

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**

FORMACIÓN INICIAL DOCENTE.

PROGRAMA DE ESTUDIOS

EDUCACIÓN FÍSICA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

Para obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTOR

PALOMINO URBANO, Joel Abrahan
ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-9923-6535>

ASESORA

Mg. MAYHUA QUISPE, Frida
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4184-799>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Actividad Física y Recreativa

**HUANTA-AYACUCHO-PERÚ
2026**



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Siendo las **6:00 P.M.** del **16 DE ABRIL DEL 2026**, se reunieron los miembros del **JURADO EXAMINADOR**, el **SUSTENTANTE** y el **PÚBLICO** en el Auditorio Institucional para llevar a cabo la **CEREMONIA DE SUSTENTACIÓN** del **TRABAJO DE INVESTIGACIÓN “PRÁCTICA DEL ESTILO CROL EN LA NATACIÓN CON ESTUDIANTES DEL SEGUNDO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA “GONZÁLEZ VIGIL” DE HUANTA, 2025. Línea de investigación: ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREATIVA**, presentado por el egresado **PALOMINO URBANO, JOEL ABRAHAN** con código de matrícula **71747812**.

De Formación Inicial Docente del Programa de Estudios de **EDUCACIÓN FÍSICA**, sustentación autorizada por la **RD No 00218-2026-EESPPÚB. “JSCO”/DG-HTA.**, Jurado Examinador autorizado por la **RD No 0219-2026-EESPPÚB. “JSCO”/DG-HTA** obteniendo como resultado el PROMEDIO de 15 (QUINCE).

Por tanto, el **Jurado Examinador de la Sustentación**, emite el siguiente **DICTAMEN**:

RESULTADO FINAL: APROBADO

El **SUSTENTANTE**, se encuentra **APTO** para iniciar los trámites administrativos para la obtención del **GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN**.

En señal de conformidad, firman los miembros del Jurado Examinador y la Autoridad Institucional.


 PRESIDENTE JURADO


 VOCAL JURADO


 SECRETARIO JURADO


 DIRECCIÓN GENERAL
 HUANTA
 Dr. Walter Mariano Arce Villar
 DIRECTOR GENERAL

vº Bº DIRECTOR GENERAL



FECHA	DÍA	MES	AÑO
	16	04	2026

ENTIDAD	EESPP "JOSE SALVADOR CAVERO OVALLE"			DRE	AYACUCHO		
CÓDIGO MODULAR	DENOMINACIÓN	GESTIÓN	CREACIÓN	DIRECCIÓN	JR. RAZUHUILCA N°624		
604371	EESP	PÚBLICO	D.S. N°10.85-ED	PROVINCIA	HUANTA	DISTRITO	HUANTA

FORMACION INICIAL DOCENTE	EDUCACIÓN FÍSICA
RESOLUCIÓN DE AUTORIZACIÓN	RM N°420-2024-MINEDU

DIRECTOR GENERAL (E)	Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR
DOCUMENTO DE DESIGNACIÓN	RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR

AUTORIZACIÓN DE SUSTENTACIÓN	RD No 00218-2026-EESP PÚB. "JSCO"/DG-HTA
NOMINACIÓN DE JURADOS	RD No 00219-2026-EESP PÚB. "JSCO"/DG-HTA

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA OPTAR EL:	GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN
--	---


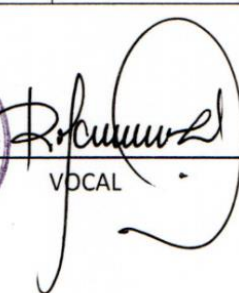
JURADO EXAMINADOR	PRESIDENTE	Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR
	SECRETARIO	Mg. EDHGAR HECTOR VALENCIA AGUILAR
	VOCAL	Mg. FREDDY ROLAND PINEDA TAPIA




TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:	PRÁCTICA DEL ESTILO CROL EN LA NATACIÓN CON ESTUDIANTES DEL SEGUNDO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "GONZÁLEZ VIGIL" DE HUANTA, 2025.
---	---



LINEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREATIVA
-------------------------------	-------------------------------

FECHA	16 / 04 / 2026	HORA	6:00 P.M.
LUGAR	AUDITORIO DE LA EESP Púb. "JSCO"		

N° Matrícula	APELLIDOS Y NOMBRES	PRESIDENTE	VOCAL	SECRETARIO	PROMEDIO GENERAL
71747812	PALOMINO URBANO, JOEL ABRAHAN	15	15	15	15

Dr. Walter Mariano Arce Villar
 Bº DIRECTOR GENERAL
 Firma, Post Firma y Sello

INTRUCCIONES:

- El secretario del Jurado Examinador es el responsable del llenado del Acta de Sustentación.
- El secretario consolida las calificaciones de cada uno de los miembros del Jurado utilizando lapicero de tinta líquida negra si el calificativo es aprobatorio, si es desaprobatario con tinta roja.
- La nota aprobatoria de la sustentación es 14, no hay medio punto a favor del sustentante.
- Las actas se llenan sin borradores ni enmendaduras.



"Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia"

ÁREA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

N° 0113-2026-AVO-EESPP "JSCO"HTA

El responsable del Área de Verificación de Originalidad:

Hace constar:

El trabajo de investigación titulado **"PRÁCTICA DEL ESTILO CROL EN LA NATACIÓN CON ESTUDIANTES DEL SEGUNDO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "GONZÁLEZ VIGIL" DE HUANTA, 2025."**, presentado por el egresado **Palomino Urbano, Joel Abraham**, del Programa de Estudios de Educación Física, ha sido sometido, en su versión final, a **VALIDACIÓN DE ORIGINALIDAD EN MEDIOS AUTORIZADOS POR LA INSTITUCIÓN**, siendo este de un **14%** de índice de similitud obteniendo como resultado **APROBADO AL LÍMITE PERMITIDO** en el Reglamento de Grados y Títulos de la institución, lo que **GARANTIZA SU ORIGINALIDAD E INTEGRIDAD ACADÉMICA**. Así mismo se adjunta los reportes del mismo en el siguiente link: https://drive.google.com/drive/folders/1WhfU45e23omKVIigVjCMQuOffFiYvPmK?usp=drive_link

Por lo que, el trabajo de investigación cumple con la solvencia académica de acuerdo a las normas institucionales de la Escuela de Educación.

Se expide la presente a solicitud de la interesada para los fines que estime conveniente.

Huanta, 5 de mayo de 2026



Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
HUANTA
Téc. Prof. José Luis Pereros Pinco
Área de Validación de Originalidad

Archivo
JLPP/AVO
jvm/Sec. Acad.

Validaciones JSCO

PALOMINO URBANO, Joel Abrahan B Rev

- 118 PALOMINO URBANO, Joel Abrahan B
- Validaciones JOSACO 2026
- Enterprise-Escuela de Educacion Superior Pedagogica Publica Jose Salvador Cavero Ovalle

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::1:3558940604

Fecha de entrega

4 may 2026, 3:34 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

5 may 2026, 4:05 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

PALOMINO_URBANO,Joel_Abrahan_B_Rev.docx

Tamaño del archivo

96.5 KB

33 páginas

9607 palabras

52.845 caracteres




14% 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 25 palabras)

Fuentes principales

- 14%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 6%  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.

Fuentes principales

- 14%  Fuentes de Internet
- 0%  Publicaciones
- 6%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.eesppjsco.edu.pe	4%
2	Internet	repositorio.unsch.edu.pe	3%
3	Internet	alicia.concytec.gob.pe	2%
4	Internet	dspace.unach.edu.ec	2%
5	Internet	repositorio.upse.edu.ec	2%
6	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
7	Internet	upc.aws.openrepository.com	<1%
8	Trabajos del estudiante	Universidad Cesar Vallejo	<1%

**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**

FORMACIÓN INICIAL DOCENTE.

PROGRAMA DE ESTUDIOS

EDUCACIÓN FÍSICA



TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

Para obtener el Grado Académico de Bachiller en Educación

AUTOR

PALOMINO URBANO, Joel Abrahan

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-9923-6535>

ASESORA

Mg. MAYHUA QUISPE, Frida

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4184-799>

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Actividad Física y Recreativa

HUANTA-AYACUCHO-PERÚ

2026



.....
Dr. Walter Mariano Arce Villar
Presidente



.....
Mg. Edgar Hector Valencia Aguilar
Secretario



.....
Mg. Freddy Roland Pineda Tapia
Vocal

DEDICATORIA

A mis queridos padres, Julian Palomino y Gloria Urbano por sus sabios consejos y apoyo incondicional. A mis hermanos por el apoyo moral y los buenos deseos quienes fueron los impulsores para cumplir mis objetivos.

Joel

AGRADECIMIENTO

A nuestra querida Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle”, por brindarnos la oportunidad de culminar nuestros estudios de formación docente, para servir a nuestra sociedad y, principalmente, a nuestra región, por haberme cobijado en sus aulas estos años de estudio y por permitirme continuar superándome en el logro de mis sueños.

A cada uno de los maestros de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle”, por sus enseñanzas y su apoyo permanente en las diversas materias para continuar nuestros estudios profesionales.

A las diversas autoridades de la Institución Educativa “González Vigil” de nuestra provincia de Huanta.

A mis queridos estudiantes del segundo grado “B”, por su disposición, entusiasmo y participación, que hicieron posible este trabajo y enriquecieron mi experiencia pedagógica

Finalmente, a mi familia, por su apoyo incondicional, comprensión y aliento permanente en cada etapa de mi formación profesional.

PRESENTACIÓN

Señores Miembros del Jurado Examinador, presento ante ustedes el trabajo de investigación titulado: “Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025. El objetivo es describir la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado. Por ello en cumplimiento del Reglamento de Investigación para la obtención del Grado Académico de Bachiller en Educación en el Programa de Estudios de Educación Física en la Escuela de Educación Superior Pública “José Salvador Caverro Ovalle” de Huanta.

Esperando cumplir con los requisitos de aprobación, pongo el presente trabajo a consideración de los señores miembros del jurado.

El autor

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD

Yo, Joel Abraham Palomino Urbano identificada con DNI N° 71747812, egresado del Programa de Estudios de Educación Física de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública “José Salvador Cavero Ovalle” de Huanta, autor del trabajo de Investigación titulado:

Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025, al amparo de la Ley N° 27444, Ley del Procedimiento Administrativo General y demás normas conexas, declaro Bajo Juramento lo siguiente:

1. El Trabajo de Investigación es de mi autoría.
2. He respetado las normas técnicas para la formulación de trabajo académico; por lo tanto, el trabajo no ha sido plagiado en ninguna de sus partes.
3. Los datos presentados, así como los resultados, son reales y no han sido falseados total o parcialmente. Consiguientemente, dichos resultados constituirán un aporte a la realidad investigada.
4. En caso de detectarse fraude (datos falsos), plagio (información sin citar a autores), auto plagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (presentar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a las sanciones que la Ley dispone.

