



Universidad Nacional Mayor de San Marcos

Universidad del Perú. Decana de América

Facultad de Educación

Escuela Profesional de Educación Física

**Adaptación de los recursos y medios para la enseñanza
de natación en las clases de educación física de la
Institución Educativa N° 1070 Melitón Carvajal de
Lince, Lima**

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

**Para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación
Física**

AUTOR

Martín Alonso ARICOCHEA MARCELO

ASESOR

Dr. Carlos Wyly DEXTRE MENDOZA

Lima, Perú

2024



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Aricochea, M. (2024). *Adaptación de los recursos y medios para la enseñanza de natación en las clases de educación física de la Institución Educativa N° 1070 Melitón Carvajal de Lince, Lima*. [Trabajo de suficiencia profesional de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Educación, Escuela Profesional de Educación Física]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Martin Alonso Aricochea Marcelo
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	73646332
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0002-0083-637X
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Carlos Wyly Dextre Mendoza
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	10389035
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-1360-739X
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Hernando Diaz Andia
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	06045204
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Chavez Alvan Luis Martin
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07295790
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Freddy Alejandro Soto
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	31189691

Datos de investigación	
Línea de investigación	EDUCACION Y ACTIVIDAD CORPORAL
Grupo de investigación	INVESTIGACION PROPIA
Agencia de financiamiento	FINANCIAMIENTO PROPIO
Ubicación geográfica de la investigación	Lima, Distrito Lince 12°05'09"S 77°02'08"O
Año o rango de años en que se realizó la investigación	ABRIL 2019- JUNIO 2019
URL de disciplinas OCDE	EDUCACION, EDUCACION GENERAL http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.03.01



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL
N° 044-2024-EPEF-FE/UNMSM
(R.R. 007393-R-22)

En la ciudad de Lima, a los 20 días del mes de diciembre de 2024, siendo las 09:00 horas, se reunió en acto público el Jurado Examinador para la sustentación del Trabajo Suficiencia Profesional titulada: **ADAPTACIÓN DE LOS RECURSOS Y MEDIOS PARA LA ENSEÑANZA DE NATACIÓN EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 1070 MELITÓN CARVAJAL DE LINCE, LIMA**, que presenta el Bachiller; **MARTÍN ALONSO ARICOCHEA MARCELO**, para optar el Título Profesional de Licenciado en Educación Física.

Luego de la exposición del graduado el jurado procedió a formular primero las preguntas relacionadas a su sustentación y las 10 preguntas del balotario de las asignaturas terminales de la carrera profesional, se procedió a la calificación individual y secreta, habiendo sido evaluado APROBADO, con la calificación de QUINCE (15).

Como testimonio del acto realizado, cada uno de los miembros del jurado procedió a suscribir la presente ACTA para que sea remitida a las instancias correspondientes, a fin de que se expida previo trámite administrativo, el diploma que acredite al bachiller como Licenciado en Educación Física.

En señal de conformidad, siendo las 09:45 horas se suscribe la presente acta, dándose por concluido el acto.


Dr. HERNANDO DÍAZ ANDIA
Presidente


Dr. CARLOS WYLY DEXTRE MENDOZA
Asesor


Mg. LUIS MARTÍN CHÁVEZ ALVAN
Jurado Informante


Mg. FREDDY ALEJANDRO SOTO ZEDANO
Jurado Informante



ACTA DE EVALUACIÓN DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE SUFICIENCIA
PROFESIONAL PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO
EN EDUCACIÓN FÍSICA
(R.R. 007393-R-22)

NOMBRE DEL AUTOR: MARTÍN ALONSO ARICOCHEA MARCELO

TÍTULO DE TRABAJO SUFICIENCIA PROFESIONAL:

ADAPTACIÓN DE LOS RECURSOS Y MEDIOS PARA LA
ENSEÑANZA DE NATACIÓN EN LAS CLASES DE
EDUCACIÓN FÍSICA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
N° 1070 MELITÓN CARVAJAL DE LINCE, LIMA.

