

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Beneficios de la natación en el desarrollo psicomotriz de los niños de educación primaria.

Trabajo Académico.

Para optar el Título de Segunda Especialidad profesional en Educación Física

Autor:

Segundo Gerardo Verástegui Arce

Jaén – Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Beneficios de la natación en el desarrollo psicomotriz de los niños de educación primaria.

Trabajo académico aprobado en forma y estilo por:

Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo (presidente)

Dr. Andy Figueroa Cárdenas (secretario)

Mg. Ana María Javier Alva (vocal)

Jaén– Perú

2020

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES



Beneficios de la natación en el desarrollo psicomotriz de los niños de educación primaria.

Los suscritos declaramos que el trabajo académico es original en su contenido
y forma

Segndo Gerardo Verástegui Arce (Autor)

Dr. Segundo Oswaldo Alburqueque Silva (Asesor)

Jaén – Perú

2020



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD**

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO ACADÉMICO

Jaén, a los diecinueve días del mes de febrero del año dos mil veinte, se reunieron en el colegio Bracamoros, los integrantes del Jurado Evaluador, designado según convenio celebrado entre la Universidad Nacional de Tumbes y el Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, al Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo, coordinador del programa: representantes de la Universidad Nacional de Tumbes (Presidente), Dr. Andy Figueroa Cardenas (Secretario) y Mg. Ana María Javier Alva (vocal) representantes del Consejo Intersectorial para la Educación Peruana, con el objeto de evaluar el trabajo académico de tipo monográfico denominado: *Beneficios de la natación en el desarrollo psicomotriz de los niños de educación primaria*, para optar el Título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física al señor(a) **VERÁSTEGUI ARCE SEGUNDO GERARDO**

A las doce horas, y de acuerdo a lo estipulado por el reglamento respectivo, el presidente del Jurado dio por iniciado el acto académico. Luego de la exposición del trabajo, la formulación de las preguntas y la deliberación del jurado se declaró aprobado por mayoría con el calificativo de 18.

Por tanto, **VERÁSTEGUI ARCE SEGUNDO GERARDO**, queda apto(a) para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el título Profesional de Segunda Especialidad en Educación Física.

Siendo las trece horas con treinta minutos el presidente del Jurado dio por concluido el presente acto académico, para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad los integrantes del jurado.


Dr. Dr. Oscar Calixto La Rosa Feijoo
Presidente del Jurado
DNI: 00230120


Dr. Andy Rod Figueroa Cardena
Secretario del Jurado
DNI: 43852105


Mg. Ana María Javier Alva
Vocal del Jurado
DNI: 07038746

Beneficios de la natación en el desarrollo psicomotriz de los niños de educación primaria

INFORME DE ORIGINALIDAD

25% INDICE DE SIMILITUD	24% FUENTES DE INTERNET	0% PUBLICACIONES	17% TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	---------------------------------------

FUENTES PRIMARIAS

1	mafesports.blogspot.com Fuente de Internet	3%
2	repositorio.uap.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.ug.edu.ec Fuente de Internet	3%
4	repositorio.untumbes.edu.pe Fuente de Internet	2%
5	farmarunning.wordpress.com Fuente de Internet	2%
6	repositorio.une.edu.pe Fuente de Internet	2%
7	natacioncrawl.blogspot.com Fuente de Internet	2%
8	aide-psicomotricidad.blogspot.com Fuente de Internet	1%
9	enciclopedia-joskat.webnode.es Fuente de Internet	



		1 %
10	www.redesdeportivasonline.com Fuente de Internet	1 %
11	Submitted to Universidad Pablo de Olavide Trabajo del estudiante	1 %
12	Submitted to Universidad Catolica De Cuenca Trabajo del estudiante	1 %
13	elrinconuniversitariodetareas.blogspot.com Fuente de Internet	1 %
14	hdl.handle.net Fuente de Internet	1 %
15	Submitted to Universidad ESAN -- Escuela de Administración de Negocios para Graduados Trabajo del estudiante	1 %
16	Submitted to Universidad Catolica San Antonio de Murcia Trabajo del estudiante	1 %
17	Submitted to Universidad Rey Juan Carlos Trabajo del estudiante	< 1 %
18	repositorio.utn.edu.ec Fuente de Internet	< 1 %
19	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	< 1 %



20 Submitted to Universidad Internacional Isabel I de Castilla < 1%
Trabajo del estudiante

21 Submitted to Universidad de Deusto < 1%
Trabajo del estudiante

22 Submitted to Unviersidad de Granada < 1%
Trabajo del estudiante

23 Submitted to Universidad Internacional de la Rioja < 1%
Trabajo del estudiante

Excluir citas Activo
Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 words



Dr. Segundo Oswaldo Alburquerque Silva
(Asesor)

DEDICATORIA

Este trabajo lo quiero dedicar a: Mis padres, gracias a ellos soy quien soy, fueron los que me sacaron adelante y lucharon para que sea un profesional de éxito, me mostraron su amor y estuvieron siempre conmigo. A mi familia porque son los que actualmente me acompaña en cada paso que yo doy, seguían y me muestran su infinito amor. A mis estudiantes porque son los que me inspiran día a día para seguir adelante mejorando profesionalmente para ofrecerles lo mejor en conocimientos.