Si el presente trabajo de investigación fuese aprobado para su publicación en una revista institucional u otro documento de difusión, autorizo a la Escuela la publicación y divulgación del documento en las condiciones, procedimientos y medios que disponga esta casa superior de estudios.

Huanta, 17 de abril de 2026



JOEL ABRAHAN PALOMINO URBANO

DNI N°:71747812



ÍNDICE CONTENIDOS

DEDICATORIA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iv
PRESENTACIÓN.....	v
ÍNDICE DE ANEXOS.....	ix
ÍNDICE DE TABLAS.....	x
RESUMEN.....	xi
ABSTRAC.....	xii
PISI QILLQAY.....	xiii
INTRODUCCIÓN.....	xiv

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1.Descripción del Problema.....	16
1.2.Formulación del Problema.....	18
<i>1.2.1.Problema General</i>	18
<i>1.2.2.Problemas Específicos</i>	18
1.3.Justificación e Importancia.....	18
<i>1.3.1.Justificación Teórica</i>	18
<i>1.3.2.Justificación Práctica</i>	19
<i>1.3.3.Justificación Metodológica</i>	19
1.4.Objetivos.....	19
<i>1.4.1.Objetivo General</i>	20
<i>1.4.2.Objetivos Específicos</i>	20
1.5.Limitaciones de la Investigación.....	20

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1.Antecedentes del Problema.....	21
2.2.Bases Teóricas.....	24
<i>2.2.2.Características de Estilo Crol</i>	24
<i>2.2.3.Fases de la Enseñanza Del Estilo de Nado Crol</i>	26

2.2.4. Factores que Influyen en la Práctica del Estilo Crol.....	26
2.2.5. Consecuencias del Estilo Crol.....	27
2.2.6. Importancia del Estilo Libre	28
2.2.8. Dimensiones	28
2.3. Definición de Términos Básicos	29
2.4. Variables de Investigación	30
2.5. Definición Operacional de la Variable de Estudio	31
2.6. Cuadro de Operacionalización de Variables	32

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Estudio.....	33
3.2. Nivel de Investigación.....	33
3.3. Método de Estudio.....	33
3.3.1 Inductivo – Deductivo	34
3.3.2 Estadístico.....	34
3.4. Diseños de Investigación.....	34
3.5. Población y Muestra	35
3.6. Técnica de Muestreo.....	36
3.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos.....	36
3.8. Métodos de Procesamiento de los Datos.	38
3.9. Aspectos Éticos	38

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Presentación y Descripción de los Resultados	40
4.2. Discusión de Resultados.....	43
CONCLUSIONES.....	45
RECOMENDACIONES	46
REFERENCIAS	47

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Resolución de aprobación de proyecto	52
Anexo 2 Resolución de expedito de tesis	54
Anexo 3 Resolución de fecha de sustentación de trabajo de investigación	56
Anexo 4 Resolución de jurados de sustentación de trabajo de investigación	58
Anexo 5 Matriz de consistencia	60
Anexo 6 Matriz de operacionalización de variables.....	61
Anexo 7 Matriz instrumental.....	62
Anexo 8 Instrumento de recolección de datos.....	63
Anexo 9 Validación por juicio de experto.....	64
Anexo 10 Prueba de confiabilidad del instrumento	67
Anexo 11 Matriz de datos.....	68
Anexo 12 Carta de autorización emitida por la I.E que autoriza la aplicación	69
Anexo 13 Evidencias fotográficas.....	70

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Población de estudiantes del segundo grado del nivel secundaria.....	35
Tabla 2 Muestra de estudio del segundo grado “B” de secundaria	36
Tabla 3 Resultado de la prueba de validez por juicio de expertos	37
Tabla 4 Resultado de la prueba de fiabilidad	37
Tabla 5 Resultados de la variable de práctica del estilo crol en la natación	40
Tabla 6 Resultados descriptivos de la técnica de brazada.....	41
Tabla 7 Resultados descriptivos de la técnica de patada.....	42
Tabla 8 Resultados descriptivos de la frecuencia de respiración	42

RESUMEN

La presente investigación es titulada “Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025, tuvo como objetivo conocer la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025. La investigación es de tipo básica y de nivel descriptivo, con un diseño no experimental de corte transversal. La población estuvo conformada por 101 estudiantes de los segundos grados, la muestra se conformó por 23 estudiantes del segundo grado “B”. Se utilizó la técnica de la observación y como instrumento la ficha de observación. Los resultados obtenidos muestran que la gran mayoría de los estudiantes presenta un nivel intermedio en la práctica del estilo crol. En este sentido, los estudiantes que representan el 60.9% de la muestra, manifiestan que “A veces” realizan la práctica del estilo crol. Mientras que la otra parte, los estudiantes equivalentes al 34.8%, indican que “Siempre” practican este estilo de natación. Por último, los estudiantes, que corresponde al 4,3% señalan que “Nunca” realiza la práctica del estilo crol. Se llegó a la conclusión que la mayoría de los estudiantes se ubica en un nivel moderado, en la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

Palabras clave: Estilo, crol, natación

ABSTRAC

This research, entitled “Craft Stroke Practice in Swimming with Second-Year Secondary School Students at the “González Vigil” Educational Institution in Huanta, 2025,” aimed to understand the practice of the crawl stroke in swimming among second-year secondary school students at the “González Vigil” Educational Institution in Huanta, 2025. The research is basic and descriptive in nature, with a non-experimental, cross-sectional design. The population consisted of 101 second-year students, and the sample comprised 23 students from second-year “B.” The observation technique was used, and the observation checklist served as the instrument. The results show that the vast majority of students have an intermediate level of proficiency in the crawl stroke. Specifically, 60.9% of the sample reported practicing the crawl stroke “Sometimes,” while the remaining 34.8% indicated that they “Always” practice this swimming style. Finally, 4.3% of the students indicated that they "Never" practice the crawl stroke. It was concluded that the majority of students are at a moderate level in practicing the crawl stroke in swimming, according to a study conducted on second-year secondary school students at the "González Vigil" Educational Institution in Huanta, 2025.

Keywords: Style, crawl, swimming

PISI QILLQAY

Kay maskay, sutichasqa “Práctica de Accidente Cerebral Artesanal en Nadador con Secundaria Secundaria Iskay kaq wata yachakuqkunawan kay Institución Educativa “González Vigilia” Huanta llaqtapi, 2025 watapi”, sutichasqa, iskay kaq wata secundaria yachakuqkuna ukhupi kay “González Vigil” Yachay Wasi Educativa Huanta llaqtapi, 2025. Kay mask’ayqa básica hinaspapas descriptivo nisqa naturalezapi, mana experimental nisqawan, sección transversal nisqawan. Población nisqapiqa 101 iskay kaq wata yachaqkunam karqaku, chaymantam muestrapiqa 23 estudiantekuna iskay kaq wata “B” nisqamanta karqaku. Chay técnico de observación nisqawanmi ruwakurqa, chaymi lista de comprobación de observación nisqa instrumentu hina karqa. Chay ruwasqakunam qawarichin aswan achka yachakuqkuna huk nivel intermedio de habilidad nisqayuq kasqankuta chay crawl stroke nisqapi. Específicamente, 60,9% muestramanta willarqanku “Wakin kutipi” crawl stroke nisqapi ruwasqankuta, puchuqtaq 34,8% “Siempre” kay estilo de natación nisqapi ruwasqankuta rikuchirqanku. Tukuchinkapak, 4,3% yachakukkuna "Mana haykapipas" chay crawl stroke rurashkata rikuchirkakuna. Tukuchishkami, ashtawanka yachakukkunaka shuk nivel moderadopimi kashka, kay arrastre de gateo llankaypi nadaypi, kay yachay rurashkamanta, ishkayniki wata secundaria yachakukkunamanta, kay Yachay Wuasi "González Vigil" Huanta llaqtapi, 2025 watapi.

Sapaq simikuna: Estilo, gateo, nada

INTRODUCCIÓN

La natación es una de las actividades físicas más completas para el desarrollo integral de los estudiantes, ya que permite mejorar la condición física, fortalecer los músculos y desarrollar habilidades motrices importantes. Dentro de los diferentes estilos de natación, el estilo crol es uno de los más practicados y enseñados debido a que permite un desplazamiento más rápido y eficiente en el agua, además de favorecer la coordinación de los movimientos del cuerpo.

Bajo esta perspectiva surge la necesidad de analizar la pregunta general: ¿Cómo se manifiesta la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025? Y como preguntas específicas ¿Describir la técnica de brazada en la práctica del estilo crol con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil”, de Huanta, 2025 ¿Describir la técnica de patada en la práctica del estilo crol con estudiantes del segundo grado de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025? ¿Describir la frecuencia de la respiración en la práctica del estilo crol con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025?

Tiene como objetivo general describir como se manifiesta la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

Asimismo, se presentan los objetivos específicos: Identificar la técnica de brazada, identificar la técnica de patada e identificar la frecuencia de respiración en la práctica del estilo crol con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

Se justifica en el plano teórico porque permitirá ampliar el conocimiento sobre la práctica del estilo crol en estudiantes de segundo grado de secundaria dentro del área de Educación Física. Asimismo, ayudará a comprender mejor los fundamentos de la enseñanza de la natación, el desarrollo de las habilidades motrices y la coordinación corporal en el medio acuático. En el plano práctico, esta investigación permitirá identificar cómo practican el estilo crol los estudiantes de segundo de secundaria y cuáles son las principales dificultades que presentan en la coordinación de brazos y piernas, la respiración y el desplazamiento en el agua. Los resultados servirán para que los docentes

de Educación Física mejoren sus estrategias de enseñanza y promuevan una práctica más adecuada del estilo crol, favoreciendo el desarrollo físico, la seguridad y la confianza de los estudiantes. Desde el punto de vista metodológico, la investigación es relevante porque se desarrollará con un enfoque descriptivo, que permitirá observar y analizar la práctica del estilo crol en los estudiantes. Para la recolección de información se utilizarán fichas de observación, con el fin de obtener datos sobre su nivel de práctica y ejecución técnica.

La presente investigación está estructurada por cuatro capítulos según los siguientes detalles:

Capítulo I: En dicho capítulo se desarrolla la descripción del problema, encontramos la formulación de los problemas, objetivos y justificación del trabajo.

Capítulo II: Este capítulo está formado por las bases teóricas, asimismo, los antecedentes

Capítulo III: En dicho capítulo se especifica la metodología de la investigación, tipo, nivel y diseño de investigación, los métodos utilizados, la población y muestra, la técnica e instrumentos, técnicas de análisis y procesamiento de los datos.

Capítulo IV: En esta parte se detalla los resultados y análisis de la investigación de nivel descriptiva, de la misma manera se encuentran las tablas, gráficos estadísticos y la discusión de los resultados.