JURADO INTEGRADO POR LOS PROFESORES:

PRESIDENTE : Dr. HERNANDO DIAZ ANDIA
JURADO INFORMANTE : Mg. LUIS MARTIN CHAVEZ ALVAN
JURADO INFORMANTE : Mg. FREDDY ALEJANDRO SOTO ZEDANO
ASESOR : Dr. CARLOS WYLY DEXTRE MENDOZA

CALIFICACIÓN:

SUSTENTACIÓN (70%): 11 (ONCE)

BALOTARIO (30%): 4 (CUATRO)

RESULTADO FINAL: 15 (QUINCE)

APROBADO CON MENCIÓN : APROBADO

Lima, 20 de diciembre del 2024

Dr. HERNANDO DIAZ ANDIA
Presidente

Dr. CARLOS WYLY DEXTRE MENDOZA
Asesor

Mg. LUIS MARTIN CHAVEZ ALVAN
Jurado Informante

Mg. FREDDY ALEJANDRO SOTO ZEDANO
Jurado Informante

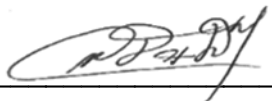


CERTIFICADO DE SIMILITUD

RESOLUCIÓN RECTORAL-007691-2024-R

Yo Dextre Mendoza Carlos Wyly en mi condición de asesor acreditado con el Dictamen N° 151-2024-EPEF-FE/UNMSM de la tesis/monografía/informe de investigación/trabajo académico, cuyo título es **ADAPTACIÓN DE LOS RECURSOS Y MEDIOS PARA LA ENSEÑANZA DE NATACIÓN EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 1070 MELITÓN CARVAJAL DE LINCE, LIMA**, presentado por el **bachiller**/magíster/egresado/licenciado/estudiante **ARICOCHEA MARCELO, Martín Alonso**, para optar el grado/título/especialidad de Educación Física **CERTIFICO** que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante el software de similitud textual, el documento evaluado cuenta con el porcentaje de 8 % de similitud, nivel **PERMITIDO** para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional**.

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del grado/ título/ especialidad correspondiente.

Firma del Asesor  DNI: 10389035

Nombres y apellidos del asesor: Carlos Wyly Dextre Mendoza

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mis padres, que gracias a su apoyo incondicional han sido el soporte en cada uno de mis pasos de alcanzar mis metas. A ellos, quienes me han guiado son ejemplo de superación que me inspira a seguir avanzando superando cada desafío. También a mis amigos y compañeros, que me han brindado su amistad y motivación en este proceso y a todos aquellos que han sido parte de mi crecimiento personal y profesional.

AGRADECIMIENTO

Agradezco gratamente a los docentes, quienes me han brindado las herramientas necesarias y haber transmitido sus conocimientos en mis estudios. Sus enseñanzas han influido y han sido parte de mi formación personalmente y profesional. También agradezco a mi familia, quienes con su apoyo constante me han dado el soporte de no rendirme ante algunas adversidades. A mis amigos, por la motivación brindada en nuestra etapa académica, y a todas las personas que me impulsan a alcanzar mis metas.

I. INTRODUCCIÓN

La educación en el área escolar, la practica en el medio acuático en el desarrollo de las clases de educación física no solo implica la enseñanza de contenidos y adquisición de habilidades acuáticas, sino también de fomentar la seguridad, confianza de sí mismo logrando que el aprendizaje sea significativo y puedan evidenciarlo en actividades extracurriculares con sus amistades o familia. Pese a esto, nos podríamos encontrar con ciertos desafíos significativos en relación a la infraestructura de las instalaciones acuáticas y la disponibilidad de recursos didácticos cuando estos no cumplen su propósito y no se adecuan a las necesidades de los estudiantes (de Paula, 2018).

En este informe, evidenciamos que hay dos aspectos que influye negativamente en la calidad de la enseñanza de la educación física en el medio acuático limitando el aprendizaje o que el desarrollo de habilidades acuáticas sea más lento: la naturaleza antipedagógica de la piscina y la notable ausencia de material didáctico adaptado a estas clases. A pesar de ser diferente estos dos aspectos, llegan a ser un obstáculo en la enseñanza y dificulta el proceso de aprendizaje en los estudiantes. (Herrera, 2013)

En primer lugar, vamos a analizar cómo la estructura la piscina puede tener un impacto negativo en los estudiantes, particularmente en aquellos que por primera vez van a vivenciar una nueva experiencia en un medio no habitual como el acuático, en el desarrollo de las clases de educación física. De tal manera más adelante, ahondaremos sobre el impacto de la falta de recursos didácticos que sean adecuados para estas clases, analizando cómo esta carencia limita la efectividad de las lecciones y la adquisición de habilidades acuáticas.

Este análisis sobre mi informe de suficiencia profesional, tiene como principal objetivo poder identificar las diferentes carencias sobre el entorno de la enseñanza de la natación dentro del curso de educación física. Al desarrollarlo, mi intención es dar a conocer en que aspecto se puede mejorar generando un cambio positivo en la calidad y eficacia de las clases en el medio acuático como herramienta de la educación física.