ÍNDICE

DIDICATORIA	
ÍNDICE.	
RESUMEN	07
ABSTRACT	08
INTRODUCCIÓN	09
CAPITULO I	11
1.1. Definición de psicomotricidad	11
1.2. Objetivos de la psicomotricidad	12
1.3. Importancia y beneficios de la psicomotricidad	13
1.4. Áreas de la psicomotricidad	14
1.5. Tipos de psicomotricidad	16
1.6. Psicomotricidad infantil	17
1.7. Relación de la actividad física con el niño	17
1.8. Actividad física en el niño	18
1.9. Beneficios del ejercicio físico en los niños	18
CAPÍTULO II: NATACION	21
2.1. Reseña histórica	21
2.2. Definiciones de la natación	22
2.3. Tipos de natación	23
2.4. Desarrollo de la natación como deporte	23
2.5. La natación y la etapa escolar	24
2.6. Métodos de enseñanza	27
2.7. Tipos de aprendizaje	28
2.8. Estilos de natación	28
CONCLUSIONES	31
RECOMENDACIONES	33
REFERENCIAS CITADAS	34

RESUMEN

Esta investigación, tiene como objetivo: determinar los beneficios de la natación en el desarrollo psicomotriz de niños de primaria. Teniendo en cuenta que la práctica de la natación favorece a la coordinación psicomotriz ya que los niños realizan movimientos de ambas extremidades al nadar, también fortalece los pulmones y esto ayuda para al correr. Este trabajo se ha dividido en dos grandes capítulos, el primero habla de la psicomotricidad, definiciones, características y beneficios. El segundo capítulo habla de la natación, sus definiciones, como esto influye en los niños entre otros datos importantes Se espera que esta información sea valiosa para los niños ya que ellos son los más beneficiados con el tema.

Palabras claves: Natación, beneficios, coordinación, psicomotricidad

ABSTRACT

This research aims to: determine the benefits of swimming in the psychomotor development of primary school children. Taking into account that the practice of swimming favors psychomotor coordination since children make movements of both extremities when swimming, it also strengthens the lungs and this helps when running. This work has been divided into two large chapters, the first talks about psychomotricity, definitions, characteristics and benefits. The second chapter talks about swimming, its definitions, how this influences children, among other important data. It is expected that this information will be valuable for children since they are the most benefited from the subject.

Keywords: Swimming, benefits, coordination, psychomotricity

INTRODUCCIÓN

Hoy en día vemos que muchos niños buscan ir a las piscinas, ríos, lagos, para divertirse dentro del agua, siendo esto una actividad que viene de hace muchos años atrás sin embargo nos hemos olvidado que esto también forma parte de una disciplina deportiva la cual es conocida como la natación. Muchos padres de familia a veces tienen temor de permitir que sus hijos vayan a estos lugares ya que como bien es cierto han ocurrido muchos accidentes dentro de ellos sin embargo con un correcto aprendizaje esto puede ser de gran utilidad para los niños. Es esto lo que quiero dar a conocer a través de esta monografía.

La natación está considerado como uno de los deportes más completos en el área de Educación Física sin embargo por lo que requiere este mismo es uno de los menos práctica 2 en el ámbito escolar ; estar de esto se ha descubierto que este deporte brinda muchos beneficios a los niños y al ser humano en general es así que incluso muchos doctores recomiendan este deporte Como por ejemplo para ampliar la respiración y los pulmones, fortalecer los músculos.

Dándonos cuenta de esto nos preguntamos si el deporte beneficia mucho al ser humano porque no se practica, al hacernos esta pregunta me detuve a investigar sobre los beneficios de la natación en el ser humano y entre ellos encontré que beneficia en gran manera al desarrollo psicomotor del niño, considerando que el niño está en pleno desarrollo y necesita fortalecer sus músculos se encontró que la natación logra fortalecer los músculos de los niños, por otro lado al realizar los movimientos en el agua mejora en gran manera su coordinación psicomotriz. También al ejercitar los pulmones y hacerlos que tengan mayor resistencia, permite que al correr tenga mayor resistencia y así son varios los beneficios que nos brinda la natación en el aspecto psicomotor.

Basándonos en todas estas definiciones, realizó la investigación titulada los beneficios de la natación en el desarrollo de los niños de Educación primaria.

Quiero agradecer de forma personal a Dios Por guiarme siempre brindándome su amor y misericordia, porque si me equivoco él está presto a perdonarme y me muestra siempre que está conmigo aún en los momentos difíciles, a mi familia porque cuando me he desanimado ellos han estado allí para alimentarme dándome palabras de aliento y confiando plenamente en mí, a los docentes de esta honorable universidad porque han sido mis formadores, mis tutores y mentores me han brindado todos sus conocimientos para ser mejor profesional, a la Universidad Nacional de tumbes porque ellos han permitido que logre cursar esta segunda especialidad, me han brindado las facilidades necesarias para poder hacerlo.

Objetivo general

- determinar los beneficios de la natación en el desarrollo psicomotriz de los niños de Educación primaria.

Objetivos específicos

- Definir la influencia de la natación y sus beneficios en los niños de Educación primaria.
- Definir el desarrollo psicomotor de los niños de Educación primaria
- Describir los beneficios de la natación en el desarrollo psicomotor de los niños de Educación primaria.

CAPITULO I

PSICOMOTRICIDAD

1.1. Definición de Psicomotricidad

Según:Shaffer, D. R. (2007). “Una relación que existe entre el razonamiento (cerebro) y el movimiento, de carácter eversible.” Según Lora, J. (2013). “La educación psicomotriz utiliza los medios de la educación física con la finalidad de normalizar o mejorar el comportamiento de los niños, pretende educar de una forma sistemática las conductas motrices y psicomotrices del niño, facilitando de este modo la acción educativa y la integración escolar y social.”

Según Cobos, P. (2006). es entendida como:

“Un enfoque de la intervención educativa o terapéutica, cuyo propósito es el desarrollo de las posibilidades motrices, expresivas y creativas a partir del cuerpo, lo que le lleva a enfocar su actividad e interés en el movimiento y el acto, incluyendo todo lo que se deriva de ello: disfunciones, patologías, estimulación, aprendizaje, etc.”

