



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA



**PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS PARA
LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 6 A 7 AÑOS EN EL CLUB INKAMAN
PUNO PERÚ**

TESIS

PRESENTADA POR:

Bach. CRISTIAN AJROTA BARRIENTOS

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA

PUNO – PERÚ

2024



CRISTIAN AJROTA BARRIENTOS

PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS PARA LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 6 A 7 AÑOS EN EL CLUB INKAMAN P

 My Files

 My Files

 Universidad Nacional del Altiplano

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::8254:417255508

Fecha de entrega

18 dic 2024, 12:32 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

18 dic 2024, 12:36 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

TESIS CRISTIAN AJROTA BARRIENTOS (1).docx

Tamaño de archivo

6.5 MB

93 Páginas

17,336 Palabras

95,765 Caracteres



7% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 7% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 3% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.


Dra. Nelly Edith Mamani Quispe
DOCENTE EPEF.
UNA - PUNO


Dr. Alexander Flores Pineda
DOCENTE FCE/ING(UNA - PUNO)
REGISTRO: 157



DEDICATORIA

Trabajo dedicado a mis niñas y niños del Club Natación Inkaman, que inspiraron a desarrollar sobre el camino de la natación.

A mi madre, Maruja Barrientos y mi padre Edgar Ajrota; por su amor incondicional y apoyo en todo el proceso de mi formación profesional.

Cristian Ajrota Barrientos



AGRADECIMIENTOS

Agradecer a los padres de familia del Club Natación Inkaman: A la Lic. Sonia Ticona y su esposo David Flores, por su exigencia y apoyo a concretar el informe de tesis.

Agradecer a mi asesor y docentes de la EPEF UNA Puno, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de mi formación profesional.

Cristian Ajrota Barrientos



ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTOS	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE FIGURAS	
ÍNDICE DE ANEXOS	
ACRÓNIMOS	
RESUMEN	13
ABSTRACT.....	14
CAPÍTULO I	
INTRODUCCIÓN	
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	17
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	19
1.2.1. Problema general.....	19
1.2.2. Problemas específicos	19
1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN.....	19
1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO.....	20
1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	22
1.5.1. Objetivo general	22
1.5.2. Objetivos específicos	22
CAPÍTULO II	
REVISIÓN DE LITERARIA	
2.1. ANTECEDENTES.....	24



2.1.1.	Antecedentes internacionales	24
2.1.2.	Antecedentes nacionales	26
2.1.3.	Antecedentes locales	30
2.2.	MARCO TEÓRICO	32
2.2.1.	Habilidades motrices acuáticas	32
2.2.1.1.	La flotación	36
2.2.1.2.	La sumersión	37
2.2.1.3.	La Respiración	37
2.2.1.4.	La locomoción.....	39
2.2.1.5.	Saltos al agua	40
2.2.2.	Desarrollo físico y motriz del niño entre los 6 y 7 años.....	41
2.2.3.	Programa de habilidades motrices básicas	43
2.2.4.	Efecto del programa de natación.....	45
2.3.	MARCO CONCEPTUAL	45
CAPÍTULO III		
MATERIALES Y METODOS		
3.1.	UBICACIÓN GEOGRAFICA DEL ESTUDIO	47
3.2.	PERIODO DE DURACIÓN	47
3.3.	PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO.....	47
3.3.1.	Técnica	47
3.3.2.	Instrumento	48
3.4.	POBLACIÓN Y MUESTRA	48
3.4.1.	Población.....	48
3.4.2.	Muestra.....	49
3.5.	DISEÑO ESTADÍSTICO	50



3.5.1. Enfoque de investigación	50
3.5.2. Tipo de investigación	50
3.5.3. Diseño de investigación	50
3.6. PROCEDIMIENTO	51
3.7. VARIABLES	52
3.8. ANÁLISIS DE RESULTADOS	52
CAPÍTULO IV	
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
4.1. RESULTADOS	53
4.1.1. Presentación de los resultados de la evaluación de inicio.....	54
4.1.2. Resultados de evaluación de salida en la habilidad de sumersión	55
4.1.3. Evaluación de salida en la habilidad de flotación	56
4.1.4. Evaluación de salida en la habilidad de respiración.....	57
4.1.5. Evaluación de salida en la habilidad de locomoción	58
4.1.6. Evaluación de salida en la habilidad de saltos al agua.....	59
4.1.7. Comparación de la valuación de entrada y salida	60
4.1.8. Análisis de la Hipótesis	61
4.2. DISCUSIÓN	62
CONCLUSIONES	65
RECOMENDACIONES	68
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	70
ANEXOS.....	77

Área: Educación Física

Tema: Habilidades motrices acuáticas de natación

Fecha de sustentación: 27 de diciembre del 2024



ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1 Población de la investigación.....	49
Tabla 2 Muestra de la investigación	49
Tabla 3 Operacionalización de variable.....	52
Tabla 4 Evaluación de entrada de las habilidades motrices de la natación.....	54
Tabla 5 Resultados de evaluación de salida en la habilidad de sumersión	55
Tabla 6 Evaluación de salida en la habilidad de flotación	56
Tabla 7 Evaluación de salida en la habilidad de respiración	57
Tabla 8 Evaluación de salida en la habilidad de locomoción	58
Tabla 9 Evaluación de salida en la habilidad de saltos al agua.....	59
Tabla 10 Comparativa de resultados de evaluación de inicio y de salida.....	60
Tabla 11 Prueba t para una media	61



ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1 Resultados de evaluación de entrada de las habilidades motrices acuáticas	54
Figura 2 Evaluación de salida en la habilidad de sumersión	55
Figura 3 Evaluación de salida en habilidad de flotación	56
Figura 4 Evaluación de salida en habilidad de respiración.....	57
Figura 5 Evaluación de salida en habilidad de locomoción.....	58
Figura 6 Evaluación de salida en habilidad de saltos al agua	59
Figura 7 Comparativa de resultados de evaluación de inicio y de salida	60



ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
ANEXO 1 Matriz de consistencia	78
ANEXO 2 Programa de habilidades motrices acuáticas	79
ANEXO 3 Base de datos para la evaluación de entrada y salida	84
ANEXO 4 Instrumento validado	85
ANEXO 5 Evidencias fotos.....	89
ANEXO 6 Constancia de ejecución del trabajo de investigación	91
ANEXO 7 Declaración jurada de autenticidad de tesis.....	92
ANEXO 8 Autorización para el depósito de tesis al repositorio institucional	93



ACRÓNIMOS

N:	Natación
UNAP:	Universidad Nacional del Altiplano Puno.
BSD:	Escala valorativas: Bueno, Satisfactorio y Deficiente.
HMA:	Habilidades Motrices Acuáticas
CNI:	Club Natación Inkaman
SPSS:	Statistical Package for Social Sciences



RESUMEN

Las habilidades motrices acuáticas son fundamentales desde edades tempranas, ya que permiten ampliar el repertorio motor y facilitan las habilidades básicas de la natación. Este estudio tuvo como objetivo determinar la eficacia de un programa de habilidades motrices acuáticas dirigido a niñas y niños de 6 a 7 años del Club Inkaman, Puno, Perú. Se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo de tipo aplicada con diseño preexperimental. La muestra es por conveniencia conformada por 12 niños (4) y niñas (8), evaluados mediante la rúbrica y el test de habilidades motrices de la evaluación inicial, el 100% de los niños y niñas se encontraban en nivel deficiente, en la evaluación final, se observó un progreso notable, el 75% alcanzó un nivel bueno en sumersión, 92% en flotación, 67% en respiración, 83% en locomoción y 75% en saltos al agua, lo que corresponde a un desarrollo óptimo (90-100%). Además, el 35% logró un nivel satisfactorio (70-89%) en la valoración global. De acuerdo a los análisis de T estudios. El $P=0.0001$ en menor que $T=32.18$. Por razón se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se rechaza la hipótesis nula (H_0). Por lo tanto, Se concluye que el programa es eficaz para desarrollar habilidades motrices acuáticas, promoviendo competencias esenciales para su desempeño en actividades acuáticas.

Palabras Clave: Acuática, Habilidad, Motriz, Natación, Programa.



ABSTRACT

Aquatic motor skills are essential from an early age, as they allow the motor repertoire to be expanded and facilitate basic swimming skills. This study aimed to determine the effectiveness of an aquatic motor skills program aimed at girls and boys aged 6 to 7 years from the Inkaman Club, Puno, Peru. It was developed under an applied quantitative approach with pre-experimental design, based on specialized bibliographic references. The sample is for convenience made up of 12 boys and girls, evaluated using the rubric and the motor skills test of the initial evaluation, 100% of the boys and girls were at a deficient level, in the final evaluation, progress was observed Remarkably, 75% reached a good level in submersion, 92% in flotation, 67% in breathing, 83% in locomotion and 75% in jumping into the water, which corresponds to optimal development (90-100%). Furthermore, 35% achieved a satisfactory level (70-89%) in the global assessment. According to the analyzes of T studies. The $P=0.0001$ is less than $T=32.18$. For this reason, the alternative hypothesis (H_a) is accepted and the null hypothesis (H_0) is rejected. Therefore, it is concluded that the program is effective in developing aquatic motor skills, promoting essential competencies for performance in aquatic activities.

Keywords: Aquatic, Skill, Motor, Swimming, Program.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

La investigación se desarrolló en el Club Natación Inkaman de la ciudad de Puno Perú a los 3827 msnm, se asumió un tipo de investigación experimental con diseño preexperimental, a partir de la aplicación del programa de habilidades motrices acuáticas de la natación, en las niñas y niños de 06, 07 años, con el propósito de determinar la eficacia del programa diseñado que hay logro de aprendizajes en óptimas condiciones. Por otra parte, se ha aplicado el test de entrada y salida en donde se observó el logro eficaz de los aprendizajes de los niños, en un tiempo de dos meses de 24 sesiones que se aplicó en frecuencia de tres veces en la semana. Además, los patrones de crianza que se dan al interior de la familia en la etapa de la niñez son esenciales y repercuten en un futuro de vida activa.

El desarrollo de habilidades motrices acuáticas en la infancia es un aspecto fundamental para el aprendizaje integral de los niños, ya que no solo contribuye al fortalecimiento físico, sino que también influye de manera significativa en su desarrollo cognitivo, emocional y social. Durante los primeros años de vida, el contacto con el agua y la realización de actividades acuáticas permiten a los niños adquirir habilidades motoras básicas, como la coordinación, el equilibrio y la sincronización de movimientos, lo que favorece su crecimiento y bienestar general. Además, la práctica en el medio acuático fomenta la confianza, la seguridad y la autonomía de los pequeños, aspectos esenciales para su desarrollo integral.

En este sentido, los programas educativos y recreativos enfocados en habilidades motrices acuáticas se presentan como una herramienta clave para promover estos beneficios, especialmente en la etapa preescolar. Los niños entre 6 y 7 años se encuentran



en una fase crítica de su desarrollo físico y cognitivo, por lo que proporcionarles experiencias adecuadas en el agua puede tener un impacto positivo en su aprendizaje, ayudándoles a mejorar no solo su destreza en el agua, sino también a fortalecer aspectos como la disciplina, la concentración y el trabajo en equipo.

El Club Inkaman es un espacio ideal para implementar un programa orientado a niñas y niños de 6 a 7 años, que combine la enseñanza de habilidades motrices acuáticas con actividades lúdicas y recreativas que favorezcan su desarrollo integral. Este programa está diseñado con el objetivo de proporcionar a los niños experiencias de aprendizaje significativas y seguras en el medio acuático, permitiéndoles explorar y disfrutar del agua mientras aprenden los fundamentos de la natación y las habilidades motoras relacionadas. A través de este enfoque, se busca no solo mejorar las capacidades motrices de los niños, sino también promover su bienestar emocional y social, incentivando el trabajo en equipo y el respeto por las normas del entorno acuático.

Este trabajo, por tanto, pretende implementar y evaluar un programa de habilidades motrices acuáticas en el Club Inkaman, con el fin de que los niños desarrollen destrezas fundamentales que no solo les servirán en el ámbito deportivo, sino que también contribuirán al desarrollo de su confianza, autonomía y capacidad de adaptación en situaciones diversas. Este enfoque integral en la formación motriz y emocional es esencial para preparar a los niños de manera efectiva para enfrentar retos futuros, tanto en el contexto acuático como en su vida cotidiana. Es importante mencionar que la investigación abarcó cuatro capítulos que detallamos a continuación:

Capítulo I: alcanza el planteamiento del problema de estudio, en el que se detalla el problema, la formulación, la hipótesis general y específicas, igualmente se mencionan el objetivo general y específicos del estudio.



Capítulo II: abarca estudios anteriores realizados que son citados como antecedentes, marco teórico y conceptual.

Capítulo III: se determinó la situación geográfica del estudio, el periodo de tiempo del trabajo de campo, la población, la muestra, el tipo, diseño procedimientos variables y análisis de la investigación.

Capítulo IV: se muestran las conclusiones del estudio, el análisis e interpretación de los datos obtenidos en forma de tablas.

En el final del apartado se muestran las conclusiones obtenidas, sugerencias, referencias bibliográficas y los anexos respectivos.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Después de dos a tres años de pandemia, los seres humanos han tenido que recuperarse en cuanto el movimiento humano, el sedentarismo a conducido a las niñas y niños a la enfermedad de analfabetismo motriz con obesidades, descoordinaciones en sus movimientos motrices y deportivamente en bajo nivel, así como sustentan varias investigaciones y los medios de comunicación. El confinamiento a traído más dominio de las aulas virtuales, manejos electrónicos como acondicionamiento del celular, que las niñas y niños se entretienen con los juegos electrónicos y padres de familia permite porque no hay medios de movimiento humano.

En Perú los medios de han sido los que promovieron estar en quietud en la casa y no orientaron en hacer actividad física deportiva, el miedo al contagio ha sido el enemigo del movimiento humano y por ende bajo nivel de desarrollo motriz terrestre y mucho menos acuático porque muchas piscinas han sido cerrados. En la ciudad Puno ni las piscinas funcionaban en tiempos de pandemia, el deporte estuvo en olvido sin darse



cuenta de que la mejor oxigenación del cuerpo humano está en el movimiento y sobre todo en la natación. El cerebro humano consume mayor cantidad de oxígeno y mejor oxigenación se hace con la natación. De manera semejante se resalta la importancia del desarrollo de las habilidades motrices básicas en la escuela y que estas deben ser desarrolladas con estrategias dinámicas personalizadas en las clases de educación física Caiza et al (2022) menciona que la causa que origina es la deficiencia en el desarrollo de las habilidades motrices básicas de locomoción, como caminar, correr, saltar, trepar y rolar, en los estudiantes. Esta falta de desarrollo motor impacta negativamente en el rendimiento físico de los niños, limitando su participación efectiva en las clases de Educación Física y su crecimiento integral.

Como consecuencia, se implementó una metodología basada en un enfoque cuantitativo y experimental para mejorar estas habilidades. en donde los resultados mostraron una mejora significativa en las habilidades motrices de locomoción, aunque se identificaron dificultades persistentes en las habilidades de trepar y rolar, lo que sugiere la necesidad de reforzar estas áreas con ejercicios específicos, subrayando la importancia de este estudio como una contribución valiosa para optimizar el proceso educativo y físico de los estudiantes.

Se ha tendido cero de asistencia de niños en los tres años en la del club natación Inkaman, era de reflexionar y tomar decisiones de fomentar la natación formativa iniciando con las niñas y niños de temporada edades. Ahí que planteamos como solución el programa de habilidades motrices acuáticas como: dominio del equilibrio, la flotación, la respiración, la locomoción y los altos al agua. Son habilidades motrices básicas acuáticas que permitirán en un futuro a los infantes desarrollar las técnicas de nado, tener un repertorio motriz amplio y contribuir con su motricidad.