En la parte final se hallan las conclusiones, del mismo modo las recomendaciones de la presente investigación, como anexos de la tesis, plan de acción, fotografías, entre otros datos importantes.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Descripción del Problema

A nivel mundial, la natación es una de las disciplinas deportivas más practicadas y el estilo crol es considerado uno de los más utilizados debido a su eficiencia y rapidez en el agua, lo que lo convierte en el principal estilo en competencias y en procesos de enseñanza básica de la disciplina. El crol requiere una adecuada combinación de postura corporal, coordinación de brazos y piernas, y un control de la respiración para lograr una técnica eficaz y un rendimiento óptimo en el medio acuático, aspectos que han sido señalados como fundamentales para el correcto desempeño de este estilo de nado, a pesar de su importancia y popularidad (Pino y Vega, 2015)

En el contexto internacional, la práctica del estilo crol es considerada fundamental dentro del proceso de enseñanza de la natación, ya que constituye uno de los estilos más utilizados debido a su eficiencia y velocidad en el desplazamiento acuático. Según Maglischo, EW (2003). El aprendizaje y perfeccionamiento del estilo crol requiere una práctica constante que permita coordinar adecuadamente los movimientos de brazos, la patada, la respiración y la posición corporal, aspectos que influyen directamente en la eficiencia del nado. Asimismo, Counsilman, JE (1977). Señala que la aplicación de métodos de entrenamiento adecuados y la repetición técnica favorecen el desarrollo progresivo de las habilidades acuáticas, permitiendo mejorar el rendimiento de los nadadores y optimizar la ejecución del estilo crol.

En el contexto nacional peruano, la problemática se agudiza debido a limitaciones en infraestructura, recursos y formación docente. Estudios realizados en universidades y

colegios muestran que solo un 2.9% de los estudiantes alcanza un nivel muy bueno en la técnica del estilo crol, mientras que más del 55% se encuentra en niveles regulares o bajos. Según Apaza. (2021). Asimismo, se reporta que un 66% de los estudiantes presenta deficiencias en la tracción de brazos y un 50% en la coordinación respiratoria, aspectos fundamentales para un nado eficiente. Esta situación evidencia la necesidad urgente de implementar programas pedagógicos estructurados y adaptados a las necesidades individuales para mejorar la técnica del estilo crol o estilo libre en estudiantes peruanos (UNJFSC, 2020).

En la región Ayacucho, existen pocas investigaciones efectuadas acerca de las estrategias metodológicas para la mejora de la natación. En un trabajo de investigación presentado por Quispe (2012), en su estudio sobre los procesos de corrección del dominio de las técnicas de nado libre en estudiantes del VI ciclo de los Planteles de Aplicación Guamán Poma de Ayala, señala que, aunque sus objetivos difieren de los planteados en la presente investigación, sus aportes orientan el desarrollo de estrategias de enseñanza-aprendizaje para mejorar el desempeño docente en la conducción del aprendizaje.

En el ámbito local, en la provincia de Huanta, la práctica de la natación es aún limitada debido a la escasa infraestructura deportiva especializada y la ausencia de programas permanentes de formación en este deporte. Si bien existen algunas piscinas de uso recreativo en la ciudad, estas se utilizan principalmente para actividades recreativas y no necesariamente para la enseñanza sistemática de la natación. Esta situación ocasiona que muchos estudiantes tengan poco contacto con la práctica técnica del estilo crol, presentando dificultades en la coordinación, respiración y ejecución correcta de los movimientos. Por ello, surge la necesidad de analizar y fortalecer la enseñanza de la natación, especialmente del estilo crol, en los estudiantes del ámbito educativo de la UGEL Huanta, con el propósito de mejorar su aprendizaje y promover el desarrollo de habilidades acuáticas (Taguada, 2021).

En la Institución Educativa González Vigil se viene observando una realidad problemática significativa en el desarrollo de la técnica de crol en la natación con los estudiantes del segundo grado, manifestándose principalmente en una frecuencia de brazada, patada y respiración inadecuada que afecta su desempeño acuático. La mayoría de los estudiantes presenta un ritmo no considerable a lo esperado para su nivel, situación que se evidencia en su dificultad para mantener una velocidad constante, la aparición

prematura de fatiga y una notable falta de coordinación entre los movimientos de brazos, piernas y respiración.

La causa de este problema tiene su origen en múltiples factores, entre los que destacan la insuficiente práctica acuática dentro del programa curricular, la falta de dominio técnico en los elementos básicos del estilo crol, la presencia de vicios posturales adquiridos, en algunos casos, cierto grado de ansiedad frente al medio acuático.

Como consecuencia, los estudiantes experimentan un rendimiento deportivo limitado, con desplazamientos poco eficientes que demandan un excesivo gasto energético, además de exponerse a posibles lesiones por movimientos incorrectos y desarrollar una actitud de desmotivación hacia la práctica del estilo crol en natación.

En este estudio pienso dar como sugerencia que los docentes observen y registren el desempeño de los estudiantes para identificar sus dificultades y aplicar estrategias que faciliten el aprendizaje del estilo crol.

1.2. Formulación del Problema

1.2.1. Problema General

¿Cómo se manifiesta la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025?

1.2.2. Problemas Específicos

¿Describir la técnica de brazada del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025?

¿Describir la técnica de patada del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025?

¿Describir la frecuencia de respiración del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

1.3. Justificación e Importancia

1.3.1. Justificación Teórica

La investigación tiene valor teórico al contribuir al conocimiento sobre el desarrollo psicomotor en adolescentes de 12 a 14 años, una etapa clave en la consolidación de habilidades coordinativas. El estudio observó cómo los estudiantes adquieren y ejecutan el patrón técnico del crol, contrastando con modelos de aprendizaje motor como el de Fitts, y Posner (1967). El modelo propuesto describe el proceso de adquisición de habilidades motrices a través de tres etapas progresivas cognitivas, asociativas y autónomas. Este modelo sostiene que el aprendizaje no es lineal, sino una transición en la que el control del movimiento pasa de ser consciente y errático a ser automático y fluido. Además, al enfocarse en nadadores no competitivos, se cubre un vacío en la literatura, tradicionalmente centrada en atletas de alto rendimiento, lo que enriquece las ciencias del deporte con datos aplicables a contextos educativos.

1.3.2. Justificación Práctica

La investigación fue útil porque logró observar la frecuencia del estilo crol en adolescentes permite identificar problemas técnicos que afectan su desempeño acuático, seguridad y salud. Una frecuencia inadecuada puede generar fatiga prematura o lesiones, mientras que una técnica optimizada mejoraría su rendimiento en actividades deportivas escolares. Los resultados serán útiles para entrenadores e instituciones educativas, pues servirán como base para diseñar programas de natación adaptados a las necesidades reales de los estudiantes, promoviendo así una práctica segura y eficiente.

1.3.3. Justificación Metodológica

Radica en la implementación de herramientas estandarizadas, como cronometraje subacuático y la observación de percepción de esfuerzo, que podrán ser replicadas por docentes e investigadores futuros. El protocolo empleado no solo permitirá medir la frecuencia de brazada de manera objetiva, sino que también establecerá una línea base para intervenciones pedagógicas y estudios longitudinales. Así, este trabajo trasciende el ámbito académico, ofreciendo estrategias concretas para mejorar la enseñanza de la natación en las escuelas y fomentar hábitos deportivos saludables en los adolescentes.

1.4. Objetivos

Según Arias (2006), los objetivos son la meta de una investigación esto se elabora con los aspectos que se desea indagar y conocer, los objetivos expresan el resultado de la investigación y debe estar alineado con el planteamiento del problema.

1.4.1. Objetivo General

¿Describir como se manifiesta la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025?

1.4.2. Objetivos Específicos

Identificar la técnica de brazada en la práctica del estilo crol con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

Identificar la técnica de patada en la práctica del estilo crol con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

Identificar la frecuencia de respiración en la práctica del estilo crol con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025.

1.5. Limitaciones de la Investigación

Esta investigación presenta algunas limitaciones que se deben considerar, por lo que no permite establecer relaciones de causa y efecto. Se centra únicamente en estudiantes de segundo grado de secundaria, lo que limita la generalización de los resultados. Además, la disponibilidad de la piscina y el tiempo de clases pudo afectar la observación. La información también depende de la participación y sinceridad de los estudiantes.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes del Problema

Se desarrolla esta investigación consultando diversos trabajos de tesis de distintos autores, se presentan antecedentes relacionados a las variables de estudio, las cuales han sido trabajadas a nivel internacional, nacional y regional

2.1.1. Internacional

Apolo (2023) el título de investigación fue “*Guía metodológica de natación, para el aprendizaje del estilo crol en edades formativas*”. Este trabajo tiene como objetivo elaborar una guía metodológica para el aprendizaje del estilo crol en edades formativas en la Escuela de Natación UPSE. Para ello se aplicó una investigación descriptiva, mediante la cual se pudo describir de forma detallada el proceso de enseñanza del estilo crol, así como los métodos de nivel teórico y empírico, orientados a ofrecer cumplimiento al objetivo general de este estudio científico. Los resultados de los ejercicios aplicados a los atletas tuvo un resultado eficaz en un 68% lo cual comprobó que al aplicar bien una metodología de enseñanza adecuada del estilo crol puede tener un efecto positivo para los futuros nadadores de la provincia, en conclusión, la guía metodología de la enseñanza del estilo crol crea un ambiente más agradable para el atleta y aumenta su interés y motivación a lo largo de su aprendizaje; por consiguiente, es recomendable su uso para el proceso de enseñanza-aprendizaje del estilo crol.

Castro (2024) la investigación tiene como título “*Juegos pre deportivos y análisis biomecánico del estilo crol en adolescentes*”. Tiene como objetivo mejorar los

movimientos biomecánicos del estilo crol a través de los juegos pre deportivos en adolescentes de la Federación Deportiva de Pastaza, la metodología responde a un enfoque de investigación cuantitativo de tipo transversal. Puesto que los resultados son de naturaleza numérica y se derivan del empleo de herramientas cuantitativas durante un lapso específico. El método de recopilación de datos se realizó a través de la aplicación KINOVEA que tiene relación estrecha con el análisis biomecánico con la natación. Los resultados de la investigación de las diferentes fases analizadas muestran que la intervención tuvo efectos variables. La fase agarre, se observaron mejoras significativas, lo que sugiere que la intervención fue particularmente efectiva en esta parte del movimiento. Esto se evidenció a través de una mayor consistencia y centralización de los datos post intervención. Sin embargo, las fases de jalón, empuje, patada y posición del cuerpo no mostraron diferencias de mejora en algunas fases, la intervención no tuvo un impacto considerable en todas ellas. Se llegó a la conclusión de la evaluación pre y post test de la intervención reveló mejoras en el nivel biomecánico del estilo crol en adolescentes, determinadas a través de una ficha de evaluación de la técnica del estilo crol.