Para conocer los beneficios que nos brinda la psicomotricidad, primero debemos tener en cuenta una definición que se ajusta a la búsqueda de los temas propuestos en este capítulo. Por ello consideramos el siguiente concepto, como el más acertado al contexto de nuestra investigación.

Cameselle, Perez, Ricardo (2004).: Considera a la psicomotricidad como:

“La conexión existente entre lo psíquico y motriz, sosteniendo que el niño se construye a sí mismo, a partir del movimiento, y que el desarrollo va del acto al pensamiento”

Por lo tanto Wallon considera el desplazamiento como el punto de partida de cualquier proceso de conocimiento, que conduce a la madurez del sujeto, ya sea psicológica y atléticamente. De ahí surgió el valor que debe existir entre el ejercicio mental y el ejercicio físico de los niños. Entonces, nos es posible conceptualizar la psicomotricidad como una ciencia, que es una ciencia encargada de analizar la interacción entre el cuerpo humano y los pensamientos del sujeto, su desarrollo y mejora. Es decir, cómo participa en el logro del alumno, su sabiduría y emoción. De todo ello han surgido diferentes propósitos y se desarrollará la psicomotricidad en niños y niñas en beneficio de su historia futura.

1.2. Objetivos de la psicomotricidad

La finalidad elemental es conformar un programa físico y la socialización de los niños. Para eso, orienta sus ocupaciones por medio del desplazamiento, la postura, el desplazamiento y el desarrollo gestual, y tiene la función de interactuar con el ámbito para poder hacer la habituación y crear soberanía. Entender el ámbito por medio corporal, ajustarse al ámbito y expresarse por medio del ejercicio, fomentar la madurez y contribuir a los niños a organizarse y edificar una interacción con el planeta que les circunda. La finalidad del trabajo psicomotriz empieza con el caso y el trabajo a hacer, teniendo presente el estado del infante, el número de lecciones, el número de chicos del conjunto con el que laborar, etc. Para ajustarse a situaciones concretas. Por consiguiente, las pruebas psicológicas permanecen diseñadas para desarrollar capacidades individuales por medio de una secuencia de ejercicios físicos. Inclusive puede decirse que tiene como fin conseguir el desarrollo de diferentes talentos y potencialidades en diferentes puntos de la disciplina (deportes, sociedad emocional, lenguaje comunicativo, cognición intelectual) por medio de medios físicos. Esto representa la finalidad por esta razón, el propósito el trabajo psicomotor debe ser más específico y adaptarse a las múltiples situaciones de esta práctica. Hay que tener en cuenta que la psicomotricidad en educación se ha desarrollado como una forma de estimular el proceso evolutivo normal en las primeras etapas de la vida de un individuo.

La psicomotricidad puede y debe trabajar en tres áreas, que se pueden configurar con tres grandes metas al mismo tiempo:

1. La Sensomotricidad: quiere decir, educar la capacidad sensitiva. Partiendo de las sensaciones espontáneas del propio cuerpo, por lo que se trata de abrir vías nerviosas que puedan transmitir al cerebro el mayor número posible de informaciones.
2. La Perceptomotricidad: Esto significa prepararse para la percepción. Es necesario organizar la información que nos brindan nuestros sentidos e integrarla en el esquema de percepción que le da significado. Esta estructura se puede llevar a cabo desde tres aspectos: a) Tener un conocimiento unificado de los distintos componentes del llamado plan corporal (tono, equilibrio, respiración, orientación corporal, etc.), de manera que el ejercicio sea completamente adecuado al ejercicio, que es el objetivo final. Puede automatizarse. b) Utilizar modelos de percepción, especialmente la estructura de las relaciones tiempo-espacio, para establecer percepciones relacionadas con el mundo exterior. C) Coordinación del movimiento corporal con el mundo exterior para controlar el movimiento y ajustarlo al objetivo final.
3. La Ideomotricidad: Se refiere a la representación y el simbolismo educativos. Tan pronto el cerebro tiene suficiente información y está adecuadamente estructurado y organizado de acuerdo con la realidad, puede convertirse en el cerebro mismo sin necesidad de elementos externos. Del mismo modo puede organizar y guiar el movimiento.

1.3. Importancia y beneficios de la psicomotricidad

Cameselle, Perez, Ricardo (2004).

En los primeros años de vida, las pruebas psicológicas juegan un papel bastante fundamental pues poseen un efecto fundamental en el desarrollo intelectual, emocional y social de los niños, favorecen la interacción con su ámbito y poseen presente las diferencias, necesidades e intereses particulares de los niños y niñas. En términos de ejercicio, esto dejará a los niños dominar sus propios movimientos corporales.

A grado cognitivo, puede mejorar la memoria, la concentración y la creatividad de los niños. A partir de una visión social y emocional, esto dejará que los chicos reconozcan y enfrenten sus propios miedos y establezcan conexiones con los otros. Hablamos de la vida feliz que presentan los niños en el proceso de juego independiente.

Esto se logra en un espacio dedicado a ello; en este entorno, los niños pueden ser ellos mismos (experimentar, usar, conocer, sentir, mostrar, contar, etc.) y aceptar los estándares mínimos de seguridad, que ayudarán a Él y sus acompañantes a promover el desarrollo de sus habilidades cognitivas y motoras en un entorno seguro.

1.4. Áreas de la psicomotricidad

Al comprender cómo la natación afecta las habilidades motoras, primero debemos saber dónde funcionará la disciplina. En él comentamos: Bottini, P. (2000).

Esquema Corporal: Este es el razonamiento que tiene una persona de su cuerpo humano y su interacción psicológica. El desarrollo de este campo posibilita a los niños identificarse con su propio cuerpo humano, expresarse por medio corporal, utilizarlo como una forma de contacto, además debido a que se refieren al propio cuerpo, son la base para el desarrollo y aprendizaje de otras áreas como adelante, atrás, adentro hacia afuera, arriba hacia abajo y otros conceptos.