1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

- ¿Cuál es la eficacia del programa de habilidades motrices acuáticas para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú?

1.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de sumersión en las niñas y niños de 06-07 años?
- ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de flotación en las niñas y niños de 06-07 años?
- ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de respiración en las niñas y niños de 06-07 años?
- ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de locomoción en las niñas y niños de 06-07 años?
- ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de saltos al agua en las niñas y niños de 06-07 años?

1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

Ha: El programa de habilidades motrices acuáticas **ES EFICAZ** para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.

Ho: El programa de habilidades motrices acuáticas **NO ES EFICAZ** para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.



1.4. JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

El presente estudio se realizó a razón de ver a la disciplina de natación creciendo muy lentamente en el desarrollo deportivo, porque son contados los destacados deportistas que llegan a las etapas nacionales y obtiene logros, en la región de Puno se observa un bajo apoyo al deporte y sobre todo la cultura deportiva aún se ven en génesis.

El desarrollo de habilidades motrices acuáticas en la infancia es crucial para la formación integral de niños y niñas, ya que estas competencias no solo fortalecen sus capacidades físicas y motoras, sino que también promueven su desarrollo social, emocional y cognitivo. La adquisición de habilidades en esta etapa se convierte en la base para aprendizajes futuros más complejos, tanto dentro como fuera del ámbito deportivo. En el contexto acuático, estas habilidades contribuyen significativamente a fomentar la confianza, la seguridad y la autonomía en el agua, aspectos esenciales para su bienestar y adaptabilidad. Este programa se fundamenta en principios pedagógicos que destacan la importancia del juego y la interacción activa en el aprendizaje, permitiendo que los niños exploren y desarrollen habilidades de manera progresiva y significativa. Por lo tanto Morales (2010) dice que el agua es un entorno que favorece significativamente el desarrollo de habilidades, así como el ocio y la recreación. A diferencia de otras habilidades, las acuáticas no se adquieren de manera espontánea a través de la maduración, sino que dependen en gran medida de la oportunidad de participar en prácticas acuáticas, siendo la intervención durante la primera infancia especialmente crucial para su desarrollo. En el ámbito educativo, el objetivo es proporcionar a los estudiantes una formación integral que les brinde una amplia gama de experiencias, tanto en el medio acuático como en el terrestre. Por lo tanto, resulta fundamental reconocer la relevancia de incorporar actividades acuáticas en las clases de Educación Física o en



programas extraescolares, ya que estas experiencias enriquecen el aprendizaje y contribuyen al desarrollo de habilidades motrices esenciales (p, 72).

En la misma línea Contreras (2011) menciona de la siguiente manera: La natación es reconocida como uno de los deportes más completos y entretenidos, además de ser una habilidad vital, ya que, en situaciones críticas, puede salvar vidas al prevenir ahogamientos. Por esta razón, es crucial que los niños comiencen a nadar desde temprana edad y se integren de manera gradual al medio acuático, lo cual les permitirá perder el temor y familiarizarse con el entorno. Es importante destacar que el miedo al agua tiende a incrementarse conforme los niños crecen, de modo que, a medida que permanecen alejados del agua, pueden desarrollar mayores sentimientos de desconfianza y fobia, lo que dificulta significativamente el proceso de aprendizaje de la natación (p, 1).

Desde el enfoque metodológico, el programa se diseña con un enfoque cuantitativo y un diseño preexperimental, utilizando un pretest y un posttest para evaluar los resultados obtenidos. La muestra estará conformada por niños y niñas de 6 a 7 años, quienes participarán en actividades estructuradas que integren ejercicios técnicos, juegos simbólicos y dinámicas lúdicas adaptadas a su nivel de desarrollo. Los instrumentos de evaluación serán rigurosos y objetivos, permitiendo medir con precisión el avance en las habilidades motrices acuáticas.

En el ámbito práctico, el programa responde a la necesidad de proporcionar oportunidades educativas y recreativas de calidad en el Club Inkaman de Puno, Perú. A través de su implementación, se busca dotar a los niños y niñas de habilidades esenciales en el medio acuático, como la flotación, la propulsión y la coordinación, contribuyendo a su seguridad y confianza en este entorno. Asimismo, el programa fomenta hábitos saludables, mejora su bienestar general y crea un espacio inclusivo y estimulante. Esta



experiencia práctica no solo beneficiará a los participantes, sino que también establecerá un modelo efectivo y replicable en otras instituciones de la región, promoviendo la educación acuática y el desarrollo integral desde temprana edad. En ese contexto Pilco (2013) refiere que la ausencia de la práctica regular de natación limita el desarrollo integral de las habilidades y destrezas motrices tanto en estudiantes como en deportistas. Este deporte contribuye significativamente a la coordinación entre cuerpo y mente, promoviendo un progreso constante en las capacidades individuales. Con una práctica continua, se logra no solo un desarrollo óptimo, sino también una mejora en la calidad de vida, fortaleciendo de manera gradual las habilidades y capacidades personales. Además, al incorporar la natación de forma habitual, es posible potenciar y desarrollar plenamente las habilidades innatas de cada individuo (p, 21).

1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. Objetivo general

- Determinar la eficacia del programa de habilidades motrices acuáticas para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.

1.5.2. Objetivos específicos

- Evaluar el desarrollo de la habilidad de sumersión en las niñas y niños de 06-07 años.
- Evaluar el desarrollo de la habilidad de flotación en las niñas y niños de 06-07 años.
- Evaluar el desarrollo de la habilidad de respiración en las niñas y niños de 06-07 años.



- Evaluar el desarrollo de la habilidad de locomoción en las niñas y niños de 06-07 años.
- Evaluar el desarrollo de la habilidad de saltos al agua en las niñas y niños de 06-07 años.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERARIA

2.1. ANTECEDENTES

2.1.1. Antecedentes internacionales

Según Blanco y Diaz (2016) en su estudio que realizó en Madrid – España, cuyo objetivo fue evaluar la adquisición de habilidades motrices acuáticas de propulsión respiración y flotación en niños en función de la edad; estudiaron a una muestra de 337 alumnos de edades comprendidas entre los 3 y los 11 años (204 hombres y 133 mujeres); concluyendo que la adquisición de las habilidades motrices acuáticas en niños de 3 a 11 años sigue una evolución motriz acorde a la edad.

Armenteros et al (2020) en su investigación titulada "Complejo de juegos para el desarrollo de habilidades motrices básicas en nadadores de 6 a 7 años de la Escuela Fernando Cuesta Piloto" tuvo como finalidad ofrecer al personal especializado una guía de actividades lúdicas orientadas a facilitar la enseñanza de estas habilidades. Este estudio, de enfoque experimental, se realizó durante un periodo de seis meses (correspondiente al tercer ciclo del proceso de enseñanza) con el propósito de analizar el impacto de un plan de actividades recreativas sobre los indicadores que conforman las habilidades motrices básicas. La población estuvo compuesta por 10 atletas, de los cuales 6 eran niñas y 4 niños. Se aplicaron métodos teóricos (analítico-sintético, histórico-lógico e inductivo-deductivo) y empíricos (experimentos, mediciones y entrevistas), y los datos recolectados se procesaron utilizando el programa estadístico SPSS, mediante el análisis de



distribución empírica de frecuencias y la prueba de Wilcoxon. Los resultados evidenciaron avances significativos en los cinco indicadores evaluados, confirmando que el plan de actividades favoreció de manera efectiva el desarrollo de las habilidades motrices básicas en los participantes.

Según Calles (2010) en su investigación titulada “Propuesta de un Programa de Enseñanza de la Natación para ser Utilizado en el Departamento de Cultura Física de la Universidad Técnica de Cotopaxi” tuvo como propósito desarrollar e implementar un programa orientado a optimizar las técnicas de nado en los estudiantes de esta institución. Con un enfoque cuantitativo y un diseño cuasi experimental, se trabajó con una muestra de 40 estudiantes que presentaban diversas edades y niveles de habilidad en natación. Para la recolección de datos se emplearon encuestas, pruebas específicas de habilidad y observaciones directas. Los resultados mostraron que el 80% de los participantes lograron una mejora significativa en sus técnicas de nado, lo que llevó a concluir que la personalización de los métodos de enseñanza, combinada con una práctica estructurada y sistemática, resulta clave para favorecer un aprendizaje efectivo en esta disciplina.

Según Angulo (2022) en su investigación titulada “Metodología de la enseñanza de la natación en niños” tuvo como propósito comparar la efectividad de las metodologías tradicional y lúdica en la enseñanza de la natación. El diseño del estudio fue comparativo, con una muestra de 426 niños de entre 3 y 8 años, divididos en dos grupos: 212 niños recibieron instrucción mediante una metodología tradicional, mientras que 214 fueron instruidos con una metodología lúdica. Para evaluar las habilidades acuáticas, se emplearon instrumentos como el Instrumento de Medida del Saber de las Actividades Acuáticas (IMSAA) y otros relacionados. Los resultados indicaron que el 80,2% de los niños del grupo que



utilizó la metodología lúdica mostró mejoras significativas, en contraste con el 63,7% del grupo tradicional. Se concluye que la metodología lúdica es considerablemente más efectiva para fomentar el desarrollo de habilidades acuáticas en niños pequeños.

por otro lado, Afanador y Holguín (2022) en su estudio titulado “Incidencia de un programa de iniciación en natación fundamentado en el método de enseñanza descubrimiento guiado, que emplea como medio los juegos simbólicos en el aprendizaje de las habilidades motrices básicas acuáticas en población infantil de 4 a 6 años en la escuela de natación Swimming Kids” tuvo como objetivo evaluar la incidencia de un programa de natación fundamentado en el método de descubrimiento guiado, utilizando el juego simbólico como herramienta para facilitar el aprendizaje de habilidades motrices acuáticas básicas en niños preescolares. La investigación, de enfoque cuantitativo y diseño cuasiexperimental, se realizó con una muestra de niños de 4 a 6 años de la escuela de natación Swimming Kids, quienes participaron en un programa de 16 semanas dividido en cuatro fases. Los resultados obtenidos mostraron diferencias estadísticamente significativas, con valores inferiores a ($p < .05$) en cada una de las variables evaluadas. En conclusión, la intervención demostró que los estímulos generados durante el programa favorecieron el aprendizaje de las habilidades motrices acuáticas en los niños participantes.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Según Ccallo y Ugarte (2023) el estudio titulado “Programa ‘Aprendo a nadar’ y su influencia en la iniciación en la natación en estudiantes del segundo grado de primaria de la Institución Educativa Augusto Bouroncle Acuña de Puerto



Maldonado, 2023” tuvo como objetivo evaluar la efectividad de un programa experimental en el desarrollo de habilidades acuáticas. Con un enfoque cuantitativo y diseño preexperimental, la investigación se realizó con una muestra de 17 estudiantes de 8 a 10 años. Se empleó una guía de observación estructurada, así como pretest y postest, para medir el progreso en habilidades como familiarización, respiración, flotación y propulsión. Los resultados mostraron una mejora significativa, con un nivel de significancia del 95% ($p < 0,05$) y una diferencia promedio de 24,42 puntos entre el pretest y el postest, concluyendo que el programa fue efectivo en el desarrollo de habilidades básicas para la iniciación en la natación.

Según García (2022) la investigación titulada “La influencia del ‘Programa Aprendo Jugando’ en el desarrollo de las habilidades motrices acuáticas en niños de 6 a 7 años en una academia de natación, Monterrico – 2021” tuvo como objetivo analizar el impacto de dicho programa en el desarrollo de las habilidades motrices acuáticas en niños de 6 a 7 años. Se utilizó un enfoque cuantitativo con un diseño experimental de tipo preexperimental. La muestra estuvo compuesta por 20 niños, entre 6 y 7 años, quienes fueron evaluados al inicio y al final del programa mediante dos fichas de control de evaluación motriz. En los resultados iniciales, se observó que 6 niños (30%) se encontraban en el nivel de inicio y 14 niños (70%) en el nivel de progreso. Al finalizar el programa, todos los participantes (100%) alcanzaron el nivel de logro. El análisis estadístico realizado con el software SPSS 22 arrojó un valor de -3,9; $p < 0,05$, lo que permitió confirmar la hipótesis y demostrar que la implementación del “Programa Aprendo Jugando” fue significativamente efectiva en el desarrollo de las habilidades motrices acuáticas de los niños.



según Oblitas y Pereira (2019) en su investigación titulada "Influencia de una guía metodológica en la enseñanza de la natación en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Privada 'Arco Iris', San Sebastián - Cusco" tuvo como propósito analizar el impacto de una guía metodológica estructurada en el proceso de enseñanza de la natación. Este estudio, desarrollado bajo un enfoque descriptivo-analítico, utilizó fichas de observación y cuestionarios como instrumentos de recolección de datos. La muestra incluyó tanto a estudiantes de nivel secundario como a docentes involucrados en la práctica de esta disciplina. Los resultados mostraron que el 85% de los participantes consideró la infraestructura como insuficiente, el 78% señaló que los materiales empleados eran obsoletos e inadecuados, y el 90% destacó la falta de actualización y ausencia de una guía metodológica entre los docentes. En conclusión, se identificaron múltiples deficiencias en los recursos físicos y pedagógicos disponibles para la enseñanza de la natación, enfatizando la necesidad de desarrollar e implementar estrategias metodológicas más efectivas y recursos adecuados para optimizar el aprendizaje en este deporte.

Según Narvaez y Rúa (2023) en su investigación titulada "Influencia del estilo crol en el nivel de flexibilidad de los estudiantes del sexto grado 'A' de educación primaria en la Institución Educativa 'Mariscal Cáceres', Ayacucho, 2022" tuvo como propósito evaluar el impacto del estilo crol en la flexibilidad de los estudiantes. Este estudio se enmarcó en un enfoque explicativo, con un diseño preexperimental aplicado a un grupo intacto. La muestra incluyó a 10 estudiantes del sexto grado "A" de educación primaria. La recolección de datos se realizó mediante el test de Wells y Dillon, validado por un panel de expertos, mientras que la confiabilidad de los instrumentos fue confirmada utilizando el coeficiente



alfa de Cronbach. Para la contrastación de hipótesis, se empleó el estadístico Wilcoxon, con un nivel de confianza del 95% y una significancia del 5%. Los resultados revelaron que la significancia calculada (0,001) fue menor que la asumida (0,005), lo que condujo a aceptar la hipótesis nula y rechazar la alterna. En conclusión, se estableció que la práctica del estilo crol tiene un impacto significativo en la mejora del nivel de flexibilidad de los estudiantes evaluados, confirmando su efectividad como herramienta pedagógica en el desarrollo de esta capacidad física.

de acuerdo con Castro y Rios (2021) en su investigación titulada "Metodología de la natación en el desarrollo de habilidades natatorias en niños de 4 a 6 años del Colegio Peruano Chino Diez de Octubre - Confucio" tuvo como propósito analizar la metodología de natación empleada y su impacto en el desarrollo de habilidades natatorias en niños de dicho rango de edad. Este estudio, clasificado como aplicado, con un enfoque cuantitativo, descriptivo, prospectivo y de corte transversal, se desarrolló con una muestra de 28 niños participantes en los talleres de natación de la institución. Los datos fueron procesados utilizando el programa Excel 2013 y presentados mediante tablas. Los hallazgos revelaron que el 54% de los evaluados mostró un nivel bajo de desarrollo en habilidades natatorias, el 25% un nivel medio y el 21% un nivel alto. Específicamente, el 93% alcanzó un nivel elevado de familiarización con el medio acuático, pero solo el 21% evidenció un nivel alto en la habilidad de sumersión. Adicionalmente, el 92% presentó un nivel bajo en la habilidad de flotación y el 100% no desarrolló la habilidad de propulsión. En conclusión, se identificó que una proporción considerable de niños presenta un desarrollo insuficiente en habilidades natatorias, subrayando la necesidad de optimizar las metodologías aplicadas.