2.1.2. Nacional

Rios y pillpinto (2024) la investigación tiene como título “*Lateralidad en el estilo crol de la natación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato L. Herrera- Cusco- 2022*”. El objetivo general del estudio fue, determinar la relación existente entre la lateralidad y la práctica del estilo crol de la natación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato L. Herrera-Cusco-2022. La muestra estuvo constituida por 23 estudiantes. La metodología de diseño que se utilizó fue correlacional. El instrumento que se uso fue la ficha de observación. Y los resultados obtenidos han sido que, el 73.9% de 23 estudiantes a veces es consciente del uso de su lateralidad, en oposición un 26.1% casi siempre ponen en práctica su lateralidad adecuadamente en el aprendizaje del estilo crol en la natación; donde se puede ver que más del 50% de los estudiantes en el estudio representan a aquellos que no tienen consciencia de su lateralidad o no lo desarrollan adecuadamente en la natación, en especial en el aprendizaje del estilo crol; con esto se puede aprender, cuando una persona no hace uso o no desarrolla la lateralidad adecuadamente seguramente tendrá desafíos en el aprendizaje del estilo crol, y en general toda la disciplina de la natación con aquellos estudiantes que son un 26.1% de los que casi siempre practican, necesitan pasar al nivel

de aquellos que siempre utilizan o son conscientes del uso de su lateralidad en la práctica de la natación.

Herrera (2021) La investigación tiene como título *“El estilo crol en la natación y el fortalecimiento de la psicomotricidad en los alumnos de un instituto tecnológico del Callao, 2021”* conocer de qué manera el estilo crol de la natación se relaciona con el fortalecimiento de la psicomotricidad. La metodología Estuvo regida bajo el enfoque tipo cuantitativo, diseño asumido es no experimental. La muestra empleada fue de 63 alumnos, con instrumentos validados por tres expertos y el valor del alfa de Cronbach es de 0.911, demostrando una alta fiabilidad. Los resultados nos indicaron que el P value < 0,05, se rechaza el Ho; Por lo tanto, se concluye, existe relación positiva entre el estilo crol de la natación con el fortalecimiento de la psicomotricidad en los alumnos, Rho de Spearman de 0.661 y una significancia bilateral de .0000.

2.1.3. Regional

Narvaez y Rúa (2023) la investigación tiene como título *“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 objetivo determinar la 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; la metodología es tipo y nivel de investigación explicativa experimental de diseño pre experimental con un grupo intacto; el área de estudio fue en el colegio “Mariscal Cáceres” ; la muestra constituyó 10 estudiantes del sexto grado “A” de educación primaria; los datos fueron recolectados a través del test de Wells y Dillon, prueba de validez de instrumentos a través de juicio de expertos y la confiabilidad a través de prueba de alfa de Cronbach; se aplicó el estadístico Wilcoxon para la contrastación o prueba de hipótesis con un nivel de confianza al 95% y de significancia de 5%. Se halló como resultado que la significancia calculada es menor que la asumida ($0,001 < 0,005$) y se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna. Como conclusión, la aplicación del estilo crol tiene efectos significativos en el nivel de flexibilidad en los estudiantes sexto grado “A” de educación primaria en la institución educativa “Mariscal Cáceres”, Ayacucho-2022.

2.2. Bases Teóricas

2.2.1. Estilo Crol

El estilo crol es una disciplina deportiva que contribuye al desarrollo integral del individuo, favoreciendo la resistencia cardiovascular, la fuerza muscular, la coordinación motriz y la seguridad en el medio acuático (Maglischo, 2003). En el ámbito escolar, la natación forma parte de la Educación Física porque permite a los estudiantes adquirir habilidades motoras, mejorar su condición física y fomentar hábitos de vida saludables.

El crol, se erige como uno de los estilos más populares en la natación competitiva y formativa, gracias a su rapidez, precisión técnica y un aprendizaje relativamente sencillo. Es un ballet sincronizado de brazos, patadas de piernas y respiraciones laterales. Aquí se despliegan diversas interpretaciones desde múltiples enfoques.

Desde una perspectiva de desarrollo físico, la natación es considerada una actividad integral especialmente adecuada en edades tempranas. El estudio de Sánchez et al. (2020) Evaluó las repercusiones de un programa de natación estilo libre en infantes de primaria y descubrieron notables incrementos en la capacidad cardiorrespiratoria, la potencia explosiva, la agilidad y la elasticidad. Esto sostiene la noción de la natación como una actividad que fomenta el crecimiento físico holístico de los pequeños.

Estilo crol, este estilo es el más común en las clases, ya que es el primero que se enseña, el nadador está boca abajo y realiza un movimiento alterno con ambos brazos (brazada), primero con el derecho y luego con el izquierdo, como las aspas de un molino. También usa un número de movimientos de piernas (patada) que puede variar según el nadador y la distancia que deba nadar.

2.2.2. Características de Estilo Crol

Como expresa López et al. (2002) el estilo de natación conocido como crol se define como la acción coordinada y alternante de los brazos y las piernas para desplazarse en el agua. En este estilo, el nadador adopta una posición ventral, realiza un movimiento circular completo con los brazos y un batido con las piernas. Además, se destaca la importancia de la rotación de la cabeza, que se coordina con los movimientos de los brazos para facilitar la respiración durante la ejecución de la técnica.

Para el estudio de la técnica del estilo crol, autores como Arsenio y Strnad (1998), Examinaron la mecánica del estilo al detallar las distintas posiciones y movimientos

corporales en las fases o técnicas fundamentales como: la posición corporal, la acción de los brazos, la acción de las piernas, la respiración y la coordinación muscular.

El estilo crol se caracteriza por ser la modalidad de natación más rápida y eficiente, basada en una acción alternada de brazos y un batido constante de piernas. Sus principales características son:

Posición Corporal. El nadador se mantiene en posición boca abajo, lo que permite una mayor flexibilidad y reducción de la resistencia al agua.

Movimiento de Brazos. Los brazos intercambian roles: mientras uno se sumerge en el agua impulsando hacia atrás para propulsar, el otro emerge sobre el agua con el codo abierto y la mano descendiendo con la palma hacia abajo. Este baile perpetuo ofrece una fuente perpetua de energía.

Movimiento de Piernas. Las piernas se mueven de manera alterna, sobre todo hacia arriba y hacia abajo, empezando en la cadera y con un poco de rotación que ayuda a mantener el equilibrio y la rotación del cuerpo. Aunque el batido ayuda a mantener la estabilidad, también ayuda a impulsarse y a mantener la posición en el agua.

Respiración. Durante la ejecución de este movimiento, es importante mantener una postura adecuada, con la cabeza girada hacia un lado para facilitar la respiración, permitiendo así que el cuerpo se mantenga en una posición horizontal en el agua. Esta técnica de respiración adecuada facilita una oxigenación eficiente del organismo, permitiendo al nadador mantener un ritmo constante y fluido en su desplazamiento por el agua.

Fases del Ciclo de Nado. El proceso completo de natación incluye un total de cuatro fases fundamentales: desplazamiento inicial, fase de empuje, finalización del empuje y fase de recuperación. Todas estas etapas se sincronizan de manera precisa con el objetivo de optimizar tanto la velocidad como la eficiencia en el medio acuático.

Beneficios Físicos. El crol trabaja varios grupos musculares, mejora la resistencia del corazón y los pulmones, ayuda en la coordinación y la flexibilidad, y es bueno para todas las edades porque es de bajo impacto y quema muchas calorías.

Aspectos Técnicos. Se aconseja flexionar la muñeca, elevar el codo durante la entrada y recuperación del brazo, y mantener los pies alineados y hacia adentro para

aminorar la resistencia. La estrategia persigue reducir al mínimo el contacto con el agua para maximizar el progreso.

2.2.3. Fases de la Enseñanza Del Estilo de Nado Crol

La Familiarización. Es una fase crucial en el camino hacia la natación, donde se encuentra el primer encuentro con el océano. Este ajuste al entorno debe realizarse de manera gradual y continua. En ciertos individuos, esta fase desata pavor e inquietud, impidiendo el avance.

Adaptación. Cárdenas (2012) indica que "Para el aprendiz, crear una conexión motriz con un elemento nuevo es un proceso donde debe adaptarse a las propiedades físicas y químicas del agua, por lo que tendrá que aceptar cómo el líquido influye en su comportamiento". (p.79).

Flotabilidad. Es esencial calcular con precisión el volumen total del cuerpo sumergido en el agua de forma relajada para lograr un control óptimo durante la actividad física; de igual manera, la capacidad de flotación juega un papel fundamental en la práctica de la natación. (Cañas, 2013).

La Propulsión. Cárdenas (2012). La fuerza propulsora se origina en la simple acción de desplazar los brazos y las piernas. Vientres de músculos en manos, muñecas, pantorrillas e incluso en el dorso de los muslos emergen brevemente como plataformas sobre las cuales el cuerpo se sostiene, y el movimiento empuja los hombros hacia delante.

Deslizamiento. Al respecto, el profesor Sandino (1986), p. 73) El nadador queda completamente extendido en el agua, las manos alineadas una sobre otra, los hombros cerrando el paso a los oídos, la mirada fijada en el fondo azul. Los glúteos permanecen apretados, las piernas se mantienen juntas y los pies se cierran en un solo filo. En esa postura el cuerpo corta el agua con casi ningún roce. Aparece inmediatamente después de la zambullida, justo antes de salir a la superficie, y vuelve a repetirse luego de cada viraje.

2.2.4. Factores que Influyen en la Práctica del Estilo Crol

La práctica del estilo crol no depende únicamente del aprendizaje técnico, sino que está influenciada por diversos factores que pueden mejorar o dificultar su correcta ejecución. Estos factores se pueden agrupar en físicos, técnicos, psicológicos y ambientales.

El desarrollo de la fuerza muscular, la resistencia cardiovascular y la flexibilidad son fundamentales para realizar movimientos coordinados y mantener la postura correcta en el agua. La fuerza en los brazos y piernas permite un impulso constante, mientras que la resistencia física garantiza que el nadador pueda mantener el estilo crol durante periodos más largos (Maglischo, 2003).

La correcta ejecución del estilo crol requiere coordinación entre los movimientos de brazos y piernas, respiración lateral y alineación corporal. Una técnica inadecuada puede generar mayor resistencia en el agua y disminuir la eficiencia del nado. La instrucción adecuada y la práctica guiada por un docente especializado son esenciales para corregir errores y fortalecer la técnica (Arellano, 2010).

2.2.5. Consecuencias del Estilo Crol

La práctica del estilo crol genera diversas consecuencias, tanto positivas como negativas, dependiendo de la correcta ejecución de la técnica y la frecuencia de práctica.

Consecuencias Físicas. La práctica regular del estilo crol mejora la fuerza muscular, especialmente en brazos, hombros y piernas, y aumenta la resistencia cardiovascular. Además, contribuye a un desarrollo equilibrado de la musculatura y a la mejora de la postura corporal. Sin embargo, una ejecución incorrecta puede generar sobrecargas musculares o fatiga, especialmente en hombros y espalda (Maglischo, 2003).

Consecuencias Técnicas. El aprendizaje adecuado del estilo crol permite que los estudiantes se desplacen con mayor eficiencia en el agua, mejorando la coordinación de movimientos, la respiración lateral y la alineación corporal. Por el contrario, errores técnicos frecuentes pueden disminuir la velocidad y aumentar la resistencia al avance.