Lateralidad: es la ventaja funcional de un lado del cuerpo, determinada por la ventaja del hemisferio cerebral. En este campo, los niños utilizarán su propio cuerpo como referencia para desarrollar ideas sobre la izquierda y la derecha, y fortalecerán el lugar como base para el proceso de alfabetización.

Equilibrio: La capacidad de mantener la estabilidad se tiene en cuenta al realizar varias actividades deportivas. Esta área se desarrolla a través de la relación ordenada entre el diagrama del cuerpo humano y el mundo exterior.

Estructura espacial: Esta contiene la capacidad del niño para mantener una posición constante de su cuerpo, que puede colocarse según la posición de los objetos en el espacio y según su propia posición. También tiene la capacidad de organizar y ordenar elementos simultáneamente en el espacio, el tiempo o ambos.

Tiempo y Ritmo: El concepto de tiempo y ritmo se expone sugiriendo una determinada secuencia temporal de movimiento. Estos tiempo incluyen: rápido, lento. **Orientación temporal,** como: la estructura frontal y posterior y la estructura temporal que esta estrechamente relacionada con el espacio, es decir, la conciencia del movimiento.

Habilidades motoras: se refiere a la capacidad de control que un niño puede ejercer sobre su cuerpo. Las habilidades motoras se dividen en gruesas y finas, por lo que tenemos:

1. **Motricidad gruesa:** se refiere a movimientos coordinados a gran escala, como rodar, saltar, caminar, correr, bailar, etc.
2. **Motricidad fina:** incluye movimientos más precisos, especialmente en tareas que utilizan ojos, manos y dedos en paralelo (por ejemplo: rasgar, cortar, pintar, colorear, enhebrar, escribir, etc.).

1.5. Tipos de psicomotricidad

Nos dice Camacho, Hipolito. (2011).:

A continuación, presentaremos los diferentes tipos de psicomotricidad existentes, en los que podemos encontrar la psicomotricidad acuática, que son el núcleo del desarrollo del proyecto. Los tipos de habilidades motoras se describen a continuación.

1. Práctica psicomotriz educativa (preventiva). Los infantes por medio de sus acciones corporales: como jugar, saltar, manipular objetos, etc. consiguen situarse en el mundo y adquieren de una manera intuitiva los aprendizajes necesarios para desarrollarse en la escuela y en la vida. De esta forma, lúdica y casi sin enterarse trabajan conceptos relativos al espacio (arriba/abajo, delante/detrás, derecha/izquierda), al tiempo (rapidez, ritmo, duración), destrezas motrices necesarias para el equilibrio, la vista, la relación entre otros niños, etc.
2. Práctica de ayuda psicomotriz (terapéutica). Se realiza en centros privados o en colegios, tanto en grupo como en individual pero desde un enfoque que tiene en cuenta las especiales características de los niños o de las personas adultas con problemas o patologías. Se trata de ayudar a comunicarse a aquellos que muestran dificultades al momento de relacionarse con los demás y con el mundo que los rodea.
3. Psicomotricidad acuática. Cuando los niños necesitan experimentar sus habilidades motoras por medio del ejercicio, la estimulación psicomotor acuática podría ser bastante eficaz. El agua puede ayudarte a generar sensaciones y percepciones iniciales en términos de peso, tamaño, distancia, estilo e imagen corporal, así como tus necesidades,

anhelos y posibilidad de acción, e integrar apoyo, tolerancia y equilibrio en tu constante batalla por la ley de la gravedad.

1.6. Psicomotricidad infantil

A partir del instante en que nace el infante, a lo largo de su aumento y a lo largo del proceso de maduración que pasa en la primera niñez y la segunda niñez, el comportamiento motor puede permitir al infante absorber mejor el contacto con el planeta y, según sus necesidades, ajustarse al mundo. El ámbito en el cual se hace. Por consiguiente, se necesita entender los periodos evolutivos de los chicos y sus propiedades en relación con la edad.

1.7. Relación de la actividad física con el niño

Por lo tanto, al entrar en este asunto, primero debemos comprender la definición de actividad física. De acuerdo con la OMS, la actividad física se define como:

“cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que requiera un consumo de energía”.

O sea, la actividad física tiene relación con una pluralidad de ocupaciones y actividades, A partir de las más frecuentes como caminar, bailar, saltar, trotar, correr, etc. Hasta las más complicadas como los deportes, de elevado rendimiento, es decir, esas que necesitan más coordinación y capacidades motoras. Comprendemos que la carencia de actividad física en nuestra vida produce incontables patologías, como: Obesidad, sobrepeso, diabetes, hipertensión, patologías cardiovasculares, etc. Además de contribuir al desarrollo armónico y sana de la calidad de vida de todos nosotros mismos, la manera de ejercicio física también ha despertado particular interés en el procedimiento y prevención de esta clase de patologías. Pedro (Berruezo), Pedro (Pedro). Paul (2000).

1.8. Actividad física en el niño

En estas edades, el valor de la actividad física es la trascendencia, y es bastante primordial para los chicos, ya que impulsará activamente el desarrollo y madurez de su potencial genético. La actividad física se entiende como juegos u ocupaciones recreativas en relación con el deporte, que tienen la posibilidad de mejorar de manera significativa la funcionalidad cardiovascular y ayudar a la plena madurez del sistema musculoesquelético y su psicomotricidad.

El ejercicio físico constante sin necesidad de dejar de lado una dieta balanceada ayudará a regular el peso y evitará una pluralidad de patologías recientes, como la obesidad. Además, ayudará a prevenir patologías degenerativas estrechamente en relación con patologías cardiovasculares, como la arteriosclerosis.