II. OBJETIVOS

2.1 Objetivo general

Analizar la problemática derivada de la necesidad de recursos y material didáctico para la enseñanza de natación en las clases de E.F de la Institución Educativa N° 1070 Melitón Carvajal de Lince, Lima

2.2 Objetivos específicos

- Identificar los aspectos específicos en la infraestructura de la piscina que dificultan el proceso de enseñanza y aprendizaje de la natación.
- Evaluar la disponibilidad y diversidad de material didáctico de natación.
- Analizar el impacto de recursos y material didáctico en el desarrollo de habilidades acuáticas de los estudiantes.

III. CONTEXTO DE LA ACTIVIDAD

3.1 Institución donde se desarrolló la actividad

La Institución donde se desarrolló el periodo académico fue la Institución Educativa N° 1070 Melitón Carvajal de Lince, Lima.

- Ubicación geográfica: Av. Leonidas Yerovi 2120
- Ubicación administrativa: UGEL 03.
- Coordenadas: -12.083937302636324, -77.0268376

Figura 1

Ubicación de la institución educativa N° 1070 Melitón Carvajal de Lince, Lima.



3.2 Período de duración

La Práctica Pre Profesional III duró 2 meses, comenzando el 25 de abril de 2019 y concluyendo el 27 de junio de 2019, con un total de 14 sesiones de aprendizaje.

3.3 Finalidad y objetivos de la entidad

El Colegio Nacional Melitón Carvajal, establecido en 1948 en el distrito de Lince, en la ciudad de Lima, destaca como un bastión educativo. Su sede actual, inaugurada en 1950 y remodelada en 2010, ofrece una educación completa que abarca desde la educación inicial hasta la secundaria, tanto en áreas técnicas como humanísticas, para niños, niñas y adolescentes, con una sección nocturna para adultos en los niveles primario y secundario.

Su objetivo es alcanzar a nivel de I.E una educación de excelencia con igualdad de oportunidades para todos.

El Colegio Nacional Melitón Carvajal es reconocido como uno de los colegios emblemáticos del Perú por lo cual su infraestructura fue modernizada y reforzada mediante el decreto de urgencia N° 004-2009 dado por el segundo gobierno del presidente Alan García el 9 de enero del 2009 se creó el Programa Nacional de Recuperación de las Instituciones Públicas Educativas Emblemáticas y Centenarias.

Misión:

Su misión es preparar a los estudiantes para que realicen acciones positivas en la sociedad global porque es una institución educativa, con infraestructura y recursos educativos acordes con el progreso científico y tecnológico, brindando educación en valores, y así, promoviendo el respeto a la diversidad, el emprendimiento, la prevención de situaciones de riesgo, la conciencia ambiental y la democracia.

Visión:

Es una institución educativa ejemplar reconocida, líder en calidad educativa, innovación, integración de las TIC en el aprendizaje y con personal competente y comprometido que junto a los padres formen la autonomía del alumno, el respeto a las diferencias, el pensamiento crítico, el emprendimiento, el asertividad y un entorno consciente.

IV. DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

4.1. Organización de la actividad

Las sesiones de aprendizaje se planificaron teniendo en cuenta una variedad de temas, los cuales fueron seleccionados de la unidad de aprendizaje correspondiente, la cual fue facilitada por el profesor de E.F del colegio. (Tabla 1).

Tabla 1

Organización de las sesiones de aprendizaje.

Grado y Sección	Unidad didáctica	N° de sesión de aprendizaje	Tema	Fecha	Hora	
					Inicio	Fin
5 "A" 5 "B"	2	1	La adaptación al espacio del medio acuático como proceso de familiarización de los estudiantes mediante desplazamiento de diversas formas desde el borde de la pared sin soltarse.	02/05/2019	8:00 AM	9:00 AM
			La adaptación al espacio del medio acuático como proceso de familiarización de los estudiantes mediante los saltitos sujetos del borde sin soltarse afianzando su seguridad.			
			La adaptación al espacio del medio acuático como proceso de familiarización de los estudiantes mediante los juegos lúdicos en grupo.			
5 "A" 5 "B"	2	2	Realizamos actividades de acondicionamiento para la respiración en el medio acuático, utilizando materiales didácticos que favorezcan la dinámica y motivación del estudiante observando los objetos sumergibles.	09/05/2019	8:00 AM	9:00 AM