2.1.3. Antecedentes locales

De acuerdo con Rojas (2020) “El estudio titulado “Desarrollo de las habilidades motrices acuáticas fundamentales en escolares de V ciclo de Glorioso San Carlos – Puno, 2017” tuvo como finalidad evaluar el nivel de desarrollo de las habilidades motrices acuáticas fundamentales en estudiantes de 10 y 11 años. Bajo un enfoque cuantitativo y diseño descriptivo, se trabajó con una muestra de 181 participantes, empleando la batería de pruebas y controles específicos para estas habilidades. Los hallazgos revelaron que el 93,4% de los estudiantes mostró un desarrollo deficiente en habilidades motrices acuáticas fundamentales, distribuyéndose en un 89,5% para flotación, 95% para respiración y 96,1% para propulsión. Los análisis estadísticos, realizados con un nivel de confianza del 95% ($p=0,000$), evidenciaron una media de 21,03 puntos, significativamente inferior al valor esperado, respaldando la validez de los resultados. Se concluye que el desarrollo de estas habilidades en los escolares es insuficiente, subrayando la necesidad de implementar estrategias que favorezcan su fortalecimiento.

Según Mamani (2023) en su estudio denominado "Nivel de habilidades fundamentales básicas de la natación en estudiantes de primer grado de la Institución Educativa Secundaria San Jerónimo, Asillo, Azángaro, Puno" tuvo como propósito evaluar el nivel de desarrollo de dichas habilidades en este grupo específico. La investigación, de enfoque cuantitativo y corte transversal, utilizó un diseño descriptivo básico con una muestra no probabilística e intencionada compuesta por 40 estudiantes de primer grado. Se empleó el Test de las Habilidades Fundamentales Básicas de la Natación, un instrumento confiable con un coeficiente Alfa de Cronbach de 0.67, que evaluó tres dimensiones: flotación ventral, respiración y propulsión, mediante cinco ítems. Los resultados



evidenciaron que el 47.5% de los estudiantes se clasificaron en un nivel medio en las habilidades evaluadas. Específicamente, el 75% demostró un nivel alto en flotación; el 50% alcanzó un nivel regular en respiración, también considerado alto; mientras que el 82% mostró un nivel bajo en propulsión, lo que revela dificultades significativas en esta área. En síntesis, el estudio identificó tanto fortalezas como debilidades en las habilidades natatorias básicas, resaltando la necesidad de fortalecer la competencia en propulsión.

según Mendizabal (2024) en su estudio titulado "Relación entre el interés y el aprendizaje de la natación estilo crol en estudiantes de sexto grado de primaria de la Institución Educativa Yachay School Puno, 2022" tuvo como objetivo analizar la relación entre el interés y el aprendizaje del estilo crol en los estudiantes de sexto grado. La investigación adoptó un enfoque cuantitativo con un diseño transversal no experimental y un alcance correlacional. La muestra estuvo compuesta por 47 estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico e intencionado. La técnica utilizada fue la encuesta, a través de un cuestionario validado por juicio de expertos y con un coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach. Los resultados obtenidos demostraron una relación positiva moderada entre la motivación extrínseca y el aprendizaje del estilo crol, con un coeficiente rho de Spearman de 0.595. En conclusión, se determinó que, a mayor interés en la natación por parte de los estudiantes, mayor es su desempeño y aprendizaje en el estilo crol.



2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. Habilidades motrices acuáticas

De acuerdo con Simón et al., (2023) dicen que la implementación de juegos motores acuáticos diseñados específicamente para mejorar el conocimiento corporal demuestra ser moderadamente más efectiva en comparación con el uso de juegos motores acuáticos de carácter genérico (p, 84).

Por otro lado, Garcia (2020) menciona que el desarrollo de las habilidades motrices básicas acuáticas es esencial para que los niños adquieran un control adecuado sobre su cuerpo al ejecutar diversas acciones. Este proceso resulta particularmente significativo en las primeras etapas de la infancia, ya que influye en la formación de su personalidad. Dicho desarrollo está determinado por factores biológicos y sociales, los cuales tienen un impacto crucial en la adaptación tanto intelectual como motriz del niño, afectando su desempeño en distintos aspectos del aprendizaje y la motricidad.

En definitiva, es evidente que ese desarrollo y aprendizaje inicial de las habilidades motrices acuáticas básicas o fundamentales será imprescindible para un posterior desarrollo de habilidades acuáticas específicas, lo que destaca la importancia de un buen trabajo desde los primeros contactos del aprendiz con el medio acuático. Algunas propuestas señalan la importancia de consolidar el aprendizaje de movimientos rudimentarios, como son el gateo, atrapar, etc., para posteriormente desarrollar habilidades de movimiento “fundamentales”, como podría ser la propulsión, equilibrarían o la flotación, para, a partir de ahí, desarrollar habilidades de movimiento específicas, como pueden ser los estilos de nado, y un perfeccionamiento técnico del estilo crol en la siguiente fase de



especialización. Además, la consolidación de estas habilidades “fundamentales” en las primeras edades permitirá mayores posibilidades de práctica de actividad física (en el caso que nos ocupa, en el medio acuático), a lo largo de toda la vida (Hulteen et al 2018).

Cirigliano y Romero (1989) por su parte indica que las prácticas acuáticas favorecen el desarrollo simétrico de los ejes longitudinal y transversal, rectifican y previenen las desviaciones de la columna vertebral, ejercitan la destreza motriz, respetando las cualidades naturales de los niños, actúan como prevención de posibles retrasos psicomotores, se utilizan como sistema de rehabilitación terapéutica, evitan el aumento de la atrofía muscular, desarrollan la caja torácica y aportan una mejor oxigenación a las células. También desarrollan la seguridad y dominio de sí mismo, incrementan el conocimiento y dominio del cuerpo, aseguran la supervivencia del niño en el agua, favorecen la comunicación del niño con el adulto y de los niños entre sí, y mejoran la calidad de vida en general. Las prácticas acuáticas proporcionan al niño un mejor desarrollo en la motricidad gruesa, motricidad fina, cognitiva, comunicación y socialización. Permiten al niño vivir sus propias experiencias, sin imposiciones ajenas a su voluntad, además de permitirle evolucionar en tres dimensiones.

Según Luna Rojas et al.(2020) refieren que el desarrollo de las habilidades motrices básicas en la infancia temprana juega un papel fundamental en la mejora de los movimientos de los niños y niñas, lo que les permite afrontar de manera más efectiva las diversas actividades que se les presenten a lo largo de su vida académica, deportiva y cotidiana. Al fortalecer estas habilidades desde una edad temprana, los niños no solo adquieren una mejor coordinación y control corporal, sino que también incrementan su capacidad para adaptarse a los retos físicos que



enfrentarán en su desarrollo y en sus interacciones diarias, contribuyendo así a su bienestar general y éxito en diversas áreas (p, 113).

A propósito de España (2020) dice que las habilidades motrices básicas constituyen la base de la pirámide del aprendizaje motriz, siendo comunes a todos los individuos. Estas habilidades son fundamentales y esenciales para el desarrollo motor general. Por otro lado, las habilidades motrices específicas se adquieren a medida que avanzamos en el desarrollo de la pirámide, ya que se aprenden y perfeccionan conforme se construye una base sólida de habilidades motoras generales (p, 11).

Según Bovi y Palomino (2009) menciona las siguientes secuencias de las etapas de aprendizaje en natación infantil (p, 32 y 33).

- **Familiarización:** Esta fase inicial busca que el alumno supere su miedo al agua, experimente la resistencia del medio acuático y establezca una relación de confianza con el instructor, facilitando su adaptación al entorno acuático.
- **Respiración:** En esta etapa, el alumno aprende a sumergir la cabeza, abrir los ojos bajo el agua y coordinar la respiración. Incluye la práctica de apneas y el aprendizaje de la correcta utilización de las vías respiratorias para optimizar la técnica de nado.
- **Flotación:** En esta fase, el alumno se enfoca en mantener una posición horizontal en el agua, desarrollando habilidades para flotar tanto en posición ventral como dorsal. Se utilizan elementos auxiliares que ayudan a mejorar el equilibrio y la estabilidad en el agua.



- **Propulsión:** Esta etapa se centra en el desplazamiento en el agua, en la cual el alumno practica el batido de piernas y el uso de los brazos. Los movimientos se combinan con la respiración para dominar diferentes estilos de natación.
- **Aprendizaje:** En la fase final, el alumno integra todas las habilidades previamente adquiridas, ejecutando deslizamientos, giros y nadando estilos completos. El alumno coordina de manera efectiva los movimientos de los brazos, las piernas y la respiración para nadar con fluidez y eficiencia.

Gutierrez y Moreno (1998): menciona de la siguiente manera sobre la respiración, flotación y equilibrio.

- **Habilidades Básicas**

- Flotación: Mantener el cuerpo en la superficie del agua.
- Inmersión: Sumergirse bajo el agua.
- Propulsión: Moverse a través del agua.
- Giro y cambio de dirección: Cambiar la dirección del movimiento en el agua.

- **Habilidades Coordinativas**

- Natación elemental: Desplazarse en el agua utilizando movimientos básicos.
- Salida del agua: Subir desde el agua hasta la orilla o plataforma.
- Cambio de dirección en el agua: Girar y cambiar de dirección mientras se nada.

-



- **Habilidades Específicas**

- Estilos de natación: Realizar diferentes estilos de natación (crol, espalda, pecho, mariposa).
- Natación en profundidad: Nadar en aguas profundas.
- Natación de larga distancia: Nadar distancias largas.

- **Habilidades Tácticas**

- 1. Arranque y aceleración: Iniciar y acelerar el movimiento en el agua.
- 2. Giros y vueltas: Realizar giros y vueltas en el agua.
- 3. Entrada y salida del agua: Entrar y salir del agua de manera eficiente.

Navarro enfatiza la importancia de desarrollar estas habilidades motrices acuáticas de manera progresiva y secuencial, comenzando con las habilidades básicas y avanzando hacia las más complejas.

2.2.1.1. La flotación

Es una capacidad de equilibrio de un objeto o cuerpo de un ser vivo para mantenerse a flote en un líquido, como en el agua, sin hundirse y necesidad de movimiento alguno (estático) o desplazándose (dinámico). La flotación; como ya sabemos, el hecho de estar sumergido en un elemento líquido como es el agua conlleva que aparezca la fuerza de flotación (principio de Arquímedes), que va a suponer una experiencia totalmente nueva para el alumno. Por todo esto, tendremos que centrar el trabajo con el alumno, fundamentalmente, en el conocimiento por parte del principiante de su capacidad de flotación y de su forma de flotar. Debemos tener en cuenta otros factores, como el peso específico, la respiración, el estado de relajación y la densidad del agua.



2.2.1.2. La sumersión

Es un acto de sumergirse o hundirse en un líquido, como el agua. Mediante esta cualidad de la natación se puede desarrollar, en el principiante, la posibilidad de desplazarse y orientarse por debajo del agua. La sumersión, constituye la primera experiencia con el medio acuático, siendo, por lo tanto, el inicio de la adaptación. Es necesario y fundamental, durante esta primera fase, que la explicación y demostración de cada uno de los ejercicios a desarrollar, como la sumersión total, sumersión parcial y la sumersión libre y deben estar estructurados de manera que provoquen estímulos placenteros y agradables en el practicante, que le ayuden a eliminar reacciones inadecuadas que entorpezcan este proceso. El parpadeo o el cerrar los ojos continuamente es una acción involuntaria que el niño debe eliminar, ya que para una mejor orientación deberá mantener los ojos abiertos al sumergir la cabeza; igualmente, durante retención del aire inspirado con el cual se sumergió, dejando escapar pequeñas cantidades de aire por la nariz, para evitar que entre agua por los orificios. La sumersión es amplia en su ejercitación y utilización, está muy ligada a las demás cualidades básicas, especialmente con el salto y la flotación. (Calles , 2010).

2.2.1.3. La Respiración

Es el proceso mediante el cual los seres humanos intercambian gases con el medio ambiente por la cual el ser humano puede subsistir en el medio terrestre y en el medio acuático. La respiración, en ella van a darse una de las modificaciones más grandes respecto al medio terrestre.



Siguiendo la pauta general de ofrecerle al alumno la gama más amplia posible de alternativas debemos provocar que el alumno vivencie cuál es la respiración más apropiada y debe saber diferenciar entre dos fases respiratorias: inspiración (toma de aire) y espiración (expulsión del aire), así como los diferentes tipos de apneas.

- **Respiración nasal:** es la forma más común de respirar, en el que el aire entra y sale del cuerpo a través de la nariz.
- **Respiración bucal:** se realiza a través de la boca, generalmente cuando la nariz esta congestionada o se esté realizando un esfuerzo físico
- **Respiración diafragmática:** utilizamos el diafragma, es un musculo q separa el pecho del abdomen.

En ese mismo contexto Cristina Moreno (2017). hace referencia sobre la respiración indicando que es un proceso de intercambio donde se produce un constante flujo de estancias, que nutren la sangre y eliminan a la atmosfera determinados desechos. Este constante procesos no solo depende de la persona, si no que en su aprendizaje lo que suceda alrededor del mismo juega un crucial papel. Estas situaciones se evidencian muy a menudo en los entornos acuáticos, cuando por ejemplo los bebes emergen del agua tosiendo, y sus acompañantes instintivamente los contiene contra su pecho palmeándoles la espalda para brindarles tranquilidad, cuando los adultos manifiestan “yo nado aquí, pero no me pidas que lo haga en lo profundo” cundo los jóvenes nadando en espada, bloquean con tensión el aire dentro de sus pulmones para asegurar su flotación.



2.2.1.4. La locomoción

La locomoción con miembros implica diferentes desafíos de tipo mecánico: en cada ciclo, los segmentos deben reubicarse anatómicamente, con fases de aceleración y deceleración y la consiguiente elevación y descenso del centro de masa. Dentro de la locomoción humana, la marcha y la carrera son actividades fundamentales en todo el ciclo vital humano. En específico, la carrera es una actividad muy estudiada por las ciencias del deporte, medicina, fisioterapia o kinesiología, ingeniería y biología, por el alto impacto articular y muscular que genera, ya que esta trae consigo lesiones y alteraciones en el rendimiento de los pacientes y deportistas. El constante estudio de la locomoción ha reconocido diferentes desafíos de tipo fisiológico y mecánico, tanto en la explicación de fenómenos como en el análisis de estos. (Massimo et al 2020).

En ese contexto Marín y Espinosaz (2023) dice que en lo que respecta al modelo biomecánico, los gestos técnicos en la natación constituyen un aspecto esencial en el proceso de desarrollo de los nadadores. A lo largo del tiempo, la natación y su técnica han experimentado una evolución continua, impulsada no solo por los métodos empleados en los entrenamientos y las estrategias de estimulación, sino también por los avances tecnológicos aplicados a los componentes clave del deporte. Esta evolución ha permitido optimizar tanto el rendimiento de los nadadores como la precisión en la ejecución de los movimientos, favoreciendo su progreso y perfeccionamiento (p,31).



2.2.1.5. Saltos al agua

Los saltos al agua son una forma de recreación y deporte que implica saltar desde una altura o plataforma hacia el agua sin embargo, Moreno y Tella (1995) dicen que “en los niños de 6 a 9 años aparecen el miedo a la profundidad en detrimento del miedo a los grandes espacios” (p, 86).

