDAD DE INSTRUMENTO.

El Test de las habilidades fundamentales básicas de la natación tiene 3 posibles respuestas por lo que considera de respuesta politómica, para verificar la consistencia interna se utilizó el software SPSS V29 para determinar lo que se conoce el *Alfa de Cronbach*. En base a la muestra que se tomó de la muestra por lo que salió los siguientes resultados:

Tabla 9

Escala de niveles de Alfa de Cronbach

Valor	Confiabilidad
0 – 0.2	Muy baja
0.2 – 0.4	Baja
0.4 – 0.6	Moderada
0.6 – 0.8	Buena
0.8 – 1.0	Alta

Fuente: (Duve, 2019).

Tabla 10

Confiabilidad Calculada de Alfa de Cronbach

Instrumento	Alfa de Cronbach	Nº de ítems
Habilidades Fundamentales Básicas de Natación	0.673496659	5

Fuente: Elaboración propia.

El valor calculado de Alfa de Cronbach salió un valor de 0.67 que viene a ser según la escala de confiabilidad Buena, por lo que concluye que el instrumento presenta un buen nivel.



Anexo 8: Cuestionario

TEST DE LAS HABILIDADES FUNDAMENTALES BÁSICAS DE LA NATACIÓN

Apellidos y Nombres:

Fecha:

Hora:

INSTRUCCIONES: El presente test tiene por finalidad diagnosticar el nivel de Las habilidades fundamentales básicas de la natación, por lo tanto, el manejo de la información tendrá carácter confidencial y será válido sólo para el uso de la presente investigación.

DIMENSIÓN	Pregunta	No ejecuta	Ejecuta regularmente	Si ejecuta
Flotación	Flotar sobre el vientre (10'')			
Respiración	Meter la cabeza en el agua durante (10'')			
	Soplar en el agua y luego inhalar fuera del agua (en forma consecutiva) hasta 10 veces.			
Propulsión	Atravesar a lo largo, con movimiento de pierna con una tabla (cabeza afuera)			
	Nadar un largo de 10 metros sin parar			



Anexo 9: Evaluación de las Dimensiones de las Habilidades Fundamentales de Natación

Flotación

Flotación sobre el vientre

Tiempo: 10 segundos.

Objetivo:

Evaluar la flotación de cuerpo de los miembros inferiores y superiores.

Materiales:

- Piscina: Altura o nivel de agua a un promedio de 1 metro como máximo.
- Tabla de flotación.
- Cronometro

Protocolo:

- El sujeto ingresa a la piscina por las escaleras, se ubica a una profundidad promedio de 1 metro, coge el material (tabla de flotación) con las manos, adopta la posición de cúbito ventral, manteniendo el cuerpo totalmente extendido y alineado, mantiene la cabeza sumergida en el agua o afuera, según sus posibilidades.
- El evaluador realiza la explicación teórica y práctica de la prueba.
- El estudiante realiza la prueba. ejecutando la flotación ventral, procurando flotar 10 segundos.
- Se controla y anota tiempo de duración de flotación ventral.
- En caso de no culminar los 10 segundos se anota el tiempo obtenido por el evaluado.

Ítems (conducta a observar)	No ejecuta	Ejecuta Regularmente	Si ejecuta
1. Flotación ventral. Realizar la flotación en posición de cubito ventral con respiración, utilizando una tabla y sin apoyarse en el suelo.			

Leyenda:

No ejecuta: no logra flotar, permanece parado en la piscina

Ejecuta regularmente: Realiza la prueba, pero flota hasta 2 a 5 segundos sin tocar el suelo con los pies.

Si ejecuta: Realiza la prueba y flota más de 6 a 10 segundos sin tocar el suelo con los pies.



Respiración

Meter la cabeza en el agua

Distancia: 10 segundos.

Objetivo:

Evaluar la resistencia de la respiración dentro del agua.