			Realizamos actividades de acondicionamiento para la respiración en el medio acuático, utilizando la pared como apoyo de sumersión logrando retener el aire más tiempo y realizando burbujas.			
			Realizamos actividades de acondicionamiento para la respiración en el medio acuático, utilizando materiales didácticos logrando la sumersión total recogiendo los objetos sumergidos.			
5 "A" 5 "B"	2	3	Realizamos actividades para lograr que los estudiantes mantengan una buena postura corporal flotante ventral y dorsal brindándole la seguridad de forma individual y medio de apoyo del borde de la pared sin soltarse.	16/05/2019	8:00 AM	9:00 AM
			Realizamos actividades para lograr que los estudiantes mantengan una buena postura corporal flotante ventral y dorsal dinámica con impulso de la pared que favorezcan su confianza al medio.			
5 "A" 5 "B"	2	4	Realizamos la explicación y ejecución del pateo mediante la tabla como apoyo, para aprender y coordinar el movimiento fijando la acción de las piernas con reteniendo el aire.	30/05/2019	8:00 AM	9:00 AM
			Realizamos la explicación y ejecución del pateo mediante la tabla como medio de soporte, para fijar y automatizar el movimiento de la acción de las piernas dosificando nuestra respiración.			
5 "A" 5 "B"	2	5	Realizamos la ejecución del pateo para verificar y corregir el movimiento manteniendo una correcta alineación hidrodinámica, teniendo en cuenta la distancia y el espacio seguro para el estudiante.	06/06/2019	8:00 AM	9:00 AM

			Realizamos la ejecución del pateo para coordinar el movimiento de la acción de piernas con la respiración manteniendo una correcta postura corporal, teniendo en cuenta la distancia y el espacio seguro para el estudiante.			
5 "A" 5 "B"	2	6	Realizamos la técnica y ejecución del braceo logrando fijar el movimiento de la acción de los brazos de forma individual fuera del agua y dentro de la misma en el borde de la piscina para asegurar la coordinación de los movimientos y la seguridad en cada apoyo de las manos.	20/06/2019	8:00 AM	9:00 AM
			Realizamos la técnica y ejecución del braceo logrando fijar el movimiento de la acción de los brazos de forma individual con tabla y con un solo brazo. Que le permita al estudiante tener más seguridad y confianza.	27/06/2019	8:00 AM	9:00 AM
5 "A" 5 "B"	2	7	La técnica y ejecución del braceo coordinando el movimiento de la acción de los brazos y piernas de forma unilateral del brazo dosificando nuestra respiración. Teniendo en cuenta la distancia y la seguridad del estudiante en su desplazamiento.			
			Realizamos la técnica y ejecución del braceo coordinando y fijando el movimiento de la acción de los brazos y piernas de forma alternada dosificando nuestra respiración frontal, motivando el desempeño y el desenvolvimiento en sus prácticas.			

4.2. Problemática

La educación física es una materia del ámbito escolar que se orienta a explorar y valorar los efectos positivos de la actividad física en los estudiantes. Su principal objetivo es desarrollar las capacidades y destreza del estudiante para lograr un mejor control del cuerpo, promoviendo el respeto, convivencia, así como también inculcar valores que promuevan la práctica activa y la deportividad, sin importar las diferencias que pueda haber como culturales, sociales o de capacidades entre los alumnos. Además, fomenta la práctica de actividades individuales, grupales y competitivas, siempre en un marco de respeto por las normas y los demás participantes. Esta actividad busca el desarrollo integral que abarque e influya en el aspecto físico y mental, preparándolos para enfrentar retos y adaptarse al entorno. Su contenido se centra en el uso del cuerpo a través del movimiento de acciones como desplazamientos, lanzamientos, equilibrio y manipulación de objetos. Para alcanzar el objetivo debemos de utilizar herramientas básicas que nos brinde un mejor soporte como el juego motor, el deporte formativo, la recreación y la iniciación deportiva.

En el colegio los temas a desarrollar, se introducen los deportes más populares de la sociedad, que nos brinda una motivación extra en los estudiantes de poder practicarlas y que darán inicio a una etapa importante en la que los estudiantes aprendan hábitos diarios de un estilo de vida saludable que a largo plazo mantendrá y promoverá a sus familiares y amigos. Pero cuando las condiciones no son en lo mínimo, las adecuadas se presentan problemas que perjudican el quehacer pedagógico del docente y de los estudiantes.

Durante la realización de las prácticas preprofesionales en la Institución Educativa N° 1070 Melitón Carvajal de Lince, Lima, en el periodo desde el 2 de mayo al 27 de junio, se experimentó desafíos significativos en el desarrollo de las clases de natación de E.F.