En ese contexto aprender a nadar es una habilidad esencial, comparable en importancia a aprender a leer o escribir, ya que la práctica deportiva contribuye al desarrollo integral de los niños en sus dimensiones motriz, física, social, emocional y cognitiva. Promover la competencia acuática va más allá de enseñar técnicas de nado, pues implica considerar las dinámicas perceptivo-cognitivas y el desarrollo integral de los niños. Los educadores deben crear espacios acuáticos que favorezcan un aprendizaje natural, autónomo y seguro, permitiendo que los niños evolucionen a su ritmo y otorgando a la natación en la infancia un papel fundamental en su crecimiento (Moreno et al., 2022, p 8)

Calles (2010) dice que esta cualidad desarrolla la seguridad en el niño frente al agua. Promueve el valor, decisión, auto disposición, etc., hace que el niño perciba por si mismo estas sensaciones durante la ejecución de los saltos, así mismo, actúa sobre él, la fricción, la resistencia, la hidrostática y el empuje del agua sobre su propio cuerpo. El salto constituye un verdadero elemento técnico-motor para el futuro nadador, esta cualidad es empleada en las modalidades de nado que requieren arrancadas con clavados (pecho, libre, mariposa). Para el desarrollo de los



saltos en los alumnos, los primeros, deben realizarse a poca altura, en aguas bajas, los niños pueden hacerlo dejándose caer por sí mismos, y a medida que vayan asimilando y ejecutando de forma correcta, se aumentará la complejidad en el salto y la profundidad hasta llegar al salto con entrada de cabeza. (p 11).

De acuerdo con Morquecho (2023) la etapa de ambientación al medio acuático es un proceso fundamental en el que se busca que el niño se familiarice y adapte de manera progresiva al entorno del agua. En ese sentido este período resulta crucial, ya que sienta las bases para la adquisición de confianza y seguridad en este medio, y debe iniciarse de forma paralela con el desarrollo de las habilidades motrices básicas, como parte de una preparación integral que facilite el aprendizaje de movimientos y técnicas acuáticas más complejas en el futuro (p, 60).

En ese sentido Armenteros et al. (2020) refieren que el agua provoca en las personas una actitud marcada por una alta carga emocional, debido a la novedad del entorno y las nuevas oportunidades de movimiento que se pueden explorar en él. La incorporación de actividades lúdicas dentro del contexto de la clase de natación y en un proceso de enseñanza-aprendizaje se convierte en un recurso de gran valor para complementar el desarrollo de habilidades específicas (p, 163).

2.2.2. Desarrollo físico y motriz del niño entre los 6 y 7 años

En esta etapa seguimos hablando de niños con mucha energía a los que les gusta jugar y moverse, ir de aquí para allá, y explorar su entorno.

En términos generales destacamos:



- Una mejora en la coordinación.
- Su psicomotricidad fina y coordinación sigue mejorando, puede escribir y manipular mejor los objetos.
- Generalmente hace mucho ruido, necesita actividades que involucren acción.
- Desarrollo sensorial y motor

Para cuando tienen 6 años, la mayoría de los niños:

- Pueden controlar sus músculos grandes. Suelen tener buen equilibrio y les gusta correr, brincar, andar a los saltos y otras formas de juego físico.
- Pueden atrapar una pelota.
- Andan a los saltos con facilidad.
- Dibujan una persona con al menos 8 partes. También pueden copiar formas diferentes y les gusta hacer diseños.
- Pueden escribir su nombre.
- Se visten solos, aunque todavía pueden necesitar algo de ayuda con botones o cordones difíciles.
- Revisado: 24 octubre, 2023

Autor: El personal de Ignite Healthwise, Desarrollo sensorial y motor, para cuando tienen 7 años, la mayoría de los niños:

- Tienen cada vez mejor coordinación en actividades que usan músculos grandes, como nadar o trepar.
- Usan tijeras de seguridad con facilidad.
- Dibujan una persona con 12 partes.



- Usan un lápiz para escribir su nombre.

2.2.3. Programa de habilidades motrices básicas

En el ámbito educativo y recreativo, se pueden implementar programas de enseñanza y aprendizaje de la natación diseñados específicamente para nadadores principiantes. Estos programas tienen como objetivo principal ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades acuáticas básicas y progresar en su aprendizaje de manera estructurada. Están organizados en diferentes niveles de habilidad, y se enfocan en aspectos clave como el dominio de las técnicas de nado, la seguridad acuática, así como la mejora de la resistencia física y la confianza en el agua. Además, estos programas buscan no solo enseñar habilidades acuáticas, sino también fomentar una relación positiva y segura con el entorno acuático, proporcionando una experiencia de aprendizaje integral y enriquecedora para los participantes (Plaza y Acosta 2023, p 12).

Según Quishpe y Torres (2021) dicen que una metodología lúdica debe ser diseñada con una estructura sólida y una planificación detallada, considerando las necesidades particulares de los niños en su proceso de aprendizaje. Esta atención al detalle asegura que el enfoque no solo promueva un aprendizaje significativo, sino que también favorezca el logro de los objetivos educativos, adaptándose a las características y ritmos de desarrollo de cada niño (p, 563). En ese mismo contexto Quinto (2022) dice que las actividades lúdicas son una parte integral del contexto deportivo de la natación, ya que promueven una participación activa y flexible del niño en el proceso de aprendizaje. Estas actividades no solo hacen que el entorno sea más dinámico y atractivo, sino que también facilitan la incorporación de habilidades acuáticas esenciales. Por lo tanto, es fundamental



realizar un análisis detallado de las necesidades y prioridades de los niños para desarrollar una guía pedagógica bien estructurada, que no solo apoye su participación, sino que también optimice el logro de los objetivos relacionados con las cualidades fundamentales de la natación, como la flotación, respiración y propulsión (p, 31).

de acuerdo con Alderete (2022) hace referencia de que los programas educativos en relación son un conjunto de actividades y proyectos a sus logros para establecer las bases necesarias en el desarrollo de investigaciones educativas que proponen la implementación de las actividades y proyectos para alcanzar un objetivo específico, mejora y evaluación de los programas educativos. (p.2).

Asi mismo tambien Contreras (2011). dice que, en los Programas de Educación Acuática, la intervención que pueden ejercer los padres es fundamental, mediante la atención afectiva y trasmisión de seguridad y confianza, siendo junto con la intervención de los monitores, la piedra angular sobre la que sustenta la adquisición del lenguaje, la conducta exploratoria del bebé, el incremento de la capacidad comunicativa, psicomotriz, cognitiva y de la natación es uno de los deportes más completos y divertidos y, por qué no, un seguro de vida, ya que es un determinado momento puede evitar un ahogamiento. Por ello, es fundamental que el niño/a comience a nadar y se integre desde pequeñito en el medio acuático, con el fin de que pierda miedo y se familiarice con él. Normalmente, el miedo al agua va aumentado conforme el niño/a van creciendo, de tal forma que cuanto más tiempo esté alejado del agua, más sentimientos de desconfianza y de fobia puede desarrollar, dificultando el aprendizaje de la natación.



2.2.4. Efecto del programa de natación

Seguin Sánchez et al. (2020) un programa de natación puede producir mejoras significativas en la capacidad cardiorrespiratoria y en la fuerza de las extremidades inferiores en niños preescolares (p, 52). Por otro lado, Garcés (2024) dice que la natación es ampliamente reconocida como un deporte integral, y los programas diseñados en torno a esta disciplina buscan aprovechar sus beneficios para potenciar diversos aspectos en los estudiantes, tales como el desarrollo de su condición física y el fortalecimiento de su personalidad (p, 1).

En ese contexto es muy importante “la implementación de programas estructurados y basados en evidencia donde puede mejorar la adquisición de habilidades motrices básicas en los estudiantes” (Castro Flórez et al., 2023, p 149).

2.3. MARCO CONCEPTUAL

- **Natación:** La natación es la práctica recreativa del movimiento y el desplazamiento a través del agua mediante el uso de las extremidades corporales y por lo general sin utilizar algún tipo de material o instrumento de apoyo para poder desplazarse en el medio acuático.
- **Sumersión:** Inmersión y Sumersión son conceptos técnicos de inmersión y sumersión son éstos: Inmersión: cuando no todo el cuerpo de una persona está dentro del líquido. Sumersión: cuando todo el cuerpo entero de una persona está dentro del líquido.
- **Flotación:** La flotación en natación es la capacidad de mantenerse a flote en el agua y es una habilidad fundamental para nadar y sentirse seguro en el agua.
- **Locomoción:** La locomoción con miembros implica diferentes desafíos de tipo mecánico: en cada ciclo, los segmentos deben reposicionarse anatómicamente,



con fases de aceleración y deceleración y la consiguiente elevación y descenso del centro de masa. Dentro de la locomoción humana, la marcha y la carrera son actividades fundamentales en todo el ciclo vital humano (Massimo et al. 2020)

- **Respiración:** La respiración al nadar es un proceso voluntario que se debe realizar de forma diferente a la de otros deportes terrestres:
- **Inspiración:** Se inhala por la boca de forma rápida para llenar los pulmones y no alterar el equilibrio y la postura.
- **Expiración:** Se exhala por la nariz de forma más lenta y profunda
- **Programa:** Consiste en una planificación de 24 sesiones con en una frecuencia de desarrollo de tres veces en la semana. Su contenido está diseñado en base a las habilidades motrices acuáticas básicas asistido y fundamentales autónomas.



CAPÍTULO III

MATERIALES Y METODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRAFICA DEL ESTUDIO

La investigación fue ejecutada en la ciudad de Puno, localizada en el altiplano peruano junto al lago Titicaca a una altura de 3,820 metros sobre el nivel del mar entre la cordillera oriental y occidental de los Andes del Sur, con una Longitud de $070^{\circ}1'11.64''$ y Latitud de $S15^{\circ}50'31.92''$; se realizó la ejecución del proyecto en los niños y niñas del Club de Natación Inkaman. El programa fue desarrollado en la piscina universitaria de la Universidad Nacional del Altiplano - Puno

3.2. PERIODO DE DURACIÓN

La ejecución del programa de habilidades motrices acuáticas, se desarrolló en un periodo de 2 meses, en frecuencia de tres veces en la semana, cumpliendo un total de 24 sesiones programadas, durante los meses de marzo y abril del 2023 con los niños y niñas del Club Natación Inkaman.

3.3. PROCEDENCIA DEL MATERIAL UTILIZADO

En la presente investigación, los medios y materiales que se utilizaron son tablas, boyas, tubos flotadores, colchonetas, cuerdas, bastones, pulls y otros. Facilitado por el Club y otros materiales por parte de mi persona como entrenador. En cuanto a la parte económica, fue asumida por parte del tesista.

3.3.1. Técnica

La técnica de aplicación del programa es directa, después de la muestra



seleccionada se inició con la evaluación de entrada en la misma piscina en donde todos los niños y niñas se encontraban en el inicio de aprendizaje de las habilidades motrices acuáticas. El programa se ejecutó en un periodo de dos meses en frecuencia de tres veces en la semana con un total de 24 sesiones. De la misma forma al final se evaluó el desarrollo alcanzado de las habilidades motrices acuáticas alcanzadas con una rubrica de evaluación que es misma ficha de evaluación con su ponderación correspondiente.

3.3.2. Instrumento

En esta investigación se empleó el programa con cronograma de actividades secuenciales, con su metodología y la rúbrica como instrumento para evaluar los logros alcanzados después de aplicación del programa de las habilidades acuáticas en niños y niñas de 6 y 7 años, anexo 1 y 2

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

3.4.1. Población

La población del estudio está compuesta por las niñas y niños de la categoría pre mínima entre 06 y 07 años, categoría mínima de 8 a 9 años, 10-11 categoría infantil A 12-13 años infantil B, 14-15 años juvenil A, 16-17 años juvenil B, 18 a más categorías mayores del Club de Natación Inkaman, ubicado en la ciudad de Puno, durante el año 2023. Los niños participaron en actividades que se desarrolló en la piscina de la Universidad Nacional de Puno (UNAP), lo que ofrece un entorno adecuado para el aprendizaje de habilidades acuáticas. Este grupo



Tabla 1

Población de la investigación

Categoría	Mujer	Varón	Edad	Total
Pre mínima	8	4	6 -7 años	12
Mínima	9	3	8 - 9 años	12
Infantil A	5	5	10 -11 años	10
Infantil B	4	4	12-13 años	8
Juvenil A	3	2	14 – 15 años	5
Juvenil B	2	1	16 – 17 años	3
Total				50

Nómina de inscritos del Club de Natación Inkaman 2023

3.4.2. Muestra

Como dice López (2024) que “una muestra estadística es una selección representativa de datos de un grupo más grande, conocido como población de datos”. Por otro lado, Romero et al. (2021) dicen que cuando no es posible investigar a toda una población por ser demasiado extensa debemos hacerlo con un grupo que sea representativo. En ese contexto el tipo de muestra es no probabilística por conveniencia, optado por criterios del tesista, en vista que se tiene mayor cantidad de población en categoría menores. participan 12 niños y niñas de la categoría pre mínima, por encontrarse en la etapa de formación de habilidades acuáticas de la natación.

Tabla 2

Muestra de la investigación

Categoría	Mujer	Varón	Total
Pre mínima	8	4	12
Total			12

Nómina de inscritos del Club de Natación Inkaman 2023



3.5. DISEÑO ESTADÍSTICO

3.5.1. Enfoque de investigación

Desde el punto de vista de Hinojosa et al (2024) el enfoque cuantitativo se distingue por su empleo de datos numéricos para analizar fenómenos, identificar patrones y en diversas ocasiones, prever resultados futuros. Este método se fundamenta en la recopilación de datos mediante instrumentos como encuestas, cuestionarios y experimentos, que facilitan la medición objetiva de variables específicas (p, 129).

El estudio utilizó un enfoque cuantitativo, lo que implica la recopilación de datos numéricos que serán analizados estadísticamente.

3.5.2. Tipo de investigación

Teniendo en cuenta a Castro et al. (2023) la investigación aplicada se basa en los conocimientos obtenidos de la investigación básica para lograr metas específicas. Este enfoque considera el conjunto de saberes existentes en un área particular y los utiliza para abordar y resolver problemas concretos de manera efectiva (p, 151).

Por otro lado, Aceituno et al (2020) dice que “durante la ejecución de los estudios de alcance explicativo, convenientemente, se tiene que verificar si produce cambios en la variable dependiente, esa probable causa se convierte en la variable independiente que, manipulada” (p. 68).

3.5.3. Diseño de investigación

Según Decarlo (2012) dice que reciben esta denominación debido a que suelen implementarse como un paso inicial antes de realizar un experimento



formal. Su objetivo principal es evaluar preliminarmente si una intervención genera algún impacto en un grupo reducido de participantes, lo que permite a los investigadores determinar su viabilidad antes de invertir recursos significativos o solicitar financiamiento para un experimento más exhaustivo. En este sentido, estos diseños constituyen una etapa preliminar para recopilar evidencia que respalde o refute la efectividad de la intervención. No obstante, presentan limitaciones inherentes que deben ser consideradas, las cuales se detallarán al analizar las diferentes variantes de diseños preexperimentales disponibles.

Por lo tanto, el diseño de la investigación es pre experimental, ya que sólo se aplicó a una sola muestra sin grupo de control. El Diseño estadístico para las hipótesis es la T estudio. Con 0.05 margen de error.

3.6. PROCEDIMIENTO

Para llevar a cabo la investigación, del programa. Se siguieron los siguientes pasos: primero, se hizo una convocatoria abierta todos los niños de las categorías pre mínima, mínima e infantil A. en ese caso solo los de la categoría pre mínima disponibles y voluntarios que son niñas de 6 y 7 años participaron de la investigación. Segundo, se diseñó el programa, sobre el desarrollo de las cinco habilidades motrices acuáticas. Tercero, Se elaboró un instrumento de evaluación con protocolos de rúbrica sobre las habilidades motrices básicas con escala de valoración o nivel: bueno, satisfactorio y deficiente. El mismo que es validado por los expertos en la materia.