Materiales:

- Piscina: Altura o nivel de agua a un promedio de 1 metro como máximo.
- Cronometro

Protocolo:

- El sujeto ingresa a la piscina por las escaleras, se ubica a una profundidad promedio de 1 metro, se acerca al borde de la piscina y se apoya del borde de la piscina para poderse sumergirse adopta la posición de cuclillas.
- El evaluador realiza la explicación teórica y práctica de la prueba.
- El estudiante realiza la prueba. ejecutando la sumersión en posición de cuclillas.
- Se controla y anota tiempo de aguantar dentro del agua.
- En caso de no culminar los 10 segundos se anota el tiempo obtenido por el evaluado.

Ítems (conducta a observar)	No ejecuta	Ejecuta Regularmente	Si ejecuta
2. Meter la cabeza en el agua. Realizar la resistencia de la respiración al sumergirse en posición de cuclillas, sin poder sacar la cabeza de fuera del agua o pararse.			

Leyenda:

No ejecuta: no logra sumergirse en posición de cuclillas, permanece parado en la piscina

Ejecuta regularmente: Realiza la prueba, pero su resistencia de respiración es hasta 2 a 5 segundos sin poder sacar la cabeza de fuera del agua o pararse.

Si ejecuta: Realiza la prueba y tiene la resistencia de respiración que es más de 6 a 10 segundos sin poder sacar la cabeza de fuera del agua o pararse.



Respiración

Soplar en el agua y luego inhalar fuera del agua (en forma consecutiva)

Repeticiones: 10 veces.

Objetivo:

Evaluar la coordinación en soplar en el agua e inhalar fuera del agua.

Materiales:

- Piscina: Altura o nivel de agua a un promedio de 1 metro como máximo.

Protocolo:

- El sujeto ingresa a la piscina por las escaleras, se ubica a una profundidad promedio de 1 metro, se acerca al borde de la piscina y se apoya del borde de la piscina para poderse sumergirse adopta la posición de cuclillas y soplar en el agua seguidamente pararse e inhalar fuera del agua.
- El evaluador realiza la explicación teórica y práctica de la prueba.
- El estudiante realiza la prueba. ejecutando la sumersión y la posición de cuclillas para soplar dentro del agua y pararse para la inhalación.
- Se cuenta y anota las veces que realiza.
- En caso de no culminar con las 10 veces se anota la cantidad de veces realizado por el evaluado.

Ítems (conducta a observar)	No ejecuta	Ejecuta Regularmente	Si ejecuta
3. Soplar en el agua y luego inhalar fuera del agua (en forma consecutiva) Realizar la sumergirse en posición de cuclillas y soplar dentro del agua, pararse para inhalar. sin poder descansar.			

Leyenda:

No ejecuta: no logra sumergirse en posición de cuclillas, permanece parado en la piscina

Ejecuta regularmente: Realiza la prueba, pero hasta 2 a 5 veces sin poder descansar.

Si ejecuta: Realiza la prueba más de 6 a 10 veces sin poder descansar.



Propulsión.

Realizar un avance con movimiento de piernas, con una tabla.

Distancia: 10 metros.

Objetivo:

Evaluar la propulsión de miembros inferiores o pateo

Materiales:

- Piscina: Altura o nivel de agua a un promedio de 1 metro como máximo.
- Tabla de flotación.
- Cinta métrica.

Protocolo:

- El sujeto ingresa a la piscina por las escaleras, se ubica a una profundidad promedio de 1 metro, coge el material (tabla de flotación) con las manos, adopta la posición de cúbito ventral, manteniendo el cuerpo totalmente extendido y alineado, y ejecuta el pateo de piernas, realiza respiraciones (cabeza afuera).
- El evaluador realiza la explicación teórica y práctica de la prueba.
- El estudiante realiza la prueba. ejecutando el pataleo, procurando avanzar la mayor distancia posible.
- Se anota la distancia de la propulsión de piernas.
- En caso de no culminar los 10 metros se anota distancia avanzada por el evaluado.