Uno de los problemas que más destacó fue la falta de alineación entre la infraestructura acuática y los principios pedagógicos necesarios para un aprendizaje efectivo y seguro. Las piscinas, en su mayoría, no estaban diseñadas para atender las necesidades educativas específicas, lo cual complicaba el proceso de enseñanza, especialmente para los estudiantes en etapas iniciales de desarrollo en el medio acuático. (Bernardino, 2017) Además, me encontré con la carencia notable de material didáctico adaptado para la

enseñanza de natación. La falta de recursos como flotadores, tablas de natación y otros materiales esenciales que dificultaban el planteamiento de estrategias pedagógicas variadas, lo que limitaba la capacidad para mantener el interés de los estudiantes y ayudarles a desarrollar habilidades acuáticas de manera efectiva. Esta situación no solo restringía las posibilidades de enseñanza, sino que también afectaba negativamente las capacidades de logro de las competencias acuáticas básicas por parte de los alumnos. (Morales, 2014).

Estos son aspectos específicos de la piscina que dificultaron el proceso de enseñanza y aprendizaje. Profundidad uniforme: La piscina tenía una profundidad de más de 2 metros y era uniforme en toda su extensión, lo cual resultaba inadecuado para enseñar a estudiantes de diferentes niveles de habilidad. Del cual debemos tener en consideración que, para los principiantes, esta uniformidad generaba temor al agua y dificultades en la enseñanza de habilidades básicas como la flotación y la respiración.

Además, cuando se desarrollan actividades físicas en otros medios, como en la piscina se debe tener un mayor cuidado y preparación de las actividades a realizar; la simple experiencia no nos especializa definitivamente como para plantear sesiones improvisadas, teniendo en cuenta que los grupos son de diferentes niveles en su desempeño. Los grupos de principiantes necesitaban secciones menos profundas y más accesibles, mientras que los estudiantes avanzados hubieran podido beneficiarse de áreas más profundas para prácticas específicas de natación avanzada. (Perez, 1990).

La ausencia y casi limitada disponibilidad y diversidad del material didáctico básico: Sin flotadores, tablas de natación, o incluso simples aletas, las opciones para enseñar técnicas específicas como la de patada o la flotación se reducen drásticamente. Esto limita mucho la variabilidad de propuestas y las capacidades del profesor para diversificar las actividades y abordar las necesidades individuales de los estudiantes. (Musaja, 2018)

Impacto en la seguridad: La falta de material como flotadores de aprendizaje puede aumentar el riesgo de accidentes, especialmente para estudiantes principiantes o aquellos con miedo al agua. La seguridad se convierte en una preocupación principal cuando no se dispone del equipo adecuado para respaldar las prácticas de seguridad básicas en el agua.

El impacto de la infraestructura de la piscina y la disponibilidad del material didáctico en el desarrollo de habilidades acuáticas de los estudiantes es significativo y conlleva desafíos sustanciales. La piscina con una profundidad considerable y uniforme en toda su extensión ha demostrado ser inadecuada para enseñar a estudiantes de diferentes niveles de habilidad, especialmente principiantes que experimentan temor al agua y encuentran dificultades en aprender habilidades básicas como la flotación y la respiración.

Esta limitación no solo afecta la progresión en las habilidades de natación, sino que también aumenta el riesgo de accidentes, especialmente entre los estudiantes menos experimentados. Para enfrentar estos desafíos, determine agenciarme de mi propio material didáctico, que me permitiera de alguna manera dar variedad en las actividades de las clases. Lo que fue generando mucha más motivación por las estrategias planteadas en la variedad de las actividades realizadas

Estas estrategias adaptadas ayudaron a superar las limitaciones del entorno y los recursos disponibles, facilitando un aprendizaje efectivo y progresivo en las habilidades acuáticas básicas. En conjunto, debemos de solucionar los imprevistos de la infraestructura de la piscina y mejorar la disponibilidad del material didáctico son pasos importantes que van a garantizar un entorno más seguro y efectivo en la enseñanza de la natación, permitiendo un desarrollo y dominio más completo de las habilidades acuáticas de los estudiantes.