El entrenamiento regular de los infantes mejorará las capacidades motoras y cognitivas, y además ayudará a que sus interrelaciones interpersonales y los equipos sociales de los niños circundantes, aprendan a integrarse y obtener salud física y de la mente. Todas las ventajas de una vida activa son en especial relevantes luego de la pubertad. Walzer, A. (2012).

1.9. Beneficios del ejercicio físico en los niños

Los componentes permanecen relacionados en el ejercicio físico y, en última instancia, dichos componentes permanecen de manera directa involucrados para optimizar la salud de los niños: resistencia cardiorrespiratoria, flexibilidad, fuerza y resistencia y coordinación muscular. Las ventajas del ejercicio físico en los chicos. Pedro (Berruezo), Pedro (Pedro). Paul (2000).

La resistencia cardiorrespiratoria

Cuando nuestro cuerpo realiza actividades que requieren ejercicios a largo plazo de grandes grupos de músculos, el corazón y los pulmones deben adaptarse. Esto asegurará que la sangre se distribuya correctamente y nuestro cuerpo se recupere de este esfuerzo.

Fuerza y resistencia muscular

La fuerza muscular tiene relación con la función de los músculos para crear tensión y superar las fuerzas de actitud. La resistencia muscular tiene relación con la función de los músculos para conservar la contracción a lo largo de un largo tiempo.

Flexibilidad

Esta es la función de la articulación para hacer movimientos con la más grande amplitud viable. No es responsable de crear desplazamiento, sin embargo promueve el desplazamiento. Si bien la flexibilidad infantil es más grande, se ofrece comenzar estas ocupaciones a partir de una edad temprana y mantenerlas de por vida, ya que comprendemos que esta es la exclusiva capacidad física del hombre que se deteriorará con la época.

Coordinación

Es la capacidad para utilizar los sentidos, destacando la visión y la audición, unido al movimiento y las diferentes partes del cuerpo, y así poder desarrollar los movimientos con precisión y suavidad

La coordinación incluye:

La funcionalidad de conservar una cierta postura en equilibrio del cuerpo, en especial bajo la gravedad. Ejemplificando, caminar sobre un poste fijo). ritmo.

Percepción física en el espacio y coordinación espacial, como el juego de papeles o el aprendizaje de pasos de baile. La coordinación ojo-pie es como patear una pelota con el pie.

La coordinación ojo-mano es como golpear la pelota con una raqueta. Estas ocupaciones resultan muy relevantes, en especial en la niñez, pues: Evitan caer.

Otorgan satisfacción.

Son relevantes para el desarrollo físico y de la mente.

CAPÍTULO II

NATAACION

2.1. Reseña Histórica

Astudillo, J. (2006).

La natación tiene un origen ancestral y se ha podido comprobar mediante el estudio de la cultura más vieja. A partir de la adaptación humana se convirtieron en bípedos y gobernaron el área de la tierra, la natación y el agua fueron parte de la habituación humana desde que los primeros homínidos se transformaron en bípedos y dominaran la superficie terrestre.

En Egipto, el conocimiento del arte de la natación y los beneficios curativos del agua se convirtió en uno de los puntos más básicos de la educación pública, lo que se reflejó en unos jeroglíficos que datan del 2500 a. C. En la antigua Grecia y Roma, la natación era parte del entrenamiento militar, e incluso saber nadar proporcionaba una cierta distinción social, porque cuando uno quería dirigirse a alguien que no tenía educación o era analfabeto, le decían: "No saben nadar ni saben". huella." Sin embargo, saber nadar como táctica militar no se limita a la antigua Grecia y Roma, sino que se ha conservado hasta nuestros días, porque es bien sabido que las técnicas de enseñanza para las tropas de combate se desarrollaron durante la Segunda Guerra Mundial

Se tienen indicios de que fueron los japoneses fueron los primeros en realizar Durante el Emperador Sugiú 38 a. C., fue una competencia anual de natación competitiva.

pruebas anuales de natación en un sentido competitivo, en tiempos del emperador Sugiú en el año 38 antes de Cristo.

Los fenicios, grandes navegantes y comerciantes, formaban equipos de nadadores para sus viajes en el caso de naufragios con la finalidad de rescatar mercancías y pasajeros. Dichos conjuntos poseen la capacidad de conservar despejados los pasos del puerto para que los barcos logren ingresar al puerto. Otros equipos étnicos, como de Egipto, etruscos, romanos y griegos, nos han dejado una buena prueba de lo cual significa para ellos el agua en algunas construcciones de piscinas artificiales. No obstante, en la Edad Media, en especial en el continente europeo, el crecimiento de esta clase de actividad deportiva se disminuyó, pues el lanzamiento estaba referente con la epidemia que se estaba desatando en aquel instante. Empero este caso ha cambiado desde el siglo 19. A partir de entonces, la natación no únicamente se convirtió en una terapia y un procedimiento de supervivencia, sino que se convirtió en una de las superiores ocupaciones deportivas.

2.2. Definiciones de la Natación

Según el autor Camiña, F. et al. (2011) la natación es definida como:

“La navegación de un ser que, obtenida la flotabilidad deseada, avanza gracias al impulso de los movimientos de sus miembros y de su cuerpo, o, dicho de otra manera, es el avance sobre un elemento líquido, por lo general el agua, a expensas de las propias energías.”

Según Camiña, F. et al. (2011) encontramos la definición de Natación según la Real Academia Española, la misma que se define de la siguiente manera:

“La habilidad que permite al ser humano desplazarse en el agua, gracias a la acción propulsora realizada por los movimientos rítmicos, repetitivos y coordinados de los miembros superiores, inferiores y el cuerpo, y que le permitirán mantenerse en la superficie y lograr vencer la resistencia que ofrece el agua para desplazarse en ella.”