Ítems (conducta a observar)	No ejecuta	Ejecuta Regularmente	Si ejecuta
<p>4. Realizar un avance de 10 metros con movimiento de piernas, con una tabla.</p> <p>Realizar la propulsión sujetando con las manos la tabla, adopta la posición de cúbito ventral, manteniendo el cuerpo totalmente extendido y alineado, y ejecuta el pateo de piernas, realiza respiraciones (cabeza afuera). sin apoyarse en el suelo durante el desplazamiento.</p>			

Leyenda:

No ejecuta: no logra avanzar, permanece parado en la piscina

Ejecuta regularmente: Realiza la prueba, pero avanza hasta 2 a 3 metros sin tocar el suelo con los pies.

Si ejecuta: Realiza la prueba y avanza más de 6 a 10 metros sin tocar el suelo con los pies.



Propulsión

Nadar un largo

Distancia: 10 metros.

Objetivo:

Evaluar la propulsión en nado

Materiales:

- Piscina: Altura o nivel de agua a un promedio de 1 metro como máximo.
- Cinta métrica.

Protocolo:

- El sujeto ingresa a la piscina por las escaleras, se ubica a una profundidad promedio de 1 metro, adopta la posición de cúbito ventral, manteniendo el cuerpo totalmente extendido y alineado, y ejecuta el nado, realiza respiraciones alternas, mantiene la cabeza sumergida en el agua o afuera, según sus posibilidades.
- El evaluador realiza la explicación teórica y práctica de la prueba.
- El estudiante realiza la prueba. ejecutando el nado, procurando avanzar la mayor distancia posible.
- Se anota la distancia nado realizado.
- En caso de no culminar los 10 metros se anota distancia avanzada por el evaluado.

Ítems (conducta a observar)	No ejecuta	Ejecuta Regularmente	Si ejecuta
5. Nadar un largo (10 metros), sin parar Realizar el nado adopta la posición de cúbito ventral, manteniendo el cuerpo totalmente extendido y alineado, y ejecuta el nado, realiza respiraciones alternas, mantiene la cabeza sumergida en el agua o afuera, según sus posibilidades y sin pararse.			

Leyenda:

No ejecuta: no logra avanzar, permanece parado en la piscina

Ejecuta regularmente: Realiza la prueba, pero avanza hasta 2 a 5 metros sin tocar el suelo con los pies.

Si ejecuta: Realiza la prueba y avanza más de 6 a 10 metros sin tocar el suelo con los pies.



Anexo 10: Mediciones de prueba del test por secciones del Primer grado

Sección A

N°	Apellidos y Nombres	Flotación	Respiración	Respiración	Propulsión	Propulsión
		Ventral	Mantener la cabeza debajo del agua	Soplas debajo del agua e inhalar fuera del agua	Avanzar con movimiento de piernas con una tabla	Nadar sin apoyo
		10 seg.	10 seg.	10 rep.	10 m.	10 m.
1	Hanco Mamani Deniz Abel	9	5	4	0	0
2	Cutisaca Macedo Adriano Diego	0	8	4	0	0
3	Lope Mamani Judith Maricielo	0	0	0	0	0
4	Gomez hanco Jhon Alex	0	0	0	0	0
5	Chambi Mendoza Yanley Camila	10	8	3	0	0
6	Miranda Aroquipa Joel	10	0	7	0	0
7	Pacori Mamani Melina Lusmi	5	6	5	8	0
8	Ccajma Ccosi Grover	10	10	0	0	0
9	Hanco Puma Adalid Saul	10	10	10	10	10
10	Quiñonez Saavedra Royer	9	10	9	5	0