La natación, es un deporte acuático, que destaca y aporta múltiples beneficios para la salud, que contribuye a la prevención de enfermedades y también ayudan a mejorar la calidad de vida teniendo una mejor concientización de hábitos más saludables. Esta disciplina se caracteriza por un enfoque en el desarrollo de la resistencia, ya que abarca todo el movimiento continuo del cuerpo que a su vez estimula y desarrolla la capacidad aeróbico y anaeróbico. Este tiene un impacto positivo que fortalece el sistema cardiovascular y respiratorio, reduciendo el riesgo de algunas enfermedades que son las principales causas de muerte en los ciudadanos. Además, la natación mejora la función respiratoria al fortalecer los músculos responsables de la inhalación y exhalación, y optimiza la circulación sanguínea, especialmente en las extremidades inferiores, gracias a la constante contracción y relajación de los músculos de las piernas.

Uno de los objetivos y propósito de la enseñanza de la natación es incentivar una educación inclusiva para que todos los estudiantes, que sea basada en la igualdad y la equidad sin importar su condición social, y así puedan practicar y desarrollar este aprendizaje. La etapa de la infancia es considerada como ideal para su iniciación a este deporte, ya que en conjunto de su entorno acuático los compañeros y profesores ejercen una influencia significativa en el proceso de aprendizaje. En base a los objetivos de la enseñanza se busca fomentar la importancia de la salud preventiva como un soporte de bienestar, desarrollar capacidad y destrezas de adaptabilidad al medio acuático y responder eficazmente ante alguna eventualidad, la adquisición de habilidades básicas que van a ser esenciales para la natación y la seguridad en el agua, dominar los movimientos y técnicas de nado, y cubrir las necesidades de los estudiantes que serán esenciales para su formación brindando el conocimiento que garantice una enseñanza de calidad en esta actividad acuática.

Propuesta de Natación en la Escuela

La práctica en el medio acuático se orienta como un entorno único porque el proceso de enseñanza-aprendizaje puede promover de forma efectiva, ya que desarrolla y potencia diferentes tipos de habilidades, tanto como en el ámbito cognitivo como motriz, al mismo tiempo se desarrolla el descubrimiento de nuevos aprendizajes. Si bien se reconoce el valor del agua como espacio educativo, es importante saber que no toda actividad en el medio es válida, para que sea significativa debemos de considerar ciertas estrategias y métodos que nos ayuden al cansar el propósito de la clase. Así, el potencial del medio acuático será mejor aprovechado para el desarrollo integral de los estudiantes, especialmente en los alumnos principiantes. Las actividades acuáticas en el ámbito educativo son herramientas importantes dentro del área de educación física, ya que permiten desarrollar algunos aspectos del desarrollo humano.

Según lo propuesto por Albarracín y Moreno-Murcia (2011), El incorporar actividades acuáticas en la etapa escolar le brinda los conocimientos previos necesarios para que sepa actuar ante situaciones diarias que le va permitir mejorar en su desarrollo personal. Estas actividades le ayudan a potencializar o desarrollar nuevas habilidades motrices, pero también influye en el aspecto cognitivo y socio-afectivos. Además, esta nueva

experiencia en el agua le permite vivenciar aspectos diferente al que está habituado generando interés en practicarla, esto promueve en los alumnos a mejorar la autonomía e independencia en un medio no habitual. Las actividades acuáticas también favorecen a los estudiantes que, en otro ámbito deportivo, podrían no tener esa capacidad de destacarse motrizmente, por ello le brinda la oportunidad de crecimiento y una participación activa de adquirir mayor destreza. Además, el medio acuático tiene un valor recreativo y motivacional que favorecen a los estudiantes a la práctica de actividad física en su tiempo libre, que fomenta la mejorar de calidad de vida y la salud.

Con respecto a la formación en valores, las actividades en el medio acuático pueden ser beneficiosa, ya que favorecen a inculcar en valores como cooperación, el respeto, la solidaridad y disciplina. Estas competencias, en el ámbito de la educación física, pueden tener un impacto positivo en la construcción de una sociedad más tolerante y solidaria.

Otro aspecto importante es el aprendizaje de la seguridad en el agua, debe de estar considerado en los programas educativos desde el nivel primaria, tal como señalan Palacios y Barcala (2009). El incorporar una adecuada metodología en base a las necesidades de su entorno, va hacer fundamental para garantizar que los estudiantes no solo desarrollen habilidades motrices, sino también tener los conocimientos necesarios en seguridad para que así pueda saber identificar y evaluar situaciones de riesgo le permite un mejor desenvolvimiento acuático.