3.7. VARIABLES

Tabla 3

Operacionalización de variable

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	INSTRUMENTOS	ESCALA
V. U. Programa de habilidades motrices acuáticas.	- Sumersión	No mantiene la flotación, se hunde rápidamente.	- Programa de habilidades motrices acuáticas.	D= deficiente (0-13); (0-69%)
	- Flotación		- Sesiones E-A	
	- Respiración	Mantiene la flotación de manera inestable durante poco tiempo.	- Rúbrica	S = satisfactorio (14-17); (70-89%)
	- Locomoción		- Test de evaluación de habilidades motrices acuáticas.	B= bueno (18-20); (90-100%)
	Saltos - al agua.	Mantiene una flotación estable y controlada, sin esfuerzo excesivo.		

3.8. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Se aplicaron dos evaluaciones motrices: una al inicio y otra al final del programa, para medir el progreso en diversas habilidades acuáticas. Los datos fueron analizados utilizando el software Microsoft Excel y SPSS 22. Los resultados estadísticos mostraron una significancia de $p < 0.05$ con la prueba de T Studen.



CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS

La investigación sobre el Programa de Habilidades Motrices Acuáticas para niños de 6 a 7 años en el Club Inkaman de Puno, Perú, se centra en evaluar la efectividad de un programa específico, denominado "Aprendo Jugando", en el desarrollo de habilidades motrices acuáticas. A continuación, se presenta un análisis detallado de los resultados obtenidos.

El estudio utilizó un enfoque cuantitativo y un diseño experimental pre-experimental. La muestra estuvo compuesta por 12 niños que participaron en el programa. Se aplicaron dos evaluaciones motrices: una al inicio y otra al final del programa, para medir el progreso en diversas habilidades acuáticas.

En presente capítulo presentamos los resultados obtenidos y la discusión con los antecedentes y marco teórico señalado en la presente investigación. Los resultados son analizados por programas de estadística aplicada, utilizando software SPSS, Excel, InfoStat; explicados en cuadros y gráficos.

4.1.1. Presentación de los resultados de la evaluación de inicio.

Tabla 4

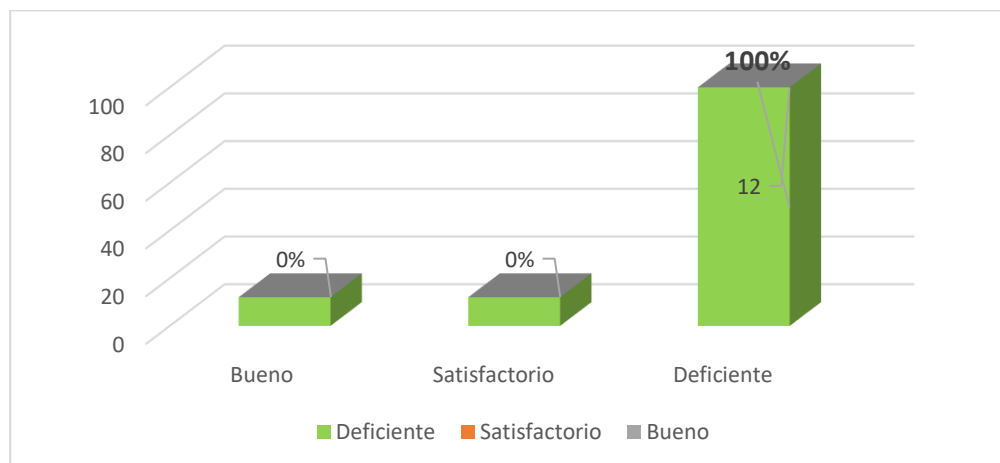
Evaluación de entrada de las habilidades motrices de la natación

	fi	Fr	f%
Deficiente	12	12	100
Satisfactorio	0	0	0
Bueno	0	0	0
Total	12		100

Nota. Bases de datos de la evaluación de entrada

Figura 1

Resultados de evaluación de entrada de las habilidades motrices acuáticas



Análisis e interpretación: Se puede observar el gráfico que, en la evaluación de entrada todos los niños y niñas evaluados se encuentran en nivel deficiente en sus 100% y ninguno en nivel satisfactorio ni bueno.

Según el protocolo se encuentran en desarrollo de habilidades acuáticas en nivel deficiente que equivale de 0-69% en ponderación cuantitativo de 0-13 puntos. Significa que, de todos los participantes ninguno tiene dominio de las habilidades motrices acuáticas, por lo tanto, son niñas y niños principiantes en la natación.

4.1.2. Resultados de evaluación de salida en la habilidad de sumersión

Tabla 5

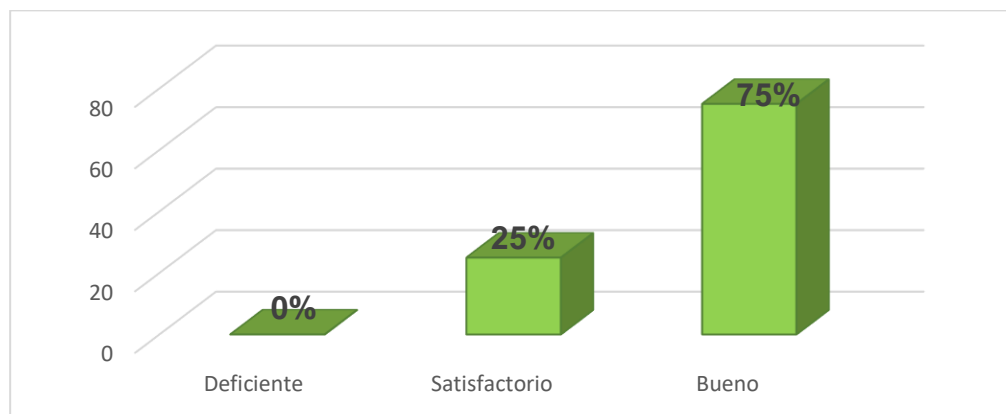
Resultados de evaluación de salida en la habilidad de sumersión

	fi	Fr	f%
Deficiente	0	0	0
Satisfactorio	3	6	25
Bueno	9	12	75
Total	12		100

Nota. Bases de datos de la evaluación de salida

Figura 2

Evaluación de salida en la habilidad de sumersión



Análisis e interpretación: Se puede observar el gráfico que, en la evaluación de salida en la habilidad de sumersión el 75% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos. El 25% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo. Según el protocolo ya se encuentran en habilidad acuática de sumersión en nivel satisfactorio deficiente que equivale de 0-69% en ponderación cuantitativo de 0-13 puntos.

4.1.3. Evaluación de salida en la habilidad de flotación

Tabla 6

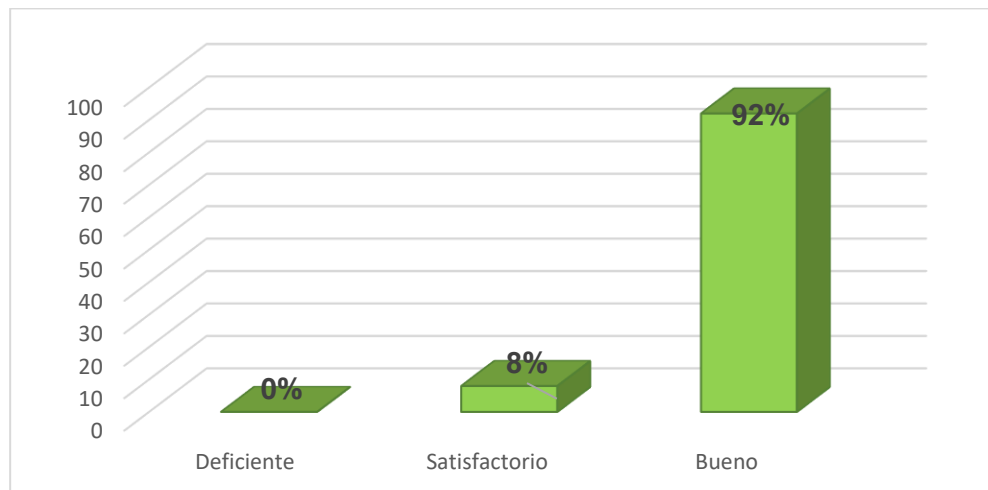
Evaluación de salida en la habilidad de flotación

	fi	Fr	f%
Deficiente	0	0	0
Satisfactorio	1	2	8
Bueno	11	12	92
Total	12		100

Nota. Bases de datos de la de flotación evaluación de salida

Figura 3

Evaluación de salida en habilidad de flotación



Análisis e interpretación: Se puede observar el gráfico que, en la evaluación de salida en la habilidad de flotación el 92% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos.

El 08% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad de flotación, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo.

4.1.4. Evaluación de salida en la habilidad de respiración

Tabla 7

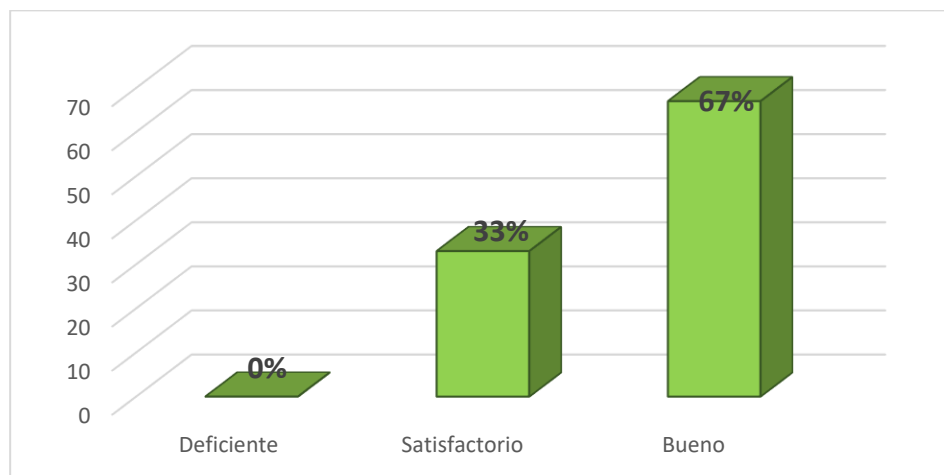
Evaluación de salida en la habilidad de respiración

	fi	Fr	f%
Deficiente	0	0	0
Satisfactorio	4	8	33
Bueno	8	12	67
Total	12		100

Nota. Bases de datos de la evaluación de salida

Figura 4

Evaluación de salida en habilidad de respiración



Análisis e interpretación: Se puede observar el gráfico que, en la evaluación de salida en la habilidad de respiración el 67% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos.

El 33% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad de respiración, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo.

4.1.5. Evaluación de salida en la habilidad de locomoción

Tabla 8

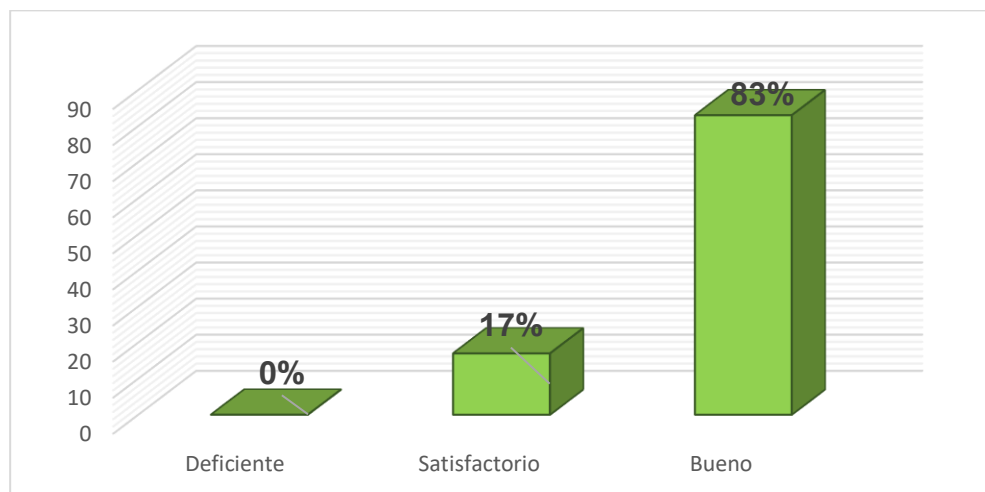
Evaluación de salida en la habilidad de locomoción

	fi	Fr	f%
Deficiente	0	0	0
Satisfactorio	2	4	17
Bueno	10	12	83
Total	12		100

Nota. Bases de datos de la evaluación de salida

Figura 5

Evaluación de salida en habilidad de locomoción



Análisis e interpretación: Se puede observar el gráfico que, en la evaluación de salida en la habilidad de locomoción el 83% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos.

El 17% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad de locomoción, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo.

4.1.6. Evaluación de salida en la habilidad de saltos al agua

Tabla 9

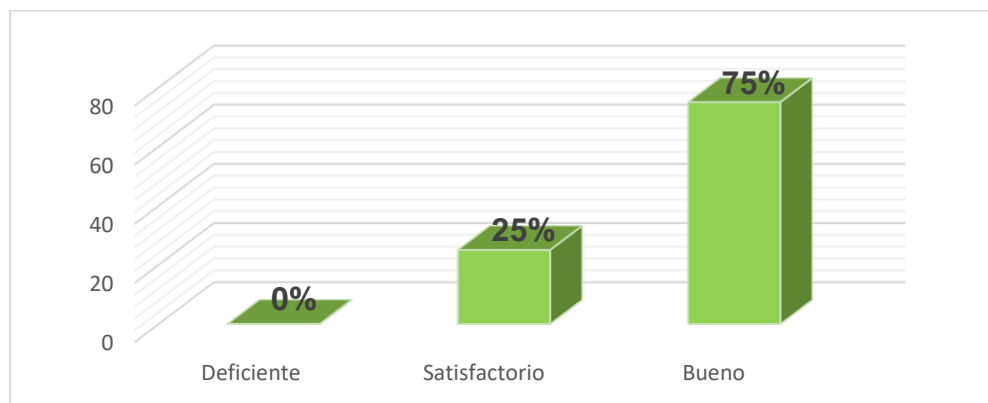
Evaluación de salida en la habilidad de saltos al agua

	fi	Fr	f%
Deficiente	0	0	0
Satisfactorio	3	6	25
Bueno	9	12	75
Total	12		100

Nota: Bases de datos de la evaluación de salida

Figura 6

Evaluación de salida en habilidad de saltos al agua



Análisis e interpretación: Se puede observar el gráfico que, en la evaluación de salida en la habilidad de saltos al agua el 75% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos.

El 25% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad de saltos al agua, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo. El programa de habilidades motrices acuáticas compuesto por juegos motores lograron desarrollar las habilidades básicas acuáticas.