A través del contenido anterior, podemos definir la natación como una habilidad humana, gracias a los movimientos articulados coordinados de los miembros superiores e inferiores, que le permiten flotar y moverse en el medio acuático,

superando así la resistencia que brinda este medio., Depende. sobre características personales.

2.3. Tipos de natación

Según Camiña, F. et al. (2011) menciona los siguientes tipos

Natación deportiva. Se enseñan los fundamentos procedimentales (deportivos), especialmente. Se aprende a nadar con la técnica adecuada. Es un deporte más que va a formar parte del acervo motriz de la persona.

Natación competitiva. La natación deportiva sirve de fundamento, se desempeña para el alto rendimiento del nadador. Su objetivo principal es el campeonísimo, y naturalmente participan de ella los más destacados, siendo un elemento final para conseguir medallas o trofeos, en base a los mejores tiempos.

Natación recreativa. Su objetivo principal es la diversión, el sano esparcimiento. Finalmente, no importa la técnica conseguida, sino la fruición en el agua, gozar de los beneficios de estar en la playa, piscina o en un río.

Natación utilitaria. Algunos autores consideran como el salvamento o de salvataje. Sirve para recuperar a personas que estén en peligro de ahogamiento. Es necesario que los profesores conozcan este tipo de natación, porque el conducir procesos de enseñanza-aprendizaje con alumnos lleva el constante peligro de que algún educando (por imprudencia o por no saber nadar) esté en peligro de ahogamiento.

2.4. Desarrollo de la Natación como Deporte

Nos e Camiña, F. et al. (2011)

La natación se convirtió en un deporte a finales del siglo XIX. En ese momento, los trabajadores redujeron sus horas de trabajo y tenían más tiempo libre para dedicar. Se establecieron clubes deportivos. Los jóvenes se sintieron inclinados a

nadar, por lo que la natación se hizo popular. Muchas piscinas e introducir mejores métodos y estrategias de enseñanza.

En los inicios del siglo XX, en 1908, se creó la F.I.N.A. (Federación Internacional de Natación Amateur) en Londres, con 10 asociaciones de natación nacional. Hoy en día existen más de 100. Las tareas principales que le corresponden a la F.I.N.A., son: organizar y controlar las competencias mundiales y continentales, establecer estatutos y reglas de competición, manteniendo una lista de los récords mundiales y continentales.

La natación se logró incorporar la participación en los Juegos Olímpicos de 1896, que incluyen tres competiciones: 100 mts. libre, 500 y 1200 no están estandarizados. La primera marca es de :22,2 para los 100 mts. libre por el húngaro A. Hajos.

Después de los Juegos Olímpicos, la natación se ha vuelto más científica y busco innovar para ser más rápido y más económico en el tiempo. En los Juegos Olímpicos de Londres de 1908, se utilizaron tres estilos en la competencia: braza, espalda y estilo libre, así como un relevo 4x200m. libre.

En los Juegos Olímpicos de Estocolmo en 1912, las mujeres que participaron en la carrera de 100 metros por primera vez participaron en la carrera. Natación estilo libre y montaña 4x100. mts del mismo estilo.

Desde entonces, debido a los avances de la ciencia, la comprensión de la morfología humana o la aparición de nuevas técnicas de entrenamiento, han aparecido nuevos personajes, mejores marcas y estilos más refinados.

2.5. La Natación y la Etapa Escolar

En la bibliografía de Reischle, K. (1993).

En resumen, no solo podemos ser utilizados como deporte, sino también como entrenadores de cualidades y habilidades físicas y cognitivas para estudiar los beneficios de la natación en el movimiento y desarrollo mental del individuo.

Beneficios de la natación para los niños en el área psicomotriz la natación es una de las ocupaciones deportivas más enteras y está recomendada para personas de cada una de las edades. En este deporte se puede ejercitar la musculatura, ejercitar la coordinación y los sistemas circulatorio y respiratorio. Además, coopera al desarrollo de la libertad y la confianza en sí mismos de los niños.

Para los niños, las ventajas son bastantes. La natación puede mejorar su funcionalidad cardiorrespiratoria, contribuir a su ajuste postural y contribuir a su coordinación muscular, a desarrollar sus capacidades sensoriales y psicomotoras.

Sin embargo, también encontramos una ventaja, porque sabíamos que el contacto con el agua debe interpretarse como un juego desde muy pequeños, para que los niños puedan estar en contacto con el medio acuático además de jugar. Puede desarrollar innumerables tipos de juegos de forma gratuita u organizarlos en el agua. Por este motivo, mencionamos las ventajas más importantes que la natación gana en la psicomotricidad personal:

A través de esta metodología, los niños toman conciencia de su cuerpo y del mundo que le rodea, aprendiendo a aceptar la separación y a controlar la angustia que le produce la práctica de diferentes disciplinas, fortaleciendo de esta forma su personalidad.

Estimula los sentidos.

Ofrece un mayor abanico de juegos compartidos.

Favorece la diversión y motiva el espíritu de juego.

Refuerza los vínculos afectivos con los padres.

Les ayuda a compartir con otras personas.

Favorece la relación y socialización con el grupo de iguales.

Establece y refuerza la alianza entre el niño y sus padres y entre el niño y los monitores.

Desarrolla la motricidad, la inteligencia y la sensorialidad. Favoreciendo el proceso de autonomía.

El niño se aleja de la base de seguridad. Adquiere autonomía en tanto en cuanto se separa de los padres, aprendiendo a confiar en otras personas, como los monitores.

Le posibilita el descubrimiento de sus límites.

Los niños comienzan a controlar los movimientos de los brazos y piernas.