Según lo señalado por Moreno y Gutiérrez (1998) Sostiene que la enseñanza de la natación debe ser un proceso integral con un enfoque a largo plazo que no solo se base en aprender el desarrollo de habilidades motrices básicas sino también sigan un proceso académico continuo que le permita el desarrollo de competencias sociales, cognitivas y emocionales para su beneficio propio. Para ello debe de crearse métodos de enseñanza activos que permitan integrar a los alumnos en forma conjunta el disfrute del agua que ofrece el medio acuático por sus múltiples beneficios.

En este modo, se aconseja desarrollar e incentivar una participación de toda la comunidad educativa, que involucren a los docentes, familias y autoridades en la implementación de programas de natación en las escuelas. El trabajo en conjunto entre instituciones educativas, federaciones deportivas y organismos municipales puede ser fundamental para garantizar el éxito en el desarrollo de estos programas.

El impacto de la educación física en el medio acuático en los centros educativos son favorables para su formación: primero, es importante adoptar el concepto de "alfabetización acuática" como un objetivo fundamental en la educación física escolar. También resulta beneficioso estudiar la estructura curricular y su relación con los diferentes niveles educativos, asegurando que todos los estudiantes tengan acceso a una formación integral en el medio acuático. Además, debe desarrollarse un sistema de evaluación que permita medir los logros alcanzados por los estudiantes en cuanto a seguridad acuática y habilidades motrices.

Según Barrero y Camacho (2021), un enfoque pedagógico que valore la interacción entre los estudiantes, promoviendo un aprendizaje grupal, es esencial. El desarrollo del trabajo en equipo es beneficioso de tal manera ellos pueden observar e interactuar con sus compañeros le permite compartir el conocimiento motivando su desempeño y el esfuerzo colectivo va hacer indispensable para mejorar tanto las habilidades individuales como las grupales, de tal manera todos los alumnos se benefician de una nueva experiencia en su entorno.

Finalmente, es importante indicar que para una mejor enseñanza-aprendizaje en las actividades acuáticas los alumnos deben de vivenciar el disfrute del agua de tal manera se sienta seguro de sí mismo y puedan más adelante expresarse de manera libre y espontánea con su entorno, lo que va favorecer en el desarrollo de su aprendizaje en la adquisición de habilidades motrices mecanizando el movimiento. Además, la implementación de actividades y estrategias planificadas que sean lúdicas y divertidas va hacer fundamental para un aprendizaje seguro y efectivo en los alumnos.

4.3. Metodología

La planeación de la enseñanza de la natación y actividades acuáticas educativas-formativas debe estar complementada con una base metodológica adecuada que permita implementar estos aprendizajes de manera efectiva dentro del contexto escolar. Si bien no se trata de descubrir enfoques completamente nuevos, es esencial considerar las investigaciones previas que ofrecen experiencias exitosas como modelos pedagógicos. Sin embargo, es importante reconocer que a menudo las actividades acuáticas son abordadas desde perspectivas que no siempre se alinean con el contexto escolar: algunas se refieren al ámbito educativo sin especificar su aplicación en las escuelas, y otras, aunque enfocadas en el entorno escolar, no buscan fines educativos, sino más bien utilitarios.

En este sentido, el Método Acuático Comprensivo propuesto por Moreno (2002) se presenta como una opción metodológica adecuada, ya que se ajusta a las necesidades educativas de los estudiantes en este tipo de actividades. Además, es pertinente observar y aprender de países con una tradición consolidada en la enseñanza acuática, como Australia, Nueva Zelanda, Francia y el Reino Unido, cuyos enfoques metodológicos podrían servir como referentes valiosos para diseñar un programa de actividades acuáticas en el ámbito escolar.

Partimos de la premisa de que las clases de natación y actividades acuáticas deben impartirse como parte de la asignatura de educación física, dentro del horario escolar. La cantidad de tiempo asignado dependerá de las instalaciones disponibles, aunque siempre se deberá asegurar una dedicación mínima tanto a la parte práctica como a la teoría o desarrollo de actitudes. Estos márgenes de tiempo permitirán cumplir con los objetivos educativos establecidos. El docente, como responsable de la organización y dirección de las clases, deberá colaborar con técnicos especializados, quienes aportarán su conocimiento y experiencia para enriquecer la experiencia de aprendizaje.

Este enfoque metodológico busca garantizar que la enseñanza de las actividades acuáticas no solo se enfoque en el desarrollo de habilidades motrices, sino también en el fomento de valores, actitudes y conocimientos que contribuyan al bienestar integral

de los estudiantes.