4.1.7. Comparación de la valuación de entrada y salida

Tabla 10

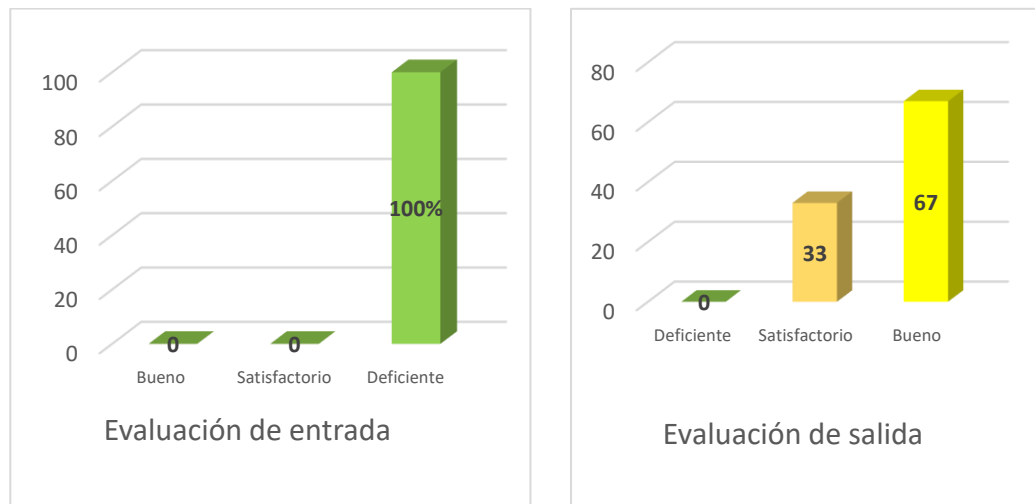
Comparativa de resultados de evaluación de inicio y de salida

	Evaluación de Entrada			Evaluación de salida		
	f1	Fr	f%	f1	Fr	f%
Deficiente	0	0	100	0	0	0
Satisfactorio			0	3	33	33
Bueno			0	9	0	67
Total			100	12		100

Nota: Bases de datos de la evaluación de entrada y salida

Figura 7

Comparativa de resultados de evaluación de inicio y de salida



Análisis e interpretación: Se puede observar el gráfico de evaluación de entrada que en su 100% se encuentran en escala valorativa deficiente. Y, en el gráfico de evaluación de salida el 67% se encuentra en escala valorativa bueno, equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos. El 33% se encuentran en nivel satisfactorio. Según los resultados que se demuestran en los gráficos, se puede determinar que la aplicación del programa de habilidades motrices acuáticas es significativamente eficaz para el aprendizaje y desarrollo de



las habilidades motrices acuáticas de la natación para las niñas y niños de la categoría pre-mínima.

4.1.8. Análisis de la Hipótesis

Ha: El programa de habilidades motrices acuáticas es eficaz, para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.

Ho: El programa de habilidades motrices acuáticas no es eficaz, para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.

Análisis con la prueba T estudio en Software de InfoStat. Tabla de ANOVA.

Tabla 11

Prueba t para una media

Variable	n	Media	DE	LI (95)	LS (95)	T	p(bilateral)
Test de entrada	12	10.17	1.27	9.36	10.97	27.79	<0.0001
Test de salida	12	17.92	1.93	16.69	19.14	32.18	<0.0001

Nota: resultados de la base de datos en SPSS de la evaluación de entrada y salida

Regla de decisión: Si valor de T es mayor que valor de P se acepta la hipótesis alterna. Entonces el valor $P=0.0001$ es menor que $T=32.18$. Por razón se acepta la hipótesis alterna (Ha) y se rechaza la hipótesis nula (Ho). Por lo tanto, se afirma que el programa de habilidades motrices acuáticas para las niñas y niños de 06-07 en el Club Inkaman, *es eficaz* para el desarrollo de dichas habilidades.



4.2. DISCUSIÓN

A continuación, se describe sobre los resultados obtenidos en la presente investigación; en perspectiva se hace el siguiente análisis que de acuerdo al objetivo general de este estudio fue determinar la eficacia del programa de habilidades motrices acuáticas para niños de 6-7 años en el Club Inkaman de Puno, Perú, mientras que los objetivos específicos incluyeron la evaluación de diversas habilidades acuáticas como la sumersión, flotación, respiración, locomoción y saltos al agua. En esta sección, se comparan los hallazgos de este estudio con los resultados de investigaciones previas locales, nacionales e internacionales, a fin de contextualizar los resultados obtenidos.

El desarrollo de la habilidad de sumersión en niños de 6-7 años fue un aspecto clave de la investigación. Según el estudio de García (2022), un programa de habilidades acuáticas similar resultó en que todos los participantes alcanzaran el nivel de logro, con una mejora significativa tras la implementación del programa ($p < 0.05$). Este resultado coincide con los hallazgos de este estudio, donde la habilidad de sumersión mostró un desarrollo considerable en los niños. No obstante, en comparación con los estudios de Castro y Rios (2021), que indicaron que solo el 21% de los niños alcanzó un nivel alto en sumersión, se observa que el programa aplicado en el presente estudio fue más efectivo, dado que un porcentaje mayor de niños mejoró significativamente en esta habilidad.

La habilidad de flotación fue otro aspecto clave evaluado. Los resultados de Mamani (2023) indicaron que el 75% de los estudiantes alcanzaron un nivel alto en flotación, lo cual es un hallazgo favorable, pero también señala que algunos estudiantes presentaron dificultades en esta habilidad. En el presente estudio, los resultados fueron consistentes con los de Mamani (2023), mostrando una mejora significativa en flotación, aunque con un porcentaje mayor de niños alcanzando niveles más avanzados en



comparación con el 92% observado en el estudio de Castro y Rios (2021), donde la mayoría de los niños aún presentaron dificultades en esta habilidad. Esto sugiere que el programa implementado en el Club Inkaman podría tener un impacto más positivo en el desarrollo de esta habilidad en comparación con otros enfoques previos.

La habilidad de respiración también fue analizada, y en el estudio de Rojas (2020), se reportó que el 95% de los estudiantes presentaron dificultades en la respiración. Sin embargo, este estudio evidenció una mejora significativa en los niños del Club Inkaman, superando las dificultades iniciales observadas en otros estudios como el de Mamani (2023), que mostró un 50% de estudiantes con niveles regulares en respiración. Los resultados obtenidos en el presente estudio son más positivos, sugiriendo que el enfoque utilizado para enseñar respiración acuática fue efectivo.

En cuanto a la habilidad de locomoción, que fue evaluada en este estudio, los resultados fueron consistentes con los hallazgos de Blanco y Díaz (2016), quienes señalaron que la locomoción acuática mejora progresivamente con la edad. Sin embargo, a diferencia de los hallazgos de los estudios locales de Ccallo y Ugarte (2023) y García (2022), que mostraron una mejora más notable en la locomoción tras la implementación de programas específicos, el presente estudio destacó que, aunque hubo avances, todavía existían desafíos en la ejecución correcta de esta habilidad en los niños de 6-7 años.

Finalmente, en relación con la habilidad de saltos al agua, el estudio de Mamani (2019) mostró que el 66.67% de los estudiantes no ejecutaron correctamente la fase de tracción en el estilo crol, lo que indica dificultades similares en el proceso de aprendizaje de habilidades relacionadas con el agua, aunque en este caso, no directamente con los saltos al agua. Los resultados obtenidos en el Club Inkaman mostraron una mejora en los saltos, pero con un enfoque que parece estar más alineado con las metodologías descritas



en el estudio de Oblitas y Pereira (2019), que subrayaron la importancia de desarrollar recursos pedagógicos efectivos para optimizar el aprendizaje.

En ese sentido el programa de habilidades motrices acuáticas implementado en el Club Inkaman mostró una eficacia significativa en el desarrollo de las habilidades evaluadas. A pesar de los avances, algunos desafíos persistieron en habilidades como locomoción y saltos al agua, lo que subraya la necesidad de seguir optimizando las metodologías empleadas, tal como lo sugieren estudios previos como los de Castro y Rios (2021) y Mamani (2023). En conclusión, el programa aplicado en el Club Inkaman demostró ser un modelo efectivo para el desarrollo de habilidades motrices acuáticas en niños de 6-7 años, aunque aún existe margen de mejora en áreas clave como la locomoción y los saltos al agua, áreas que deben ser fortalecidas mediante un enfoque más integral y adaptado a las necesidades específicas de los niños en esta etapa del desarrollo.



CONCLUSIONES

PRIMERA: En la habilidad de sumersión, en la evaluación de entrada en su 100% se encuentran en escala valorativa deficiente y en la salida el 75% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos. Y, un 25% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo.

SEGUNDO: En la habilidad de flotación en el inicio todos se encontraron en su 100% en escala valorativa deficiente y en la evaluación de salida el 92% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos.

TERCERA: En la habilidad de respiración en el inicio en su 100% se encontraba en la escala valorativa deficiente, en la evaluación de salida el 67% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos. Y, un 33% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad de respiración, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo.



- CUARTA:** En la habilidad de locomoción, en la evaluación de entrada en su 100% se encontraban en escala valorativa deficiente, en la evaluación de salida el 83% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos. Y, un 17% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad de locomoción, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo.
- QUINTA:** En la habilidad de saltos al agua, en la evaluación de entrada en su 100% estuvieron en la escala valorativa deficiente, en la evaluación de salida el 75% se encuentran en el nivel bueno, que significa que alcanzaron un desarrollo óptimo equivalente a 90-100%, de logro en una puntuación cuantitativa de 18-20 puntos. Y, un 25% en nivel satisfactorio, que significa ya lograron la habilidad de saltos al agua, pero con dificultades mínimas en un alcance de logro equivalente de 70-89%, con una puntuación de 14 a 17 puntos en nivel cuantitativo.
- SEXTA:** De acuerdo a los resultados en la evaluación de entrada en su 100% se encuentran en escala valorativa deficiente, en la evaluación de salida el 33% nivel satisfactorio un 67% en nivel bueno, que significa que el programa es significativamente bueno en el desarrollo de las habilidades motrices acuáticas. Se demuestra que la eficacia del programa de habilidades motrices acuáticas en las niñas y niños de 06 y 07 años de edad, de acuerdo a los análisis de T estudio; que el valor de T es mayor que valor de P se acepta la hipótesis alterna. Entonces el valor $P=0.0001$ es menor que $T=32.18$. Por razón se acepta la hipótesis alterna (H_a) y se rechaza la



hipótesis nula (H_0). Por lo tanto, se afirma que el programa de habilidades motrices acuáticas para las niñas y niños de 06-07 en el Club Inkaman, ES EFICAZ para el desarrollo de dichas habilidades.



RECOMENDACIONES

PRIMERA: A continuar promoviendo actividades que refuercen la confianza de los niños en el entorno acuático. El uso de juegos y ejercicios de adaptación al agua ayudará a consolidar esta habilidad, lo que facilitará el aprendizaje y garantizará la seguridad de los niños al enfrentarse a actividades acuáticas más avanzadas.

SEGUNDA: A incluir más ejercicios que promuevan el control corporal y la estabilidad en el agua, ya que estos son fundamentales no solo para la seguridad, sino también como base para la adquisición de otras habilidades acuáticas más complejas. Las actividades de flotación deben seguir siendo una prioridad en las sesiones.

TERCERA: A incorporar ejercicios específicos que favorezcan la respiración controlada, como técnicas de respiración en apnea o actividades que desafíen la capacidad pulmonar, para que los niños aumenten su resistencia y confort en el agua, mejorando tanto su seguridad como su desempeño en la natación.

CUARTA: A diversificar los ejercicios de locomoción, es recomendable introducir ejercicios que permitan a los niños realizar desplazamientos más complejos y autónomos en el agua. Incorporar prácticas como el nado con diferentes estilos y movimientos más avanzados ayudará a los niños a mejorar su coordinación motora general, facilitando el paso hacia habilidades de natación más especializadas.



QUINTA: A aumentar la dificultad en los saltos al agua considerando que los niños han mejorado su habilidad para realizar saltos al agua desde plataformas bajas, se sugiere aumentar gradualmente la dificultad de los saltos, incorporando plataformas de mayor altura de manera segura. Esta práctica les permitirá ganar confianza y perfeccionar la técnica, lo que también fomentará una mayor seguridad en el agua.

SEXTA: A realizar un seguimiento continuo del progreso de los niños para asegurar que el avance de cada niño en las habilidades acuáticas se mantenga y continúe mejorando, se recomienda implementar evaluaciones periódicas y un seguimiento individualizado del progreso. Esto permitirá detectar cualquier área que necesite atención específica, asegurando que todos los niños continúen desarrollando sus habilidades acuáticas de forma segura y eficiente.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aceituno, C., Silva, R., & Cruz, R. (2020). Mitos y realidades la investigación científica (1ra ed.). Carlos Aceituno Huacani. <https://doi.org/https://repositorio.concytec.gob.pe/server/api/core/bitstreams/ca4464d4-169e-0301-da58-641ddde28ad3/content>
- Afanador Cruz, M. C. & Holguín Sánchez, V. (2022). *Incidencia de un programa de iniciación en natación fundamentado en el método de enseñanza descubrimiento guiado, que emplea como medio los juegos simbólicos en el aprendizaje de las habilidades motrices básicas acuáticas en población infantil de 4 a 6 años*[Tesis de Licenciatura, Licenciatura Unidad Central del Valle del Cauca]. <https://repositorio.uceva.edu.co/handle/20.500.12993/3608>
- Alderete, L. (2022). programas educativos en relación son un conjunto de actividades y proyectos. *Alborada de la Ciencia*, 2(2), 27-35. <https://doi.org/https://scholar.archive.org/work/vr4cfotjpfhbhfwnbvj6slpnii/accses/wayback/https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/albor/article/download/1115/1532>
- Angulo, P. (2022). *Metodología de la enseñanza de la natación en niños*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Europea de Madrid] Repositorio Institucional , España. Obtenido de <http://hdl.handle.net/20.500.12880/1729>
- Armenteros González, Y., Hernández Garay, A., Valero Inerarity, A., Reyes Barrizonte, E. A., Rivera Díaz, R., Armenteros González, Y., Hernández Garay, A., Valero Inerarity, A., Reyes Barrizonte, E. A. & Rivera Díaz, R. (2020). Juegos para desarrollar las habilidades motrices básicas en los nadadores de 6-7 años. *Conrado*, 16(77), 162–171. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000600162&lng=es&nrm=iso&tlng=pt
- 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. *Conrado*, 16(77). Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442020000600162&script=sci_arttext&tlng=pt



- Blanco , B., & Diaz , G. (2016). Adquisición de Habilidades Motrices Acuáticas en Niños de 3 A 11 Años. *Revista Kronos*, 15(2). Obtenido de <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&profile=ehost&scope=site&authtype=crawler&jrnl=15795225&asa=Y&AN=120828796&h=lj8f3bLVE0fh10VDlbyhGRJuxbYUmbgXQiKYAX7kEGfGCREDOSEx8wFrLZWmYd5yy3IU3r8kB9hphXxRDWs7w%3D%3D&crl=c>
- Bovi, F. & Palomino, A. (2009). La secuencia de las etapas de aprendizaje en natación infantil. *NSW Enseñanza*, 31(2), 32–37. http://www.movimientohumano.com/Fabio_Bovi_mejor_articulo_tecnico_2009.pdf
- Caiza , A., Mestre, U., Andino , R., & Chela , O. (2022). Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases educación física para educación primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 3370-3387. https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2470
- Calles , D. (2010). *Propuesta de un programa de enseñanza de la natación para ser utilizado en el Departamento de Cultura Física de la “UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI” ubicada en la ciudad de Latacunga, provincia de Cotopaxi, Ecuador*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Cotopaxi]. Obtenido de <https://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/1246/1/T-UTC-0871.pdf>
- Ccallo, A., & Ugarte, M. (2023). *Programa “Aprendo a nadar” para mejorar la iniciación en la natación en estudiantes del 2° de primaria-Institución Educativa Augusto Bouroncle Acuña de Puerto Maldonado-2023*. [Tesis de Licenciatura, Instituto de Educación Superior Pedagógico Público Nuestra Señora del Rosario] Repositorio Institucional . Obtenido de <https://repositorio.pedagogicomadrededios.edu.pe/handle/IESPPNSR/46>
- Castro Flórez, A. M., Moncada Gutiérrez, B. & Fernández Campo, F. J. (2023). Análisis de las habilidades motrices básicas en Instituciones Educativas. *GADE: Revista Científica*, 3(6), 138–155. <https://doi.org/10.1038/S41598-021-96177-Y>
- Castro , G., & Rios , D. (2021). Nivel de habilidades natatorias en niños de 4 a 6 años que asisten a los talleres de natación del Colegio Peruano - Chino Diez de Octubre, Confucio - 2018. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Callao]