Es propicio para la dirección del desplazamiento y se puede hallar en un lugar multidimensional. Fortalece la inmunidad. Desplazamiento y desarrollo respiratorio.

Es propicio para la unión de algunas combinaciones, como por ejemplo: arriba-abajo; adentro y afuera; izquierda y derecha, etc.

Te posibilita explorar diferentes espacios a partir de diferentes ángulos.

El infante ha ganado exactitud en los deportes.

Propicio para la presión y el movimiento.

Competente en equilibrio.

Se ejercitarán las articulaciones y la columna vertebral.

Promueve la armonía física.

Posibilita mantener el control de la respiración.

El infante conoce la más grande distancia y la probabilidad de desplazamiento autosuficiente.

Elevación y profundidad conquistadas.

Los niños parecen ser el primordial sujeto de su desarrollo.

La natación pertenece a los deportes más enteros e interesantes, empero por qué no nadar, esta es una capacidad connatural para buscar el desarrollo, pues puede prevenir ahogamientos en un rato definido. Por esto, es importante que los chicos se inicien en la natación y se integren al medio acuático a partir de una edad temprana para borrar el temor y familiarizarse con él.

Por lo general, el miedo al agua se va incrementando a medida que un niño crece es que cuanto más tiempo permanezca alejado del agua, más desconfianza y miedo tendrá, lo que le dificultará aprender a nadar.

2.6. Métodos de enseñanza

Torres, Z. y Vidal, T. (2000).

El concepto de método de enseñanza o método educativo está enfocado no solo en el aprendizaje, sino además en la manera de colaboración personal, orientación o conjunción de distintas vivencias educativas. Por consiguiente, el método de enseñanza tiene un carácter social.

Es una organización racional y práctica de los recursos profesores, que tiene como fin orientar a los alumnos a partir del aprendizaje a partir del desconocimiento hasta el aprendizaje seguro y satisfactorio de la asignatura, para que se adapten mejor a la vida diaria y reciban una formación profesional. (Giraldes, 1978). Según Delgado 1991), el procedimiento de educación tiene relación con la manera en que el instructor llama a sus deportistas en el entrenamiento y el tipo de ocupaciones que usa para desarrollar este proceso.

La explicación. La explicación, especialmente en edades menores, debe ser muy breve y precisa. Conforme los aprendices avancen de edad, ellos mismos deben tomar sus conclusiones, asesorados por el profesor o el profesor debe ser abundante en las explicaciones, especialmente cuando se trate de corregir errores en la realización de las técnicas de natación.

Demostración. La demostración es la suma del conocimiento teórico y práctico de lo que se va a enseñar; es decir, mostrar a los alumnos una tarea motriz con la técnica adecuada, para que puedan reproducirlo y perfeccionarlo.

Corrección de errores. Es la fase del proceso enseñanza-aprendizaje donde el profesor detecta el error de la tarea motriz que realiza el aprendiz, y realiza la respectiva explicación o demostración de la manera adecuada de realizar un ejercicio.

Aprendizaje El aprendizaje es un proceso en el cual el ser humano realiza una serie de procedimientos cognitivos, motrices y afectivos para generar conocimientos, habilidades y valores.

2.7. Tipos de aprendizaje

Torres, Z. y Vidal, T. (2000).

Aprendizaje cognitivo. Es aprender a internalizar leyes, principios, teorías, etc.

Aprendizaje procedimental. hace referencia al funcionamiento de herramientas, capacidades y destrezas. Aprenda un procedimiento para hacer ocupaciones, en nuestro caso, capacidades de brazos, balanceo de extremidades y coordinación de capacidades de natación. Aprendizaje emocional. Entender la voluntad de conocer los cambios elaborados por la conducta humano.

2.8. Estilos de Natación

Guerrero, R. (1995)

Estilo crol

Este estilo es el más popular en las escuelas de aprendizaje, porque es el primero en enseñarse. En este estilo, el nadador se encuentra en posición ventral o prona (boca abajo), y consiste en una acción completa de ambos brazos (brazada) de forma alternativa, primero el derecho y luego izquierdo, en un movimiento similar al de las aspas de un molino, y un número variable de batidos de pierna (patada), dependiendo del nadador y de la distancia de la prueba a nadar.

Estilo espalda

También denominado como crol de espalda. En este estilo, el nadador está en posición dorsal o supina, y consiste, al igual que el crol de frente, en una acción completa y alternativa de ambos brazos (brazada) y un número variable de batidos de piernas (patada).

Estilo braza o de pecho

Es el más antiguo de todos, ya que sus movimientos y postura son más naturales. A pesar de que su técnica ha evolucionado más rápido que el resto de los estilos, 16 se trata del más lento de los cuatro. En este estilo, el nadador se encuentra en posición ventral y realiza movimientos de brazos y piernas simultáneas y simétricas. Los hombros y las caderas realizan un movimiento ascendente y descendente que, coordinado con el movimiento de brazos, permite realizar la inspiración.

Estilo mariposa

Es el más moderno de todos los estilos, su aspecto se remonta a la década de 1950 y es una variante de la braza. Pertenece a los procedimientos más difíciles de aprender ya que necesita un elevado grado de fuerza y habilidades de coordinación.

En este estilo, el nadador está en posición ventral. Los movimientos de piernas y brazos son muy similares a los que se realizan de manera gateando, pero al mismo tiempo y ligeramente modificados. Además, requiere una perfecta coordinación entre las extremidades superiores e inferiores, las acciones de estas últimas son similares al aleteo del delfín, por lo que también se le llama "postura del delfín".

Otra característica de este estilo es que todo el cuerpo se ondula continuamente en forma de "S", y además debe estar perfectamente coordinado con las piernas y los brazos para avanzar mejor el agua e inhalar.