Consecuencias Psicológicas. La práctica del estilo crol fortalece la confianza y la seguridad en el medio acuático, reduce la ansiedad y promueve la motivación para aprender otros estilos de natación. Por otro lado, la falta de dominio técnico puede generar frustración o desinterés en la actividad (Prieto y Sedlacek, 2021).

Consecuencias Educativas. En el ámbito escolar, dominar el estilo crol contribuye a mejorar la participación en clases de Educación Física y la integración en actividades grupales. Además, promueve hábitos de vida saludables, disciplina y responsabilidad. Sin embargo, la ausencia de práctica sistemática puede limitar estos beneficios y afectar el rendimiento global del estudiante en actividades acuáticas.

2.2.6. Importancia del Estilo Libre

El estilo crol también promueve beneficios psicológicos y sociales, como la seguridad en el agua, la autoestima y la motivación para participar en actividades grupales de Educación Física. Asimismo, al dominar esta técnica, los estudiantes pueden prevenir accidentes en el medio acuático y desarrollar hábitos de vida saludables desde temprana edad (Prieto y Sedlacek, 2021).

2.2.7. Teorías Sobre la Práctica del Estilo Crol

Teoría del Aprendizaje Motor Según Schmidt y Lee (2011), el aprendizaje motor se centra en la adquisición y perfeccionamiento de habilidades a través de la práctica y la retroalimentación. Aplicada al estilo crol, esta teoría explica cómo los nadadores desarrollan la coordinación de brazos, piernas y respiración mediante repeticiones controladas y correcciones constantes, mejorando la eficiencia de los movimientos en el agua.

Teoría de la Transferencia de Habilidades Esta teoría plantea que la práctica de una habilidad influye en el aprendizaje de otras habilidades relacionadas. En el contexto del estilo crol, los movimientos aprendidos pueden facilitar la adquisición de otros estilos de natación, como espalda o mariposa, gracias a la coordinación y control corporal adquiridos durante la práctica del crol (Magill, 2006).

Teoría del Control Motor El control motor se enfoca en la capacidad del sistema nervioso para coordinar movimientos precisos y adaptarse a las demandas del entorno (Shumway-Cook & Woollacott, 2012). En el estilo crol, esta teoría explica cómo el nadador ajusta la fuerza de brazos y piernas, la postura y la respiración para mantener un desplazamiento fluido y eficiente, optimizando el rendimiento.

Enfoque Pedagógico de la Enseñanza de la Natación Autores como Prieto y Sedlacek (2021) señalan que la enseñanza del estilo crol requiere estrategias progresivas y adaptadas a la edad y nivel de los estudiantes. Esto incluye ejercicios de coordinación, control respiratorio y postura corporal, así como retroalimentación constante para corregir errores técnicos. Este enfoque combina la teoría del aprendizaje motor con la práctica pedagógica, permitiendo un aprendizaje más efectivo.

2.2.8. Dimensiones

Dimensión Técnica de Brazada. La técnica de los brazos es un aspecto crucial en la práctica de la natación, ya que se trata de un movimiento continuo y armonizado que resulta esencial para que el nadador logre desplazarse de forma óptima en el medio acuático. Esta técnica de natación varía significativamente dependiendo del estilo de nado que se esté practicando, ya sea crol, espalda, braza o mariposa. Requiere una cuidadosa combinación de fuerza muscular, ritmo adecuado, coordinación precisa y una correcta posición corporal con el objetivo de maximizar el desplazamiento a través del agua y minimizar la resistencia hidrodinámica que se opone al movimiento del nadador.

"Un análisis biomecánico detallado de la brazada permite identificar los puntos críticos para la generación de fuerza propulsiva" (Maglischo, 2003, p. 85).

Dimensión Técnica de Patada. La patada de crol es un elemento fundamental en la técnica de natación, ya que aporta impulso, control y equilibrio al nadador en el medio acuático. Varía significativamente dependiendo del estilo de nado que se esté practicando, ya sea crol, espalda, braza o mariposa, y se distingue por la ejecución de movimientos rítmicos y perfectamente coordinados de las piernas, los cuales complementan de manera armoniosa el esfuerzo realizado por los brazos y la correcta técnica de respiración.

Según Counsilman (1968), el batido de pies en el estilo crol cumple principalmente una función estabilizadora más que propulsiva, siendo los brazos los principales responsables del impulso.

Dimensión de la Respiración. La técnica de respiración en el estilo crol se caracteriza por realizar la inhalación de forma lateral o bilateral de manera sincronizada con el movimiento de los brazos y la rotación del cuerpo, permitiendo mantener un ritmo constante y eficiente sin afectar la hidrodinámica del nado. Según Maglischo (2003), la respiración en el estilo libre debe coordinarse con la rotación corporal y las brazadas para preservar la eficiencia y la continuidad del movimiento.

2.3. Definición de Términos Básicos

Natación. Deporte y actividad física que consiste en el desplazamiento del cuerpo humano en el agua mediante la coordinación de movimientos de brazos, piernas y respiración, sin apoyo sólido.

Estilo. El estilo se refiere al conjunto de movimientos técnicos del cuerpo (brazos, piernas y respiración) que permiten desplazarse en el agua de una manera específica y reconocida, como el estilo crol, espalda, pecho o mariposa.

Estilo Crol. Técnica de natación considerada la más rápida, caracterizada por el movimiento alternado de los brazos, la patada continua de las piernas y la respiración lateral coordinada con el avance.

Práctica Deportiva. Conjunto de actividades físicas realizadas de manera sistemática y planificada con el propósito de mejorar habilidades motrices, técnicas y el rendimiento físico.

Técnica. Es el conjunto de movimientos ordenados y coordinados que se realizan de manera correcta para ejecutar una actividad física, permitiendo un desempeño eficaz, seguro y eficiente.

Técnica de Natación. Forma correcta de ejecutar los movimientos corporales en el agua, respetando la coordinación, postura, ritmo y eficiencia para un desplazamiento adecuado.

Frecuencia. Es el número de veces que ocurre un evento en un periodo de tiempo determinado.

Frecuencia de Respiración. Técnica respiratoria del estilo crol que consiste en girar la cabeza hacia uno de los lados para inhalar aire sin interrumpir el desplazamiento.

Patada de Crol. Movimiento alternado y continuo de las piernas que se realiza desde la cadera, con ligera flexión de rodillas, cuya función principal es mantener la estabilidad y el impulso.

Brazada. Movimiento completo del brazo que incluye la fase de entrada, agarre, tirón, empuje y recobro, fundamental para la propulsión en el estilo crol.

Flotación. Capacidad del cuerpo para mantenerse en la superficie del agua, influenciada por la postura corporal y el control respiratorio.

Resistencia Física. Capacidad del nadador para mantener el esfuerzo durante un período prolongado sin disminuir su rendimiento durante la práctica del estilo crol.

2.4. Variables de Investigación

2.4.1 Definición Conceptual

Práctica del Estilo Crol Aguilera y vega (2020), Según los expertos, el estilo libre o crol es una modalidad de natación donde los brazos, las piernas y el tronco se entrelazan en cuatro etapas: deslizamiento, empuje, y final del empuje. Su meta primordial es acelerar el movimiento del nadador en el agua, maximizando el esfuerzo muscular y reduciendo al mínimo la oposición del entorno. Asimismo, detectan fallos habituales como la incorrecta postura del codo al recuperarse y el mal ascenso de la mano al agua, factores que merman la eficacia técnica del nadador.

2.5. Definición Operacional de la Variable de Estudio

Desde la posición de Pérez (2018), la operacionalización de variables “consiste en una técnica de conjuntos de técnicas y métodos que permiten medir la variable de investigación, es un proceso de separación y análisis de la variable en sus componentes que permitan medirla” (p. 20). Por otra parte, convierte los indicadores en ítems o elementos de observación.

2.6. Cuadro de Operacionalización de Variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Práctica del estilo crol en la natación	Aguilera & vega (2020), Según los expertos, el estilo libre o crol es una modalidad de natación donde los brazos, las piernas y el tronco se entrelazan en cuatro etapas: deslizamiento, empuje, y final del empuje. Su meta primordial es acelerar el movimiento del nadador en el agua, maximizando el esfuerzo muscular	se midió mediante el instrumento (observación) que contiene 9 ítems y se utilizó la técnica la (ficha de observación).	Técnica de Brazada	Posición de los brazos en la entrada al agua	Nunca A veces Siempre
				Ejecución de la fase de tracción y empuje	
				Recuperación del brazo fuera del agua	
			Técnica de Patada	Posición corporal durante la patada	
				Movimiento de las piernas	
				Flexión de tobillos	
			Frecuencia de respiración	Coordinación entre brazada y respiración	
				Ritmo de brazadas y patadas	
				Técnica de inhalación y exhalación	

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de Estudio

Arias y Covinos (2021) argumentan que existe una discrepancia en cuanto a la naturaleza de la investigación básica, también conocida como investigación pura. En este tipo de investigación, no se busca resolver ningún problema específico, sino que se centra en la descripción detallada de las características del fenómeno estudiado. Estas investigaciones desempeñan un papel fundamental al proporcionar bases teóricas sólidas que servirán de punto de partida para investigaciones futuras.

3.2. Nivel de Investigación

De acuerdo con Hernández et al. (2014), el nivel de investigación descriptivo se caracteriza por su propósito de "detallar minuciosamente las particularidades de un fenómeno o la interacción entre diversas variables", sin tener la intención de indagar en las posibles razones o consecuencias (p. 99). Este tipo de investigación se enfoca en llevar a cabo una observación minuciosa, un análisis exhaustivo y un registro detallado de datos de forma sistemática con el fin de describir con precisión las propiedades, comportamientos y dimensiones del objeto de estudio tal y como se manifiestan en la realidad.

3.3. Método de Estudio

Dankhe (1989) busca mencionar las propiedades, características y perfiles de las personas o grupos de una sociedad de un problema u objeto de estudio que se rinda a un estudio.

3.3.1 Inductivo – Deductivo

El método comienza desentrañando los fundamentos, teoremas, leyes y principios de validez universal y comprobada, para luego materializarlos en soluciones o sucesos concretos. (Bernal, 2010. pág.79) La inducción es un tipo de razonamiento que permite llegar a conclusiones generales a partir de casos específicos mientras que la deducción es el proceso de razonamiento que va de un conocimiento general a uno más específico ambos métodos inducción y deducción se complementan en La búsqueda del conocimiento científico.

Es el arte de desentrañar misterios que surgen en la muestra y que despiertan curiosidad en el estudio. Por esta razón, este enfoque se utiliza para narrar sucesos y eventos que se manifiestan simultáneamente en la muestra. Por ende, se utiliza este enfoque para desentrañar y descifrar ciertos cambios o circunstancias que surjan en la muestra. En consecuencia, este enfoque se centra en aquellas circunstancias particulares o impactantes que pueden dejar una huella significativa o problemática en el individuo, enriqueciendo así el contenido científico del estudio.