Repositorio Institucional . Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12952/7514>

Castro, J., Gómez, L., & Camargo, E. (2023). La investigación aplicada y el desarrollo experimental en el fortalecimiento de las competencias de la sociedad del siglo XXI . Tecnura, 27(75), 140-17. <https://doi.org/https://doi.org/10.14483/22487638.19171>

Cirigliano, P., & Romero, E. (1989). Iniciación acuática para bebés: fundamentos y metodología. *Portal Regional da BVS*. Obtenido de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1197601>

Contreras, C. (2011). La importancia de la práctica de la natación en la educación de los niños y las niñas. *Lecturas: Educación física y deportes*(161). <https://doi.org/https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4189891>

Contreras Rodríguez, C. (2011). La importancia de la práctica de la natación en la educación de los niños y las niñas. *Lecturas: Educación Física y Deportes, ISSN-e 1514-3465, N°. 161, 2011, 161, 8*. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4189891&info=resumen&idoma=SPA>

Cristina , B., & Moreno, J. (2017). Importancia de la respiración en el aprendizaje acuático: fundamentación teórica e implicaciones prácticas. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*, 7(27), 39-56. <https://doi.org/https://www.foraqua.es/wp-content/uploads/2021/06/4.-IMPORTANCIA-de-la-RESPIRACION-en-el-APRENDIZAJE-ACUATICO.pdf>

DeCarlo, M. (2012). *Diseño preexperimental y cuasiexperimental*. Recuperado el 12 de diciembre de 2024, de Libre Texts Espanol: https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Trabajo_Social_y_Servicios_Humanos/Investigac

[i%C3%B3n_Cient%3ADfca_en_Trabajo_Social_\(DeCarlo\)/12%3A_Dise%3%Bl_o_Experimental/12.02%3A_Dise%3%Bl_o_preexperimental_y_cuasiexperimental](https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Trabajo_Social_y_Servicios_Humanos/Investigacion/Cientifica_en_Trabajo_Social_(DeCarlo)/12%3A_Dise%3%Bl_o_Experimental/12.02%3A_Dise%3%Bl_o_preexperimental_y_cuasiexperimental)

España Carracedo, A. (2020). *El medio acuático como escenario para el desarrollo de*



- habilidades motrices* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Valladolid].
<https://uvadoc.uva.es/handle/10324/42963>
- Garcés Abril, P. (2024). *Programa de natación: Nadando en Valores* [Tesis de Licenciatura, Universidad de Zaragoza]. <https://zaguan.unizar.es/record/146395#>
- García Becerra, E. E. (2022). Influencia del “Programa aprendo jugando” en el desarrollo de las habilidades motrices acuáticas en niños de 6 a 7 años en una academia de natación, Monterrico - 2021 [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. In *Repositorio Institucional*.
<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/87890>
- García Virguez, S. V. (2020). *Las habilidades motrices básicas acuáticas en la técnica del estilo libre en los niños de 6 - 7 años del Colegio Lev Vygotsky* [Tesis de Maestría, Universidad de las Fuerzas Armadas].
<http://repositorio.espe.edu.ec/handle/21000/21767>
- Gutierrez, & Moreno. (1998). *Respiracion, flotacion y equilibrio*.
- Hinojosa, J., Mamani, J., & Catacora, E. (2024). *Proyecto de tesis: Guía práctica para investigación cuantitativa* (1ra ed.). Editora Científica Digita. Obtenido de <https://downloads.editoracientifica.com.br/books/978-65-5360-556-5.pdf>
- Hulteen, R., Morgan, P., Barnett, L., Stodden, D., & Lubans, D. (2018). Desarrollo de habilidades motoras fundamentales: un modelo conceptual para la actividad física a lo largo de la vida. *Medicina deportiva*, 48, 1533–1540.
<https://doi.org/https://link.springer.com/article/10.1007/s40279-018-0892-6>
- López, J. (2024). *Muestra estadística: Qué es, tipos y ejemplos*. Obtenido de Economipedia: <https://economipedia.com/definiciones/muestra-estadistica.html>
- Luna Rojas, H. F., Moscoso García, R. F., Ávila Mediavilla, C. M. & Jarrín Navas, S. A. (2020). Las habilidades motrices básicas como base para la educación física en primaria. *Polo Del Conocimiento: Revista Científico - Profesional*, ISSN-e 2550-682X, Vol. 5, N°. 11, 2020, Págs. 100-115, 5(11), 100–115.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659468&info=resumen&idoma=SPA>



- Mamani , A. (2023). Las habilidades fundamentales básicas de la natación en los estudiantes del primer grado la Institución Educativa San Jerónimo de Asillo. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano] Repositorio Institucional . Obtenido de <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/20443>
- Massimo, C., Bona, R., & Hausheer, L. (2020). Locomoción humana: modelos y variables biomecánicas. *Pensar en Movimiento: Revista de ciencias del ejercicio y la salud*, 18(2), 1 - 30. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15517/pensarmov.v18i2.41360>
- Marín Castaño, J. P. & Espinosa Hernández, E. (2023). Diseño y validación de una batería para la evaluación técnica del estilo de natación crol. *Revista Iberoamericana de Ciencias de La Actividad Física y El Deporte*, 12(3), 29–41. <https://doi.org/10.24310/RICCAFD.12.3.2023.17884>
- Mendizabal , E. (2024). Análisis del nivel de interés por el aprendizaje de la natación estilo crol en estudiantes de sexto grado de primaria de la Institución Educativa Yachay School Puno - periodo 2022. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano] Repositorio Insticucional . Obtenido de <https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/22451>
- Morales Ortizn, E. (2010). Propuesta educativa El agua como medio de enseñanza: importancia de la evaluación. *RETOS. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 17, 72–75. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732283015.pdf>
- Moreno, J. A. & Tella, V. (1995). Recursos pedagógicos en las actividades acuáticas. *Actividades Acuáticas Educativas, Recreativas y Competitivas*, 47–88. <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=-FAXEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA28&dq=la+sumercion+acuatica+&ots=6hFOi1cCAO&sig=3xxPUh-mBK5v6vFHRG6AWutvQmk#v=onepage&q=la+sumercion+acuatica&f=false>
- Moreno, J., Albarracín, A. & De paula, L. (2022). *Aportes pedagógicos acuáticos* (E. e H. A. Asociación Iberoamericana de Educación Acuática (ed.); 1ra ed.). <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=uXhgEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=P>



A81&dq=habilidades+motrices+acuaticas&ots=IkdK9KgR5E&sig=6RWdvrgQ
Me4vNhrQm-xfN_6CEIY#v=onepage&q=habilidades motrices
acuaticas&f=false

Morquecho Sumba, L. F. (2023). *La fase de ambientación al agua en el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños de 4 a 6 años de edad del club de natación "ESNNAT"* [Tesis de Licenciatura, Universidad de las Fuerzas Armadas].
<https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/36241/1/T-ESPE-052729.pdf>

Narvaez , E., & Rua , H. (2023). Estilo Crol en el nivel de flexibilidad de los estudiantes del sexto grado "A" de educación primaria en la Institución Educativa "Mariscal Cáceres", Ayacucho - 2022. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de San Cristobal de Huamanga] Repositorio Institucional . Obtenido de <http://repositorio.unsch.edu.pe/handle/UNSCH/5882>

Oblitas , F., & 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. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional San Agustín de Arequipa] Repositorio Institucional . Obtenido de <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9933>

Plaza Escandón, H. D. & Acosta Reyes, J. J. (2023). *Pedagogía de la Natación* (1ra ed.). CID - Centro de Investigación y Desarrollo. https://doi.org/10.37811/cli_w1001

Pilco, R. (2013). *La natación y su importancia en el desarrollo físico de los estudiantes de sexto año de básica de la Escuela Antonio Álvarez Jácome del cantón Riobamba, provincia de Chimborazo*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato] Repositorio Institucional . Obtenido de <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/3980>

Quinto Cevallos, E. G. (2022). Actividades físicas lúdicas en la enseñanza del estilo libre de natación para niños de nueve años. *Ciencia y Deporte*, 7(2), 17–33. <https://doi.org/10.34982/2223.1773.2022.V7.NO2.002>

Quishpe Veloz, K. A. & Torres Palchisaca, Z. G. (2021). Juegos Predeportivos en el Proceso Formativo de la Natación. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, ISSN-e 2542-3088, Vol. 6, Nº. Extra 2, 2021 (Ejemplar Dedicado a: Especial:



Educación), *Págs.* 546-567, 6(2), 546–567.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7968478&info=resumen&idoma=SPA>

Rojas, E. (2020). *Desarrollo de las habilidades motrices acuáticas fundamentales con escolares de V ciclo de Glorioso San Carlos, 2017*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano] Repositorio Institucional . Obtenido de <http://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/15037>

Romero, H., Real, J., Ordoñez, J., Gavino , G., & Saldarriaga, G. (2021). *Metodología de la investigación* (1ra ed.). Edicumbre Editorial Corporativa.
<https://doi.org/https://doi.org/10.47606/ACVEN/ACLIB0017>

Sánchez Lastra, M. A., Martínez Lemos, R. I., Díaz, R., Villanueva, M. & Ayán Pérez, C. (2020). Efecto de un programa de natación en la condición física de preescolares. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación, ISSN-e 1988-2041, ISSN 1579-1726, N°. 37, 2020, Págs. 48-53, 37, 48–53*.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7243247&info=resumen&idoma=ENG>

Simón Piqueras, J. Á., Cano Noguera, F., Zamorano-García, D. & Gil Madrona, P. (2023). Efecto de un programa de iniciación a la natación basado en juegos motores acuáticos sobre la autoestima corporal y socio afectiva en niñas y niños de 5 y 6 años de edad. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 26(3), 75–88. <https://doi.org/10.6018/REIFOP.570041>



ANEXOS



ANEXO 1. Matriz de consistencia

TITULO: Programa De Habilidades Motrices Acuáticas Para Las Niñas Y Niños De 6 A 7 Años En El Club inkaman Puno Perú

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>General ¿Cuál es la eficacia del programa de habilidades motrices acuáticas para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú?</p> <p>Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de sumersión en las niñas y niños de 06-07 años? • ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de flotación en las niñas y niños de 06-07 años? • ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de respiración en las niñas y niños de 06-07 años? • ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de locomoción en las niñas y niños de 06-07 años? • ¿Cuál es el desarrollo de la habilidad de saltos al agua en las niñas y niños de 06-07 años? 	<p>General Determinar la eficacia del programa de habilidades motrices acuáticas para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.</p> <p>Específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluar el desarrollo de la habilidad de sumersión en las niñas y niños de 06-07 años. • Evaluar el desarrollo de la habilidad de flotación en las niñas y niños de 06-07 años. • Evaluar el desarrollo de la habilidad de respiración en las niñas y niños de 06-07 años. • Evaluar el desarrollo de la habilidad de locomoción en las niñas y niños de 06-07 años. • Evaluar el desarrollo de la habilidad de saltos al agua en las niñas y niños de 06-07 años. 	<p>Ha: El programa de habilidades motrices acuáticas ES EFICAZ para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.</p> <p>Ho: El programa de habilidades motrices acuáticas NO ES EFICAZ para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.</p>	<p>Variable independiente: Programa</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sumersión • Flotación • Respiración • Locomoción • Saltos al agua <p>Variable dependiente: habilidades motrices</p>	<p>Enfoque de la investigación: cuantitativo</p> <p>Muestra: por conveniencia</p> <p>Diseño: pre experimental</p> <p>Instrumento: Test de evaluación habilidades básicas</p> <p>Escala:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deficiente • Satisfactorio • Bueno



ANEXO 2. Programa de habilidades motrices acuáticas

PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS PARA NIÑOS DE 06-07 AÑOS DE EDAD.

I. DATOS INFORMATIVOS

1.1	Institución	Club Natación Inkaman
1.2	Docente	Cristian Ajrota Barrientos
1.3	Género y Edad	Niñas y niños de 06-07 años.
1.4	Piscina	Universitaria UNAP
1.5	Año	2023-2024

II. JUSTIFICACIÓN

La importancia de la enseñanza de la natación en edades tempranas es fundamental, ya que su aprendizaje conlleva una serie de beneficios integrales (Brito, 2024). Las habilidades motrices acuáticas son fundamentales para aprender técnicas de nado, es capital importante desarrollar sus habilidades de las niñas y niños antes de los 07 años, ya que se observa en los festivales de natación inicia desde los 06 años denominado categoría pre-mínima. A demás los niños deben tener un desarrollo multilateral en sus habilidades motores.

El agua y el niño: A los niños les encanta las piscinas con agua temperadas y aprender a nadar o jugar con el agua, entonces es punto clave de desarrollar sus habilidades motrices básicas. Los padres de familia deben de matricular a sus hijos en las academias de natación desde tempranas edades como 04-

III. OBJETIVOS

General.

Desarrollar las habilidades motrices acuáticas en las niñas y niños de 06-07 años de edad en el club natación Inkaman Puno Perú.

Específicos:

- Evaluar el desarrollo de la habilidad de sumersión en las niñas y niños de 06-07 años.
- Evaluar el desarrollo de la habilidad de flotación en las niñas y niños de 06-07 años.
- Evaluar el desarrollo de la habilidad de respiración en las niñas y niños de 06-07 años.
- Evaluar el desarrollo de la habilidad de locomoción en las niñas y niños de 06-07 años.
- Evaluar el desarrollo de la habilidad de saltos al agua en las niñas y niños de 06-07 años.



IV. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Sesión	Nombre	Objetivo	Ejercicios	Recursos
1	¡Aguas Abiertas!	Evaluar las habilidades motrices acuáticas.	Habilidades de: flotación, sumersión, respiración, locomoción, saltos al agua.	Piscina, cronómetro, silbato, ficha de evaluación.
2	¡Amigos del Agua!	Familiarizar a los niños con el agua y sus propiedades.	Juegos de agua: Juegos de salpicar, jugar con flotadores, buscar objetos en el agua. Ejercicios de respiración: Sumergir la cabeza y respirar con la cara fuera del agua. Flotación: Flotación boca arriba y boca abajo con ayuda de tablas y tubos.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
3	¡Respirando como peces!	Enseñar la técnica de respiración.	Respiración en lavatorios Practicar la respiración con la cabeza fuera del agua. Respiración frontal: Sumergir la cabeza y respirar por el lado, girando la cabeza hacia el aire.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
4	Flotamos como un barco	Enseñar flotaciones.	Flotación con tabla: Practicar la patada de crol con una tabla para mantener el equilibrio. Flotación estática y dinámica: Practicar las flotaciones.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
5	Sumersiones como una orca	Enseñar sumersiones.	Sumergir la cara, el cuello, las mano, todo el cuerpo con asistencia de bastones,	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
6	Nos movemos como delfines	Coordinar movimientos de brazos y pies.	Caminar con boya y tubos Brazadas dentro del agua, asimétrico y simétrico.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
7	¡Movernos como delfines en el agua!	Coordinar movimientos de brazos y pies.	Deslizamiento en el agua, juegos de flotación y sumersión.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
8	¡Locomociones en el agua!	Desarrollar la coordinación de movimiento.	Nadar con apoyo asistido con tubo, boya y tablas en 5m hasta 10m.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
9	¡Practicamos respiraciones	Desarrollar la coordinación con las respiraciones	Respiraciones de boca a boca, boca nariz, boca nariz y boca.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
10	¡Saltos al agua como Tiburones!	Enseñar las técnicas de saltos.	Salto con tubos: Practicar los saltos con un tubo y tabla para mantener el equilibrio. Saltos con tablas: Practicar saltos desde borde de la piscina.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.