Estilo crol

El término "crol" proviene de la palabra inglesa "crawl", que significa "reptar". Conocido, también "crol de frente", por la posición prona, para distinguirlo del crol de espalda. El reglamento oficial Natación de la FINA (Federación Internacional de Natación), no habla del "Estilo crol" propiamente dicho, sino que se refiere al "Estilo libre", como aquel en cuyas pruebas con esa denominación, el nadador puede nadar cualquier estilo; es decir, crol, espalda, braza, mariposa e incluso se podría nadar a perrito. Sin embargo, la FINA matiza que en las pruebas de estilos, tanto individuales como por equipos, el término "Estilo libre" se deberá interpretar como cualquier estilo menos la braza, la espalda o la mariposa.

CONCLUSIONES

PRIMERA.-El niño desde el momento que no se necesita realizar distintos movimientos los cuales le beneficia en gran manera para su desarrollo la psicomotricidad es la acción motriz que tienen los seres humanos para realizar los distintos movimientos, tiene muchos objetivos uno de ellos por ejemplo es brindarle al niño mejor coordinación formar su esquema corporal entre otros en el colegio se desarrolla este área en el área de Educación Física como el 12 en física es el encargado de incentivar a los niños para el aprendizaje y el desarrollo de esta, recordando que los niños en todo momento se mueve y están inmersos en ese mundo como realizando la psicomotricidad al jugar, algún deporte, realizar acciones físicas por ello que el deporte juega un rol importante en la psicomotricidad.

SEGUNDA. -La natación tiene un origen ancestral, Aunque en la actualidad se Sigue practicando y es muy común, esta es una disciplina que le permite desarrollar diferentes habilidades dentro del agua. Ésta Se puede realizar de diversas formas y tipos el desarrollo de la natación es variado sin embargo se dice que es diferente enseñar a un niño que a un adulto pero es mejor enseñar cuando aún son pequeños ya que tienen mayor capacidad para aprender Y como su tono muscular está recién desarrollándose, portal los músculos y podrán desempeñar este deporte con mayor facilidad es por ello que se debe motivar a los estudiantes porque esto brinda grandes beneficios a los niños favoreciendo la inteligencia, la exploración, el desplazamiento, fortalece sus articulaciones y columnas entre otros.

TERCERA.-La natación está íntimamente relacionada con la psicomotricidad, los niños que practican deporte tendrán muchos beneficios psicomotriz Como por ejemplo mejorarán su coordinación, mejorará su armonía corporal, adquieren un dominio del equilibrio, mejoran su lateralidad se ubican en su espacio, fortalecen su tono

muscular, entre otros siendo este un deporte muy completo y ayudando en gran manera para el desarrollo de la psicomotricidad recordando que los niños de esta edad estamos en pleno desarrollo de la misma.

RECOMENDACIONES.

Se recomienda lo siguiente:

- Capacitar a los docentes sobre estrategias para incrementar los beneficios de la Educación Física.
- Aplicar los variados métodos de enseñanza y estilos de natación para obtener bienestar físico y emocional en los estudiantes.
- Brindar orientación a las familias la importancia que tienen las diversas actividades implementadas en el Área de Educación Física.
- Desarrollar talleres participativos con los estudiantes, en los que se promueva la interacción armoniosa y el control emocional.

REFERENCIAS CITADAS

- Astudillo, J. (2006). “Lauro. Historia del deporte ecuatoriano”. Cuenca-Ecuador: Talleres de la UNE del Azuay.
- Berruezo, Pedro. Pablo. (2000). Contenidos de la Psicomotricidad. Madrid, España: Miño y Dávila.
- Bottini, P. (2000). Psicomotricidad, prácticas y conceptos. Madrid: Miño y Dávila Editores.
- Camacho, Hipolito. (2011). Una mirada al area de Educacion Fisica en el departamento del Huila. Huila, Colombia: Kinesis.
- Cameselle, Perez, Ricardo (2004). Psicomotricidad: Desarrollo psicomotor en la infancia.España: editorial Ideas propias.
- Camiña, F. et al. (2011) “Tratado de natación de la iniciación al perfeccionamiento”. Badalona-España: Editorial Paidotribo.
- Cobos, P. (2006). El desarrollo psicomotor y sus alteraciones. Manual práctico para evaluarlo y favorecerlo. Madrid: Pirámide.
- Guerrero, R. (1995) “Guía de las actividades acuáticas” (II Edición). BarcelonaEspaña: Editorial Paidotribo.
- Lora, J. (2013). La Programación en la Psicomotricidad Educativa. Perú: Centauro.
- Pupo, L. y Vera, J. (2009). “La enseñanza y el entrenamiento del estilo libre En la natación”. 18/02/2015, de efdeportes Sitio web: [http://www.efdeportes.com/efd138/la-ensenanza-del-estilo-libre-en natacion.htm](http://www.efdeportes.com/efd138/la-ensenanza-del-estilo-libre-en-natacion.htm)
- Reischle, K. (1993). “Biomecánica de la natación”. Madrid –España: Editorial. Gymnos.
- Sánchez, E. (2005). “Complejo de ejercicios para el desarrollo de la coordinación en los nadadores”. 04/02/2015, de efdeportes Sitio web: <http://www.efdeportes.com/efd89/coord.htm>
- Shaffer, D. R. (2007). PSICOLOGIA DEL DESARROLLO INFANCIA Y ADOLESCENCIA . México: Thonson.
- Torres, Z. y Vidal, T. (2000). “Iniciación y aprendizaje de la natación en niños de 6 a 10 años de la academia de natación Durán-Durán 1999”. (Licenciatura). Universidad de Cuenca, Facultad de Filosofía Letras y Ciencias de la Educación.

Walzer, A. (2012). Que es un niño hoy: Reflexiones sobre el cambio. Salamanca:
Comunicación Social.