3.3.2 Estadístico

En este método estadístico fue seleccionado debido al transcurso de la investigación que se lleva a cabo en exhaustivo análisis de acuerdo a la interpretación de los datos. Asimismo, esto permitió obtener información relevante desde la fase diagnóstica hasta la evaluación de los resultados, de los cuales se presentó de manera clara en tablas y figuras, acompañados de interpretaciones pertinentes sobre el desarrollo del experimento (Gamarra,2015).

Asimismo, Ayala (2000), en este método representa un enfoque cuantitativo para estudiar el comportamiento de un fenómeno observado, utilizando herramientas estadísticas para planificar, recopilar, organizar, representar, interpretar datos y formular teorías.

3.4. Diseños de Investigación

Arias y Covinos, (2021), En cuanto al diseño del estudio es no experimental, En este esquema, no se aplican estímulos ni condiciones experimentales a las variables analizadas; los participantes del estudio son evaluados en su entorno natural, sin alterar ninguna circunstancia; además, no se alteran las variables analizadas. En este esquema

se distinguen dos variedades: transversal y longitudinal, y la distinción radica en el momento en que se llevan a cabo.

M.....O

Donde:

M: muestra

O: observación

3.5. Población y Muestra

3.5.1. Población

Arias y Cubinos (2021), Considera que la población es el conjunto total de individuos o elementos en el cual se llevará a cabo la experimentación, y que poseen características similares entre sí, lo cual es fundamental para garantizar la validez de los resultados obtenidos. Por lo cual, la población comprendía en el estudio es 101 estudiantes, los cuales, pertenecen al segundo grado de secundaria de la Institución Educativa González Vigil.

Tabla 1

Población de estudiantes del segundo grado del nivel secundaria

Estudiantes del segundo grado	Varones	Mujeres	Total
A	15	12	27
B	10	13	23
C	12	11	23
D	16	12	28
Total	53	48	101

Nota. Total de la población de segundo grado de secundaria

3.5.2. Muestra

En ese sentido, Bernal (2010), La muestra es: “la parte de la población que se selecciona, de la cual realmente se obtiene la información para el estudio y sobre la cual se efectuarán la medición y la observación de las variables objeto de estudio”. (Pág. 16). También señala lo que, la muestra es entendida como un sub grupo o sub elemento que forma parte de la población total, dicho sub grupo posee características específicas de interés para el estudio en cuestión. Por lo tanto, se procede a llevar a cabo la selección y

determinación del tamaño de la muestra, de acuerdo con los criterios establecidos por el investigador

Por lo tanto, para el estudio, la muestra estuvo conformada por 23 estudiantes, los cuales pertenecen al segundo grado “B” de secundaria de la Institución Educativa González Vigil.

Tabla 2

Muestra de estudio del segundo grado “B” de secundaria

Segundo Grado	N° de estudiantes		Total
	Varones	Mujeres	
B	13	10	23
Total			23

Nota. Número total de la muestra.

3.6. Técnica de Muestreo

En esta investigación, se utilizó el muestreo por conveniencia, una técnica de muestreo no probabilística y no aleatoria que se fundamenta en la accesibilidad y la presencia de individuos para formar parte de la muestra.

Hernández et al., (2014) El muestreo no probabilístico es una técnica de muestreo donde el investigador elige muestras a través de un juicio personal, en lugar de elegir por azar. Desde una perspectiva cuantitativa, este método ofrece una ventaja en la determinación de estudios, ya que no demanda una representación de individuos de una población, sino una meticolosa de selección de casos con características previamente definidas en el planteamiento del problema. (pag.162)

3.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

3.7.1. Técnica

Según el autor Quispe, sobre la técnica define que, la observación implica un registro sistemático válido y confiable de la conducta o conducta que se manifiesta. Se puede utilizar como herramienta de medición en muchas situaciones diferentes. Es un método muy utilizado en la investigación educativa, puede servir para determinar la acepción de un grupo respecto a su profesor, analizar conflictos en sus instituciones, el tratamiento de lenguas, etc. (2012, p. 114)

3.7.2. Instrumento

Para la presente investigación se utilizó como instrumento la ficha de observación para poder ordenar datos y registrar el mismo. Sobre la ficha de observación el autor afirma que: “también puede buscar en otras fuentes para desarrollar ficha de observación, especificar que puede utilizar como listas para rastrear comportamientos en el desarrollo con niños específicos”. (Morrison, 2005, p. 48)

3.7.3. Validez y confiabilidad del Instrumento

El instrumento elaborado se sometió a la validación de juicio de tres docentes expertos, la cual se presenta a continuación.

Tabla 3

Resultado de la prueba de validez por juicio de expertos

Juicio de expertos	Puntaje %	Puntaje	Decisión
Experto 1	80	0,80	Significativa
Experto 2	95	0,95	Significativa
Experto 3	80	0,80	Significativa
Promedio ponderado	85	0,85	Excelente validez

Nota. Ficha de Validación por juicio de expertos.

Interpretación. En la tabla 3 se presenta la validez del instrumento de acuerdo al juicio de tres expertos, el primer experto califica 80 puntos, el segundo experto califica 95 puntos y el tercero califica 80 puntos, haciendo un total de 85,00 cuya decisión es excelente. Esta información se comprueba con el valor kappa de Landis y Koch (1997).

3.7.4. Confiabilidad

El siguiente trabajo se estimó mediante el Alfa de Cronbach,

Tabla 4

Resultado de la prueba de fiabilidad

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,901	9

Estadísticas de total de elemento				
	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
F1	16.9565	15.316	.586	.897
F2	16.9130	14.992	.640	.893
F3	17.1739	14.423	.766	.883
F4	17.0870	13.538	.795	.880
F5	16.9130	15.901	.522	.901
F6	16.9565	15.043	.648	.892
F7	17.3913	15.431	.614	.895
F8	17.2609	14.656	.712	.887
F9	17.0870	14.174	.743	.885

Nota. Resultado de pilotaje, aplicado a los estudiantes del 2 grado B.

Interpretación En la tabla 4, el resultado muestra el coeficiente de alfa de Cronbach con un valor igual a ,901. Se concluye que el instrumento de recolección de datos de la variable práctica del estilo crol presenta una excelente confiabilidad. Y es aplicable en la recolección de datos del objeto de estudio.

3.8. Métodos de Procesamiento de los Datos.

Se empleará la parte estadística sistemática para poder procesar adecuadamente los datos, por medio del uso de software estadísticos, en primera instancia se empleará el Excel con la finalidad de organizar adecuadamente la base de datos y posteriormente, trabajarlo con el software Spss V.27 respectivamente, el cual, es un software que permite el análisis sistemático y automatizado, previniendo errores mínimos y de esta manera se garantiza el procesamiento de todos los datos, con el objetivo de alcanzar el objetivo propuesto. Así mismo, para la interpretación de datos, se empleará tablas que nos ayuden a comprender y describir adecuadamente la variable de la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil”. Huanta, 2025. Por ello que, la interpretación es un aspecto importante de gran relevancia para explicar y describir adecuadamente los resultados.

3.9. Aspectos Éticos

En la presente investigación sobre la práctica del estilo crol (libre) en estudiantes de segundo grado de secundaria, se consideraron diversos aspectos éticos para garantizar

el respeto y la protección de los participantes. En primer lugar, se solicitó la autorización de la institución educativa y el consentimiento de los estudiantes para participar en el estudio.

Asimismo, se aseguró la confidencialidad de la información recolectada, evitando revelar datos personales de los participantes y utilizando la información únicamente con fines académicos y de investigación.

Del mismo modo, la participación de los estudiantes fue voluntaria, respetando su derecho a participar o retirarse de la investigación en cualquier momento. Finalmente, los resultados obtenidos fueron utilizados de manera responsable, con el propósito de contribuir al conocimiento sobre la práctica del estilo libre y mejorar los procesos de enseñanza en el área de Educación Física.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. Presentación y Descripción de los Resultados

Los datos recolectados con la ficha de observación de la variable de práctica del estilo crol en la natación, de una muestra de 23 estudiantes del segundo grado, de la sección B, del nivel secundario que corresponde al 100%.

4.2.1. A Nivel Descriptivo

Los datos recolectados con la ficha de observación fueron valorados mediante una escala valorativa ordinal: nunca (1), a veces (2), y siempre (3), estos datos se organizan en una tabla de frecuencias con el programa SPSS, que a continuación presentamos:

Tabla 5

Resultados descriptivos de la variable de práctica del estilo crol en la natación

Práctica del estilo crol	Frecuencia absoluta (ni)	Frecuencia relativa (hi)%
Nunca	1	4,3
A veces	14	60,9
Siempre	8	34,8
Total	23	100

Nota: Data obtenida de la práctica del estilo crol en la natación con la ficha de observación.

Interpretación. En la tabla 5 se muestran los resultados que el 60.9% manifiestan que “A veces” realizan la práctica del estilo crol. Mientras que 34,8% indican que “Siempre” practican este estilo de natación. Por ultimo el 4,3% señalan que “Nunca” realiza la práctica del estilo crol.

Esta situación la mayoría de los estudiantes practica el estilo crol solo de manera ocasional, en este sentido lo que sugiere que aún no existe una práctica constante de la técnica del estilo crol. Sin embargo, también se muestra un porcentaje significativo de estudiantes que siempre la practican, lo que evidencia cierto nivel de dominio.

En este sentido, los resultados reflejan la necesidad de orientar estrategias pedagógicas en las clases de nataciones para una práctica constante y mejorar el dominio de la técnica del estilo crol en lo estudiantes.

Tabla 6

Resultados descriptivos de la técnica de brazada

Técnica de brazada	Frecuencia absoluta (ni)	Frecuencia relativa (hi)%
Nunca	2	8.7
A veces	14	60.9
Siempre	7	30.4
Total	23	100

Nota: Data obtenida de la técnica de brazada con la ficha de observación.

Interpretación. En la tabla 6 se muestran los resultados que el 60.9% manifiestan que “A veces” llegan a lograr mantener correctamente la técnica de brazada. Mientras que el 30,4%, indican que “Siempre” realizan correctamente la técnica de brazada, lo cual demuestra que un grupo tiene el dominio de la técnica de brazada adecuada. Por último, que corresponden al 4,3% señalan que “Nunca” logran realizar correctamente el movimiento de la técnica de brazada.

A partir de estos resultados se puede interpretar que el movimiento de brazos aún no se encuentra plenamente consolidado en la mayoría de los estudiantes, por lo que recomienda promover la enseñanza de la técnica de brazada para mejorar la coordinación y el rendimiento en la natación.

Tabla 7*Resultados descriptivos de la técnica de patada*

Técnica de la patada	Frecuencia absoluta (ni)	Frecuencia relativa (hi)%
Nunca	2	8.7
A veces	13	56.5
Siempre	8	34.8
Total	23	100

Nota: Data obtenida de la técnica de patada con la ficha de observación.