11	¡Sumersiones en busca de tesoros!	Mejorar sumersiones.	Sumersiones estáticas: Practicar el crol a diferentes velocidades para aumentar la resistencia. Sumersiones dinámicas: Practicar el crol a diferentes distancias para aumentar la resistencia.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
12	¡Me apasiono con nado de perrito!	Perfeccionar la locomoción general.	Locomociones: Caminar con boya y tubos Brazadas dentro del agua, asimétrico y simétrico. Pataleos con tablas en 5m hasta 10m.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
13	¡Pasar los obstáculos!	Perfeccionar la habilidad de sumersiones.	Juegos de sumersión: Pasar túnel de aros, tune de pies, túnel largo.	Piscina, balón de voleibol de agua o flotador grande, red.
14	¡Flotamos en diferentes posiciones!	Perfeccionar las flotaciones.	Flotaciones. * de diferentes formas y materiales en diferentes distancias: Practicar el crol a diferentes distancias para aumentar la resistencia.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
15	¡Saltos al agua!	Desarrollar la confianza en los saltos.	Juegos de saltos al agua: saltos con tubos, con tablas y sin nada. .	Piscina, cronómetro, silbato, tablas.
16	Propulsión o locomoción.	Desarrollar la técnica de nado perrito.	Con tablas sin tablas caminando, frontales laterales, en pares y en grupo. Nadar con tubo y boya sin tablas en 5m hasta 10m.	Piscina, balón de voleibol de agua o flotador grande, red.
17	¡Respiraciones laterales!	Corregir las formas de respiraciones .	Respiraciones de boca a boca, boca nariz, boca nariz y boca. Con tablas y sin tablas.	Piscina, tablas.
18	¡Mi equipo, los truchas!	Perfeccionar la técnica de nado perrito.	Locomociones: Los niños se dividen en dos equipos y se colocan en la línea de salida. El primer nadador de cada equipo nada una distancia corta, y al llegar al final, toca al siguiente nadador de su equipo. El equipo que complete la distancia primero gana.	Piscina, cronómetro, silbato, tablas.
19	Propulsiones.	Desarrollar la técnica de nado perrito.	Nadar con tubo y boya sin tablas en 10, 20 y 25m. con pateo crol y manos de nado perrito.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
20	¡Competencia de pataleos!	Perfeccionar la técnica de crol.	Pateo de Crol: Los niños se dividen en dos equipos y se colocan en la línea de salida. El primer nadador de cada equipo nada una distancia corta, y al llegar al final, toca al siguiente nadador de su equipo. El equipo que complete la distancia primero gana.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
21	¡Nadar sin materiales!	Perfeccionar la técnica de nado perrito.	Nado de perrito: Nadar 5m: con tubos. Nadar 10m: Sin tubos.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
22	¡Yo compito con tabla!	Perfeccionar la técnica de pateo crol.	Carrera de pataleos con tabla: Los niños se dividen en dos equipos y se colocan en la línea de salida. El primer nadador de cada equipo	Piscina, tablas, tubos, flotadores,



			nada una distancia corta, y al llegar al final, toca al siguiente nadador de su equipo. El equipo que complete la distancia primero gana.	boyas y música.
23	¡Practicamos flotaciones en espalda!	Perfeccionar las técnicas de flotaciones	Flotaciones decúbito ventral: Practicar con tabla y sin tabla. Flotaciones decúbito dorsal: Practicar de espaldita con tubo y sin tubo.	Piscina, tablas, tubos, flotadores, boyas y música.
24	¡Evaluación final!	Evaluar las habilidades motrices acuáticas.	Habilidades de: flotación, sumersión, respiración, locomoción, saltos al agua.	Piscina, cronómetro, silbato, ficha de evaluación, tablas.

V. EVALUACIÓN DE LOS RESULTADOS

¿Se lograron los objetivos del programa?

Se evaluará la mejora en las habilidades motrices acuáticas de los niños, la técnica de crol, la velocidad y la eficiencia en la natación.

¿Cómo se desarrolló el programa?

Se analizará la participación, el progreso y la satisfacción de los niños durante el programa.

Satisfacción de los niños y padres de familia.

Se obtendrá retroalimentación de los niños y sus padres sobre la experiencia del programa.

Cuadro de evaluación:

Criterios	Deficiente (1)	Satisfactorio (2)	Bueno (3)
Flotación	No mantiene la flotación, se hunde rápidamente.	Mantiene la flotación de manera inestable durante poco tiempo.	Mantiene una flotación estable y controlada, sin esfuerzo excesivo.
Sumersión	No realiza la sumersión de manera correcta o no la realiza.	Realiza la sumersión de manera incompleta o con dificultad.	Realiza la sumersión correctamente, sin miedo o dificultad.
Locomoción	No logra desplazarse o se desplaza con dificultad.	Se desplaza en el agua, pero con poca coordinación y esfuerzo.	Se desplaza eficientemente y con buena coordinación, manteniendo el ritmo.
Respiración	No coordina la respiración o la hace de forma incorrecta.	Coordina la respiración de manera irregular.	Coordina la respiración de manera fluida y natural con los movimientos.



Criterios	Deficiente (1)	Satisfactorio (2)	Bueno (3)
Saltos al agua	No realiza el salto correctamente o tiene miedo de saltar.	Realiza el salto de manera básica, con algo de inseguridad.	Realiza el salto al agua de manera controlada y con confianza.

VI. BIBLIOGRAFÍA

- Brito, M. D. (2024). Natación en niños: Beneficios científicos para un desarrollo acuático temprano. *MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 3(8), 700–718. <https://doi.org/10.56200/mried.v3i8.7640>
- Contreras, C. R. (2011). La importancia de la práctica de la natación en la educación de los niños y las niñas. *Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 161 (Educación Física y deportes, Revista Digital). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4189891.pdf>
- Quishpe-Veloz, K. A., & Torres-Palchisaca, Z. G. (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>
- Simón-Piqueras, J. Á., Cano-Noguera, F., Zamorano-García, D., & Gil-Madróna, P. (2023). Efecto de un programa de iniciación a la natación basado en juegos motores acuáticos sobre la autoestima corporal y socio afectiva en niñas y niños de 5 y 6 años de edad. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado*, 26(3), 75–88. <https://doi.org/10.6018/reifop.570041>



ANEXO 3. Base de datos para la evaluación de entrada y salida

Base datos de la evaluación de entrada

N°	Flotación			Sumersión			Locomoción			Respiración			Saltos al agua			Resultado cualitativo	Resultado cuantitativo
	D	S	B	D	S	B	D	S	B	D	S	B	D	S	B		
1	X			X			X			X			X			D	9
2	X			X			X			X			X			D	9
3	X			X			X			X			X			D	9
4	X			X			X			X			X			D	9
5	X			X			X			X			X			D	10
6	X			X			X			X			X			D	10
7	X			X			X			X			X			D	10
8	X			X			X			X			X			D	10
9	X			X			X			X			X			D	10
10	X			X			X			X			X			D	11
11	X		X					X		X			X			D	12
12	X		X					X		X			X			D	13

Base datos de la evaluación de salida

N°	Flotación			Sumersión			Locomoción			Respiración			Saltos al agua			Resultado cualitativo	Resultado cuantitativo
	D	S	B	D	S	B	D	S	B	D	S	B	D	S	B		
1		X			X			X			X			X		S	15
2			X		X			X			X			X		S	15
3			X			X			X		X			X		S	16
4			X			X			X			X		X		S	16
5			X			X			X			X			X	B	18
6			X			X			X			X			X	B	18
7			X			X			X			X			X	B	19
8			X			X			X			X			X	B	19
9			X			X			X			X			X	B	19
10			X			X			X			X			X	B	20
11			X			X			X			X			X	B	20
12			X			X			X			X			X	B	20



ANEXO 4. Instrumento validado



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DE EXPERTO

El que suscribe Salvador Mamani Mamani identificado con DNI N° 40227592 hago constar que el instrumento de recolección de datos del Trabajo de Investigación Titulado

PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS PARA LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 6-7 AÑOS EN EL CLUB INKAMAN PUNO PERÚ.

cuyo autor es el (la) estudiante:

CRISTIAN AJROTA BARRIENTOS, reúne los requisitos suficientes y necesarios para ser considerados válidos y confiables y por lo tanto, aptos para ser aplicados en el trabajo de campo y para el logro de los objetivos que desea obtener.

Constancia que se expide a petición de la parte interesada a los 15 días del mes de marzo del año **2023**.

Atentamente

Firma

Nombre y Apellidos del Experto

DNI N° 40227592



MATRIZ DE VALIDACIÓN

Título:		PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS PARA LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 6-7 AÑOS EN EL CLUB INKAMAN PUNO PERÚ.												
Objetivo:		Determinar la eficacia del programa de habilidades motrices acuáticas para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.												
Variable	Dimensión	Indicador	Medición		Criterios de evaluación						Observaciones y/o recomendaciones			
			D	S	B	Coherencia entre la variable y dimensión	Coherencia entre la dimensión y el indicador	Coherencia entre el indicador y el ítem	Coherencia entre el ítem y la medición	La redacción es clara, precisa y comprensible				
			SI	No	SI	No	SI	No	SI	No	SI	No		
Programa de habilidades motrices acuáticas.	Flotación	No mantiene la flotación, se hunde rápidamente.												
		Mantiene la flotación de manera inestable durante poco tiempo.												
		Mantiene una flotación estable y controlada, sin esfuerzo excesivo.												
Sumersión	No realiza la sumersión de manera correcta o no la realiza.													
	Realiza la sumersión de manera incompleta o con dificultad.													
Locomoción	No logra desplazarse o se desliza con dificultad.													
	Se desliza en el agua, pero con poca coordinación y esfuerzo.													
	Se desliza eficientemente y con buena coordinación, manteniendo el ritmo.													
Respiración	No coordina la respiración o la hace de forma incorrecta.													
	Coordina la respiración de manera irregular.													
Saltos al agua	Coordina la respiración de manera fluida y natural con los movimientos.													
	No realiza el salto correctamente o tiene miedo de saltar.													
		Realiza el salto de manera básica, con algo de inseguridad.												
		Realiza el salto al agua de manera controlada y con confianza.												

ESCALA:

D = DEFICIENTE

(0-13); (0-69%)

S = SATISFACTORIO

(14-17); (70-89%)

B = BUENO

(18-20); (90-100%)

Atentamente,

Dr. Salvador Mamani Mamani
DOCENTE
EPEF - UNAP



CONSTANCIA DE VALIDACIÓN DE EXPERTO

El que suscribe Basilide Avilés Puma identificado con DNI N° 01338147 hago constar que el instrumento de recolección de datos del Trabajo de Investigación Titulado

PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS PARA LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 6-7 AÑOS EN EL CLUB INKAMAN PUNO PERÚ.

cuyo autor es el (la) estudiante:

CRISTIAN AJROTA BARRIENTOS, reúne los requisitos suficientes y necesarios para ser considerados válidos y confiables y por lo tanto, aptos para ser aplicados en el trabajo de campo y para el logro de los objetivos que desea obtener.

Constancia que se expide a petición de la parte interesada a los 15 días del mes de marzo del año **2023**.

Atentamente



Firma

Nombre y Apellidos del Experto

DNI N° 01338147
Dr. Basilide Avilés Puma
DOCENTE - FCEDUC
UNA - PUNO

Universidad Nacional del Altiplano Puno
Facultad de Ciencias de la Educación
Post grado

MATRIZ DE VALIDACIÓN

Título:		PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS PARA LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 6-7 AÑOS EN EL CLUB INKAMAN PUNO PERÚ.													
Objetivo:		Determinar la eficacia del programa de habilidades motrices acuáticas para las niñas y niños de 6-7 años en el Club Inkaman Puno Perú.													
Variable	Dimensión	Indicador	Medición		Criterios de evaluación						Observaciones y/o recomendaciones				
			D	S	Coherencia entre la variable y dimensión		Coherencia entre la dimensión y el indicador		Coherencia entre el indicador y el ítem		Coherencia entre el ítem y la medición		La redacción es clara, precisa y comprensible		
					Si	No	Si	No	Si	No	Si	No			
Programa de habilidades motrices acuáticas.	Flotación	No mantiene la flotación, se hunde rápidamente.													
		Mantiene la flotación de manera inestable durante poco tiempo.													
		Mantiene una flotación estable y controlada, sin esfuerzo excesivo.													
	Sumersión	No realiza la sumersión de manera correcta o no la realiza.													
		Realiza la sumersión de manera incompleta o con dificultad.													
	Locomoción	Realiza la sumersión correctamente, sin miedo o dificultad.													
		No logra desplazarse o se desliza con dificultad.													
		Se desliza en el agua, pero con poca coordinación y esfuerzo.													
	Respiración	Se desliza eficientemente y con buena coordinación, manteniendo el ritmo.													
		No coordina la respiración o la hace de forma incorrecta.													
		Coordina la respiración de manera irregular.													
	Saltos al agua	Coordina la respiración de manera fluida y natural con los movimientos.													
		No realiza el salto correctamente o tiene miedo de saltar.													
		Realiza el salto de manera básica, con algo de inseguridad.													
		Realiza el salto al agua de manera controlada y con confianza.													

ESCALA:

D = DEFICIENTE (0-13); (0-69%)

S = SATISFACTORIO (14-17); (70-89%)

B = BUENO (18-20); (90-100%)

Atentamente,

Dr. Basilio Ayllón Palma
DOCENTE / FCEDUG
UNA - PUNO

ANEXO 5. Evidencias fotos.







ANEXO 6. Constancia de ejecución del trabajo de investigación



**CLUB NATACION INKAMAN
PUNO – PERÚ**



R.N° 561-DNCTD-RND-06

CONSTANCIA

EL PRESIDENTE DEL CLUB NATACIÓN INKAMAN PUNO - PERÚ,
HACE CONSTAR:

Que, el entrenador de natación: **CRISTIAN AJROTA BARRIENTOS** con DNI 73806384, Realizó su investigación, aplicando el programa de habilidades motrices acuáticas a los niños y niñas de 06-07 años en los meses agosto, setiembre y octubre del 2023. Actualmente continúa desempeñándose como entrenador de las categorías menores de natación, con buenos resultados en los diferentes eventos de competencias tanto locales nacionales e internacionales de natación, lo acredita con resoluciones la UGEL, DREP y IPD Puno, demostrando valores y principios deportivos.

Se le expide el presente documento a la solicitud del interesado, para los fines por conveniente.

Puno, noviembre del 2024

Dr. Salvador Mamani Mamani

Presidente del Club Inkaman

Puno-Perú



ANEXO 7. 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 CRISTIAN AJROTA BARRIENTOS
identificado con DNI 73806384 en mi condición de egresado de:

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

EDUCACIÓN FÍSICA

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

"PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACÁTICAS PARA
LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 6 A 7 AÑOS EN EL CLUB
INKAMAN PUNO PERU"

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 16 de DICIEMBRE del 2014


FIRMA (obligatoria)



Huella



ANEXO 8. Autorización para el depósito de tesis al 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 CRISTIAN AJROTA BARRIENTOS
identificado con DNI 73806384 en mi condición de egresado de:

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

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

" PROGRAMA DE HABILIDADES MOTRICES ACUÁTICAS PARA
LAS NIÑAS Y NIÑOS DE 6 A 7 AÑOS EN EL CLUB
INKAMAN PUNO PERU "

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 16 de DICIEMBRE del 20 4


FIRMA (obligatoria)



Huella