Durante mis prácticas preprofesionales en la Institución Educativa N° 1070 Melitón Carvajal de Lince, empleé una metodología descriptiva-cualitativa y educativa con un enfoque observacional. Este enfoque implicó la observación directa de las clases de natación para recolectar datos sobre los desafíos en la enseñanza, especialmente la falta de alineación entre la infraestructura acuática y los principios pedagógicos necesarios. El análisis cualitativo de los datos observacionales reveló patrones significativos en la limitada adaptabilidad de la piscina para diferentes niveles de habilidad, así como la escasez de material didáctico adecuado.

4.4. Recomendaciones

MINEDU (Ministerio de Educación):

Inversión en infraestructura acuática: Diseñar las estructuras en base a las necesidades y requerimiento de los estudiantes para que sea accesible para todos los niveles de habilidades acuáticas y puedan adaptarse tanto a principiantes como a estudiantes avanzados.

Programas de formación en actividades acuáticas: Crear y promover actividades que integren la natación en el currículo nacional, de esta manera pueda estandarizarse la enseñanza acuática en las instituciones educativas beneficiando a todos los estudiantes de los distintos niveles educativos, brindándole los recursos y capacitaciones a nivel nacional.

Supervisión pedagógica y seguridad: Crear una comisión de apoyo pedagógico que supervise la implementación de actividades acuáticas, asegurando que las prácticas sean seguras y efectivas, respaldadas por investigación educativa.

Dirección de la Institución Educativa:

Adecuación de recursos: Gestionar la adquisición de materiales didácticos esenciales

para la enseñanza de la natación, como flotadores, tablas, y aletas, que permiten una enseñanza inclusiva y segura para todos los estudiantes.

Optimización del uso de la piscina: Adaptar y mejorar las condiciones de la piscina, en la medida de lo posible, para que nos facilite el aprendizaje, esencialmente en la profundidad y seguridad, para evitar algún riesgo de accidente.

Promoción de una cultura de seguridad: Implementar reglas claras y programas de concienciación sobre seguridad en el agua para estudiantes y padres, previniendo accidentes y reforzando la importancia de la seguridad en el aprendizaje de habilidades acuáticas.

Docentes de Educación Física:

Diversificación de métodos de enseñanza: Usar estrategias pedagógicas que incluyan materiales diversos y ejercicios adecuados a cada nivel de habilidad para fomentar el aprendizaje progresivo de la natación.

Fomento de la seguridad y la confianza: Instruir a los estudiantes en prácticas seguras y en técnicas básicas como sumersión y flotación, particularmente para quienes enfrentan temor al agua.

Desarrollo de competencias acuáticas: Orientar el aprendizaje hacia una alfabetización acuática que incluya no solo habilidades de nado, sino también conciencia de seguridad y bienestar en el medio acuático.

Padres de los estudiantes:

Participación en el aprendizaje acuático: Colaborar en actividades extracurriculares acuáticas o en la natación recreativa, lo que puede reforzar el aprendizaje en el aula y fomentar una actitud positiva hacia la actividad física.

Promoción de una vida saludable: Incentivar a sus hijos a participar activamente en las actividades acuáticas de la institución como parte de un estilo de vida saludable y equilibrado.

Apoyo en la seguridad acuática: Fomentar en casa la seguridad en el agua y apoyar las actividades de educación física, reforzando la importancia de habilidades de supervivencia y seguridad en el agua.

4.5. Referencia bibliográfica

Albarracín, A., & Moreno, J. A. (2009). Problemática y beneficios de las actividades acuáticas en la escuela. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 5(16), 71-89.

Albarracín, A., & Moreno, J. A. (2011). Valoración de la inclusión de las actividades acuáticas en educación física. Motricidad. European Journal of Human Movement, 26, 123-139.

Barrero, A., & Camacho, P. (2021). La estructura de sesión como elemento potenciador del aprendizaje y el entrenamiento en los deportes de colectivos desde la perspectiva de la pedagogía no linial. Euroamericana de Ciencias del Deporte, 10(1), 51-58.

De Paula, L. (2018). Adaptación de los contenidos de la educación física a las actividades acuáticas en el ámbito escolar. Revista de investigación en actividades acuáticas, 2(3), 37-53.

Herrera, E. M., & Barbero, M. D. S. M. (2013). El cuerpo, la expresión y el medio acuático. Una experiencia integradora. Retos: nuevas tendencias en Educación Física, deporte y recreación, (24), 176-183.

Moreno, J. A., & Gutiérrez, M. (1998). Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas. Barcelona: Inde.

Palacios, J., & Barcala, R. (2009). Prevención de accidentes acuáticos y ahogamientos.

EmásF. Revista Digital de Educación Física, 4(19), 50-64.