Interpretación. En la tabla 7 se muestran los resultados que el 56.5% manifiestan que “A veces” llegan a lograr mantener correctamente la técnica de patada. Mientras que 34.8%, indican que “Siempre” realizan correctamente la técnica de patada, lo cual demuestra que un grupo tiene el dominio de la técnica de patada adecuada. Por último, que corresponden al 8.7% señalan que “Nunca” logran realizar correctamente el movimiento de la técnica de patada.

Este resultado indica que los estudiantes solo en algunas ocasiones logran mantener una adecuada alineación de la técnica de patada en la ejecución del estilo crol.

Tabla 8*Resultados descriptivos de la frecuencia de respiración*

Frecuencia de respiración	Frecuencia absoluta (ni)	Frecuencia relativa (hi)%
Nunca	4	17.4
A veces	15	65.2
Siempre	4	17.4
Total	23	100

Nota: Data obtenida de la frecuencia de respiración con la ficha de observación.

Interpretación. En la tabla 8 se muestran los resultados que el 65.2% manifiestan que “A veces” realizan de manera irregular la coordinación de la frecuencia de respiración durante la práctica del estilo crol. Mientras que 17.4%, indican que “Siempre” logran realizar una adecuada respiración durante el nado, lo cual evidencia un mejor dominio de la frecuencia de respiración. Por último, que corresponden al 17.4% señalan que “Nunca”. Logran coordinar correctamente la respiración al ejecutar el estilo crol.

En este sentido, los resultados permiten interpretar que la respiración constituye una de las habilidades que requieren mayor práctica y perfeccionamiento, ya que la mayoría de los estudiantes aún no logra ejecutarla de forma constante durante la práctica de este estilo de natación.

4.2. Discusión de Resultados

Los resultados obtenidos en la presente investigación evidencian que la práctica del estilo crol es altamente deficiente, que conlleva que la gran mayoría de los estudiantes 60.9% manifiestan realizar “A veces”. Mientras un grupo que representan un 34.8%, se manifiesta en “Siempre”. Por último, una representación de un 4.3% se manifiesta en “Nunca” realiza la práctica del estilo crol. Este resultado corrobora la realidad problemática de los estudiantes del segundo grado B, la cual radica en la falta de la enseñanza y práctica del estilo crol, lo que limita el desarrollo técnico de los estudiantes.

Asimismo, los resultados también se asemejan a lo reportado por Ríos & Pillpinto (2024), quienes encontraron que el 73.9% de los estudiantes se ubicaba en la categoría “A veces” y el 26.1% en “Casi siempre”. Esta similitud refuerza la idea de que el nivel intermedio es una constante en contextos educativos donde el aprendizaje del estilo crol aún no se encuentra completamente desarrollado. Además, dichos autores señalan que aproximadamente el 50% de los estudiantes no presenta una adecuada conciencia de la lateralidad, lo cual coincide con las dificultades observadas en la coordinación de la brazada y la respiración en la presente investigación.

Estos hallazgos guardan relación con lo planteado por Apolo (2023), quien reporta un nivel de resultados eficaces del 68%, evidenciando que el aprendizaje de habilidades acuáticas suele situarse en niveles intermedios cuando no existe una práctica constante y sistemática. En este sentido, los resultados de la presente investigación se aproximan a dicha realidad, mostrando que los estudiantes aún se encuentran en proceso de desarrollo.

De igual manera, lo planteado por Aguilera & Vega (2020) respalda la importancia de la práctica constante y la aplicación de estrategias metodológicas adecuadas para el desarrollo de habilidades acuáticas. En ese sentido, los resultados de la presente investigación evidencian que la falta de dominio en las dimensiones de brazada, patada y respiración podría estar relacionada con la necesidad de fortalecer dichos aspectos dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

En relación con las dimensiones específicas, se identificó la dimensión técnica de brazada (Tabla 6), se evidencia que el 60.9% se encuentra en la categoría “A veces”, lo cual indica que aún presentan limitaciones en la coordinación y ejecución de los movimientos de los brazos. Asimismo, el 30.4% logra realizar la técnica “Siempre”, mientras que el 8.7% presenta mayores dificultades al ubicarse en la categoría “Nunca”. Según (Maglischo, 2003, p. 85). "Un análisis biomecánico detallado de la brazada permite identificar los puntos críticos para la generación de fuerza propulsiva".

Respecto a la dimensión técnica de patada (Tabla 7), se observa que el 56.5% se ubica en la categoría “A veces”, evidenciando un nivel intermedio en la ejecución de esta técnica. Por otro lado, el 34.8% manifiesta que “Siempre” realiza correctamente la patada, mientras que el 8.7% indica que “Nunca” logra ejecutarla adecuadamente. Según Counsilman (1968), el batido de pies en el estilo crol cumple principalmente una función estabilizadora más que propulsiva, siendo los brazos los principales responsables del impulso.

En cuanto a la dimensión frecuencia de respiración (Tabla 8), se aprecia que el 65.2% se encuentra en la categoría “A veces”, lo que refleja dificultades en la coordinación respiratoria durante la práctica del estilo crol. Asimismo, el 17.4% logra realizar la respiración “Siempre” de manera adecuada, mientras que el mismo porcentaje (17.4%) indica que “Nunca” lo consigue. Según Maglischo (2003), la respiración en el estilo libre debe coordinarse con la rotación corporal y las brazadas para preservar la eficiencia y la continuidad del movimiento.

En ese contexto, los resultados permiten afirmar que es necesario reforzar el proceso de enseñanza mediante estrategias didácticas que promuevan la práctica constante, la retroalimentación y el desarrollo progresivo de las habilidades. Asimismo, se hace evidente la importancia de considerar las diferencias individuales de los estudiantes, especialmente en aspectos como la coordinación motriz y la lateralidad.

Posteriormente, después de haber descrito con anterioridad y realizado un análisis de los resultados obtenidos de la variable, así como haber contrastado con los resultados de los autores que se consideraron en los antecedentes y las bases teóricas de la investigación, la investigación llegó a dar un aporte científico sobre el tema de la práctica del estilo crol en los estudiantes del segundo grado B del colegio González Vigil.

CONCLUSIONES

Se concluye, con el objetivo general de la muestra es predominantemente deficiente e infrecuente en la práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado “B” de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025. Se describe los resultados que revelan que la gran mayoría representa en un 60.9% del total de la muestra manifiestan el estilo crol en “A veces”. Mientras que la otra parte que es representado por un grupo en un 34.8% que manifiesta en “Siempre”. Por ultimo una representación en un 4,3% que manifiesta en “Nunca”

Se concluye, con el objetivo específico 1 detallada de la técnica de brazada en la natación con los estudiantes del segundo grado “B” de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025. Se describe lo siguiente, se aprecia en un nivel “A veces” representado en un 60.9% en el total de la muestra. Asimismo, un porcentaje menor de 30.4% en “Siempre”, lo que significa que realizan correctamente la técnica de brazada, Por otro lado, un 8.7% no ejecuta “Nunca” correctamente la técnica de la brazada

Se concluye con el objetivo específico 2 detallada de la técnica de patada en natación con estudiantes del segundo grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025. Se detalla lo siguiente, se aprecia en un nivel “A veces” representado con un 56.5%, casi la mitad de los estudiantes raras veces ejecuta correctamente la técnica de patada. Asimismo, un porcentaje menor 34.8% Siempre” realizan correctamente la técnica de patada, Por último, 8.7% “Nunca” no logran correctamente la técnica de patada.

Se concluye con el objetivo específico 3 detallada de la frecuencia de respiración en natación con estudiantes del segundo grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta, 2025. Así mismo se detalla lo siguiente, se mostró un resultado se aprecia un nivel “A veces” representado con un 65.2% que los estudiantes raras veces tiene una respiración adecuada. Asimismo, un porcentaje menor 17.4% “Siempre” logran realizar una adecuada respiración durante el nado, lo cual evidencia un mejor dominio de la frecuencia de respiración. Por otro lado, el 17,4% “Nunca” logran realizan correctamente la frecuencia de respiración.

RECOMENDACIONES

Para el director de la UGEL. Se le recomienda implementar programas curriculares que propicien la práctica y técnica del estilo crol en una amplia ejecución en los colegios de nivel secundaria. Con ello se requiere la disponibilidad de infraestructuras acuáticas adecuadas para la ejecución de la natación y también los recursos pedagógicos en las Instituciones Educativas.

Para los directores de las Instituciones Educativas. Que fortalezcan las distribuciones en los tiempos de la piscina, dedicando sesiones focalizadas en las técnicas de la natación y la mejora para el estilo crol. Así mismo, talleres y capacitaciones a los docentes encargados del área para su mayor envergadura y establecer una evaluación continua en los procesos de formación.

Para los docentes de área de Educación Física. Se le recomienda implementar entrenamientos específicos centrados para la mejora de la práctica de la natación en el estilo crol. Asimismo, implementar estrategias de mejoras para la enseñanza de los estudiantes, también capacitar en el uso de materiales para una buena ejecución de las sesiones de aprendizajes, con las evaluaciones constantes.

Para los padres de familia, que estén pendientes de sus hijos, bastante acompañamiento en el colegio y asistir regularmente a los talleres para la buena aplicación de los proyectos de mejoras en la natación.

Referencias

- (UNJFSC, 2020). *Aprendizaje de la natación en escolares de educación primaria*. Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión. [Disponible Aquí](#)
- Aguilera, S. P., & Vega Enero, Y. (2020). *Análisis técnico del estilo de nado crol*. Revista JMH, 16, 41–46. [https://doi.org/10.5027/JMH-VOL16-ISSUE1\(2015\)ART84](https://doi.org/10.5027/JMH-VOL16-ISSUE1(2015)ART84)
- Apaza Choquehuayta, V. (2021). *Estudiantes de noveno y décimo semestre*. Universidad Nacional del Altiplano [Disponible Aquí](#)
- Apolo Illescas, J. U. (2023). *Guía metodológica de natación, para el aprendizaje del estilo Crol en edades formativas* (Master's thesis, La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2023). <https://repositorio.upse.edu.ec/handle/46000/9390>
- Arellano, R., Domínguez-Castells, R., & Pérez-Infantes, E. (2010). *Effect of stroke drills on intra-cycle hip velocity in front crawl* (ponencia). XIth International Symposium on Biomechanics and Medicine in Swimming, Oslo, Noruega. <https://coachsci.sdsu.edu/swim/biomechs/arellano.htm>
- Arias, FG (2006). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica*. [Disponible Aquí](#)
- Arias, J.L. y Cubinos, M. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. 1a ed). Enfoques Consulting https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w26022w/Arias_S2.pdf
- Arsenio, O., & Strnad, R. (1998). *Natación I: Manual de enseñanza y entrenamiento formativo técnico*. Instituto de Deportes – Universidad de Deportes de Koln, Alemania. [Disponible Aquí](#)
- Ayala, F. (2000). *Metodología de la investigación científica*. Editorial San Marcos.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación* (3.ª ed.). Pearson Educación.
- Cañas, E. (2013). *Natación y actividades acuáticas*. Revista de Educación Física. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/16837>
- Cárdenas Hermoza, J. E. (2012). *Aprendamos a nadar*. Producciones Estratégicas.
- Cárdenas, X. (2012). *Adaptación al medio acuático y aprendizaje de la natación*. Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga.