Sección B

N°	Apellidos y Nombres	Flotación	Respiración	Respiración	Propulsión	Propulsión
		Ventral	Mantener la cabeza debajo del agua	Soplas debajo del agua e inhalar fuera del agua	Avanzar con movimiento de piernas con una tabla	Nadar sin apoyo
		10 seg.	10 seg.	10 rep.	10 m.	10 m.
1	Cutisaca Atamari Bibian Briseth	10	8	0	0	0
2	Huamani Apaza Francisco Evanis	9	8	0	0	0
3	Mamani Mamani Cristian Manuel	7	0	0	0	0
4	Choque Quiñones Milthon	0	0	0	0	0
5	Mamani Vargaya Katy Leonarda	6	0	0	0	0
6	Alvarez Ramos Brisa	8	0	0	0	0
7	Quispe Mamani Kevin Roly	3	0	0	0	0
8	Condori Choquehuanca Jhon Beltran	4	0	0	0	0

Sección C

N°	Apellidos y Nombres	Flotación	Respiración	Respiración	Propulsión	Propulsión
		Ventral	Mantener la cabeza debajo del agua	Soplas debajo del agua e inhalar fuera del agua	Avanzar con movimiento de piernas con una tabla	Nadar sin apoyo
		10 seg.	10 seg.	10 rep.	10 m.	10 m.
1	Ccajma Puma Jhordan Aldahir	10	10	10	10	10
2	Enriquez Chancatuma Mericielo Milagros	10	10	4	0	0
3	Mamani Condori Jorge	10	9	4	0	0
4	Mamani Huaman Fernanda Nataly	0	0	0	0	0
5	Chinoapaza Mamani Gisel	8	0	0	0	0
6	Mamani Maldonado Daymary	9	7	4	6	0
7	Soncco Quiñonez Edson Aurelio	10	10	10	10	10
8	Ventura Apaza Adrian French	8	8	3	0	0
9	Turpo Huaman Jhampier	0	0	0	0	0

Sección D

N°	Apellidos y Nombres	Flotación Ventral	Respiración Mantener la cabeza debajo del agua	Respiración Soplas debajo del agua e inhalar fuera del agua	Propulsión Avanzar con movimiento de piernas con una tabla	Propulsión Nadar sin apoyo
		10 seg.	10 seg.	10 rep.	10 m.	10 m.
1	Quispe Mamani Frank Nichols	10	10	10	0	0
2	Palomino Mamani Zulma Clara	10	10	10	0	0
3	Mamani Neyra Jhojan Wilder	7	8	5	0	0
4	Mamani Huaraccallo Yuly Sonaly Magnolia	9	10	5	0	0
5	Jimenez Diaz James Juniors	7	8	5	0	0
6	Huaman Mamani María Elizabeth	10	10	10	10	10
7	Bellido Quispe Yhon Elvis	6	7	5	0	0

Sección E

N°	Apellidos y Nombres	Flotación Ventral	Respiración Mantener la cabeza debajo del agua	Respiración Soplas debajo del agua e inhalar fuera del agua	Propulsión Avanzar con movimiento de piernas con una tabla	Propulsión Nadar sin apoyo
		10 seg.	10 seg.	10 rep.	10 m.	10 m.
1	Ventura Bellido Aldayr Clindon	10	10	10	10	10
2	Flores Diaz Roxana Yesica	8	5	5	0	0
3	Jara Trelles Sandra	6	0	0	0	0
4	Solorzano Zea Freide Ricardo	7	9	4	0	0
5	Condori Morocco Deyvis Jhojan	0	0	0	0	0
6	Choquepuma Ccopa Rodrigo Alonso	8	8	0	0	0



Anexo 11: Documentos presentados para ejecución

Solicitud

“Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional”

**SOLICITO: EJECUCIÓN DE
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SAN JERÓNIMO DE ASILLO

Sr. Mg. JUAN APAZA LARICO

MINISTERIO DE EDUCACIÓN	
DIRECCIÓN DE SERVICIOS EDUCATIVOS AZANGARO	
I.E.S. San Jerónimo de Asillo	
FECHA:	2022-10-18
HORA:	2:20 p.m.
REG.:	324 FIRMA:

Yo, ANDERSSON DANIEL MAMANI PUMA con DNI N° 71575496, ciudadano peruano, Bachiller de la Facultad de Ciencias de la Educación, de la Universidad Nacional del Altiplano, Puno, ante usted con todo respeto me presento y expongo:

Que, por motivos de titulación, me es indispensable realizar el proceso de investigación con defensa de Tesis, por tal razón **SOLICITO** ejecutar mi proyecto de investigación titulado: **“LAS HABILIDADES FUNDAMENTALES BÁSICAS DE LA NATACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JERÓNIMO DE ASILLO**, utilizando como instrumentos:

Para estudiantes del primer grado:

- Test de las habilidades fundamentales básicas de la natación

POR LO EXPUESTO,

Ruego a Usted, acceder a mi petición, agradeciendo de antemano vuestra aprobación.

Asillo, 18 de octubre de 2022

ANDERSSON DANIEL MAMANI PUMA

DNI: 71575496



Anexo 12: Consentimiento Informado

Consentimiento Informado:

Estimado señor(a).

El presente estudio forma parte de una investigación realizada por el investigador perteneciente a la Universidad Nacional Del Altiplano Puno, Escuela profesional de Educación Física, que tiene por objetivo Identificar el nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación en los estudiantes del primer grado de secundaria secciones A, B, C, D Y E de la Institución Educativa “San Jerónimo” Asillo

Los resultados obtenidos permitirán establecer las diferencias entre aulas, resultados obtenidos acorde a las habilidades fundamentales básicas en la natación.

La participación en este trabajo de investigación es voluntaria, de manera que no se registrará su nombre ni otros datos que permitan identificarlo, ni mucho menos comprometerlo en otros asuntos que no sean netamente de carácter investigativo, así como tampoco el de los estudiantes. Su participación en el estudio no le brindará ningún beneficio económico o material, solo la satisfacción de apoyar al conocimiento informado para generar nuevas políticas y oportunidades para brindar atención particular en el campo educativo en futuras investigaciones.

Si tiene alguna duda sobre el estudio o sobre sus derechos como participante de este estudio, puede comunicarse con el investigador, Andersson Daniel Mamani Puma al correo anderssondanielmamanipuma@gmail.com

Declaración del participante:

Por lo tanto, reconozco que la información brindada para esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de los de este estudio sin mi consentimiento. Asimismo, he sido informado que puedo realizar preguntas sobre proyecto en cualquier momento y de manera consciente y voluntaria doy mi consentimiento para que se aplique la evaluación a mi menor hijo

Victor Cetusaca Sucari
Nombres y apellidos del participante/ apoderado

[Firma]
Firma del participante/apoderado

Andersson Daniel Mamani Puma
Nombres y apellidos del investigador

[Firma]
Firma del investigador

Fecha: ____ / ____ / ____

Anexo 13: Panel Fotográfico

Fotos de Flotación



Fotos de Respiración



Fotos de Propulsión





Anexo 144: Declaración Jurada de Autenticidad de Tesis



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo ANDERSSON DANIEL MAMANI PUMA,
identificado con DNI 71575496 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

" LAS HABILIDADES BÁSICAS DE LA NATACIÓN EN LOS ESTUDIANTES
DEL PRIMER GRADO LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN JERÓNIMO
DE AZILLO."

Es un tema original.


Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 18 de AGOSTO del 2023



FIRMA (obligatoria)



Huella



Anexo 15: Autorización para el depósito de la tesis en Repositorio Institucional



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo ANDERSON DANIEL MAMANI PUMA,
identificado con DNI 71575496 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

EDUCACION FISICA
informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

" LAS HABILIDADES FUNDAMENTALES BÁSICAS DE LA NATACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SAN SEBASTIÁN DE ASILLO "

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.


En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

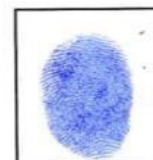
Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 13 de AGOSTO del 2023


FIRMA (obligatoria)



Huella