- Castro Chávez, K. N. (2024). *Juegos pre deportivos y análisis biomecánico del estilo crol en adolescentes*. Universidad Católica de Trujillo. [Disponible Aquí](#)
- Counsilman, J. E. (1977). *The science of swimming*. Prentice-Hall. <https://archive.org/details/lanatacioncienci0000coun/page/n547/mode/2up>
- Counsilman, JE (1968). *La ciencia de la natación*. Prentice-Hall. <https://archive.org/details/scienceofswimmin00coun>
- Dankhe, G. L. (1989). *Investigación y comunicación*. En C. Fernández-Collado & G. L. Dankhe (Eds.), *La comunicación humana: ciencia social* (pp. 385–454). McGraw-Hill.
- Fitts, P. M., & Posner, M. I. (1967). *Human performance*. Belmont, CA: Brooks/Cole. https://openlibrary.org/books/OL48014607M/Human_Performance
- Gamarra, J. (2015). *Estadística aplicada a la investigación educativa*. Fondo Editorial
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (Sexta ed.). México D.F, México: McGraw-Hill. [Disponible Aquí](#)
- Herrera, A., (2021). *El estilo crol en la natación y el fortalecimiento de la psicomotricidad en los alumnos de un instituto tecnológico del Callao, 2021* <https://hdl.handle.net/20.500.12692/113157>
- López-Contreras, G., & Arellano Colomina, R. (2002). *Análisis del efecto de las modificaciones en la ejecución del estilo crol en la rotación longitudinal del cuerpo*. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad de Granada. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/28556>
- Magill, RA (2006). *Aprendizaje y control motor: conceptos y aplicaciones*(8ª ed.) [Disponible Aquí](#)
- Maglischo, E. W. (2003). *Nadando más rápido: La referencia esencial sobre técnica, entrenamiento y diseño de programas*. Champaign, IL: Human Kinetics [Disponible Aquí](#)
- Morrison, GS (2005). *Educación infantil* (9ª ed.). Pearson Educación.
- Narvaez Lope, E., & Rua Escriba, 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.
<http://repositorio.unsch.edu.pe/handle/UNSCH/5882>


- Pérez, J. (2018). *Conocido*. Editorial [Disponible Aquí](#)
- Pino Aguilera, S., & Vega Enero, Y. (2015). *Análisis técnico del estilo de nado crol*. *Motricidad Humana*, 16(1), 41-46. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6336471.pdf>
- Prieto-González, P., & Sedlacek, J. (2021). *Práctica exclusiva de crol frente a práctica de los cuatro estilos de nado en el perfeccionamiento de la técnica de crol (Exclusive practice of crawl versus practicing the four swimming strokes on the improvement of crawl technique)*. *Retos*, 40, 250–256. <https://doi.org/10.47197/retos.v1i40.76840>
- Quispe, R. (2012). *Metodología de la investigación pedagógica*. Ayacucho: Copigraph Bautista. [Disponible Aquí](#)
- Quispe, R. (2012). *Proceso de corrección del dominio de las técnicas de nado libre en estudiantes del VI ciclo de los planteles de aplicación Guamán poma de Ayala*. Ayacucho. [Disponible Aquí](#)
- Ríos Huillca, B., & Pillpinto Yucra, J. (2024). *Lateralidad en el estilo crol de la natación en los estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Fortunato L. Herrera – Cusco – 2022* Repositorio Institucional UNSAAC. <http://hdl.handle.net/20.500.12918/9109>
- Sánchez-Lastra, M. A., Martínez-Lemos, R. I., Díaz, R., Villanueva, M., & Ayán, C. (2020). *Efecto de un programa de natación en la condición física de preescolares (Effect of a swimming program on physical condition of preschoolers)*. *Retos*, 37, 48–53. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.69504>
- Sandino, A. (1986). *Natación deportiva*. Tutor. World Aquatics. (2023). *Reglas de Natación*. <https://www.worldaquatics.com>
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2011). *Motor control and learning: A behavioral emphasis* (5th ed.). Human Kinetics. <https://psycnet.apa.org/record/2011-15560-000>
- Shumway-Cook, A., y Woollcott, MH (2012). *Control motor*. [Disponible Aquí](#)

Taguada Gutiérrez, W. (2021). *Estrategias de enseñanza en el aprendizaje de la natación estilo crol en estudiantes de la IEN° 38334 del centro poblado San Juan de Miraflores, Huanta*. <https://repositorio.eesppjsco.edu.pe/items/7e7e1736-7994-4f12-821c-3501ae381d38>

ANEXOS

Anexo 1

Resolucion de aprobación de proyecto



“Educar en la Diversidad Construimos un País Justo y Solidario”

**ESCUELA DE EDUCACIÓN
SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**
RM. N° 267-2020-MINEDU
RM. N° 420-2024-MINEDU


FORMACIÓN INICIAL DOCENTE
RESOLUCIÓN DIRECTORAL DE APROBACIÓN
DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

PROGRAMA DE ESTUDIOS
EDUCACIÓN FÍSICA - X CICLO

R.D. No. 0624-2025- EESP.Púb."JSCO" /DG.-HTA

Mg. MARIA JUSTINA LEON PERALTA
DIRECTORA GENERAL (e)

HUANTA - 2025





ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU



10	GAMBOA CERDAN, MESIAS	Nivel de actividad física en estudiantes del segundo de secundaria de la Institución Educativa "Esmeralda de los Andes" Huanta, 2025. Docente Asesor: Prof. Richar Mendoza Rivera
11	GAMBOA MENDOZA, RODRIGO ALEXIS	La motivación en las actividades físicas en estudiantes del quinto de secundaria de la Institución Educativa "María Auxiliadora"-Huanta, 2025. Docente Asesor: Prof. Bryan Marlon Palomino Chávez
12	GAVILAN HUAMAN, Maythey Katerin	El sedentarismo en los estudiantes de la Institución Educativa "San Ramón" – Huanta, 2025. Docente Asesor: Prof. Richar Mendoza Rivera
13	HUAMAN QUISPE, EDWIN	Rendimiento físico del fútbol en los estudiantes del segundo grado de la Institución Educativa "María Urribarri Gómez"-Huanta, 2025 Docente Asesor: Lic. Máximo Contreras Cconovilca
14	IZARRA MENDOZA, YORIELLA FERNANDA	La comunicación no verbal en estudiantes del tercer grado de secundaria de la Institución Educativa "María Auxiliadora" - Huanta, 2025. Docente Asesor: Mg. Walter Cangana Canchari
15	LUDEÑA BARBOZA, GINO ANTONI	Técnicas de pases en el fútbol en estudiantes de tercer año de secundaria de la Institución Educativa "Perpetuo Socorro" de Luricocha, 2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
16	MALLMA HUAMAN, LINDA NILDA	La Actividad física inclusiva en los estudiantes de educación primaria de la Institución Educativa "San Ramón" de Huanta, 2025 Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
17	MANRIQUE SABOYA, KAREN SINDEL	Estilos de vida saludable en estudiantes del cuarto año de la Institución Educativa "María Auxiliadora" – Huanta, 2025. Docente Asesor: Mag. Freddy Roland Pineda Tapia
18	NAVARRETE PAREDES, MILUZKA	Fundamentos técnicos del voleibol en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa "José Félix Iguain" de Intay-Luricocha, 2025. Docente asesor: Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo
19	PACHECO HUAMAN, VICKY ANDREA	Habilidades motoras en el vóley en estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa "Nuestra Señora del Perpetuo Socorro" - Luricocha, 2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
20	PALOMINO URBANO, JOEL ABRAHAN	Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa "González Vigil" de Huanta,2025. Docente Asesor: Mg. Frida Mayhua Quispe
21	PAREDES MERCADO, FLOR KARINA	Preferencias deportivas de los estudiantes del segundo de secundaria de la Institución Educativa "San Francisco de Asís"-Huanta,2025. Docente asesor: Dr. Wilber Antonio Reyes Araujo

Anexo 2

Resolución de expedito de tesis

“Educar en la Diversidad Construimos un País Justo y Solidario”

**ESCUELA DE EDUCACIÓN
SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
“JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE”**
RM.N° 267-2020-MINEDU
RM N° 420-2024-MINEDU

FORMACIÓN INICIAL DOCENTE
**RESOLUCIÓN DIRECTORAL DE EXPEDITO DE
TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**
R.D. No. 0132 -2026- EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR
DIRECTOR GENERAL (e)
RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR

HUANTA - 2026



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
" JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE "
HUANTA – AYACUCHO

Ley Creación N° 16737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

SE RESUELVE:

PRIMERO. – DECLARAR EXPEDITO los **TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN** siguientes:

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN INICIAL INTERCULTURAL BILINGÜE			
N°	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	YUCRA ÑAUPA, Victoria	Desarrollo de habilidades motrices básicas en los niños de la Institución Educativa Inicial "Hospital Baja" – Huanta, 2025	Actividades físicas y recreativas
2	SOTO PALOMINO, Yubithza Yaquelin	Convivencia escolar en los niños de 3 años en la Institución Educativa Inicial N° 38254/Mx-P "Luis Cavero Bendezu" de Huanta, 2025	Atención integral del infante, niño y adolescente
3	ATAUPILLCO HUAMAN, Gianela Amney	Pensamiento científico en los niños de 4 años en la Institución Educativa N° 38254/Mx-P "Luis Cavero Bendezu" de Huanta, 2025	Innovaciones pedagógicas

PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA			
N°	AUTOR	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
1	ROJAS YANCE, Susan Omara	Importancia del baile en estudiantes del primer grado de secundaria de la institución educativa "González Vigil" de Huanta, 2025	Actividades físicas y recreativas
2	CRESPO CÁRDENAS, Kevin Webster	Nivel de agresividad en estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa "Luis Cavero Bendezu"- Huanta, 2025	Actividades físicas y salud
3	PALOMINO URBANO, Joel Abrahan	Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa "González Vigil" de Huanta, 2025	Actividades físicas y salud

SEGUNDO. - AUTORIZAR, a partir de la fecha, continuar con los trámites para la Sustentación del Trabajo de Investigación cumpliendo con los requisitos establecidos en el Reglamento de Investigación y Grados y Títulos 2025 de la Escuela.

TERCERO.- COMUNICAR, a las áreas internas, a los/las interesados (as), asimismo, subir a la web institucional para los fines administrativos pertinentes.

REGÍSTRESE, COMUNÍQUESE Y ARCHÍVESE

DISTRIBUCIÓN:

Interesados (as)
Archivo
WMAV/D.G.(e)
prd/sec.



Dr. Walter Martínez Arce Villa
DIRECTOR GENERAL

Anexo 3

Resolución de fecha de sustentación de trabajo de investigación



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU
RM no 420-2024-MINEDU

"Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia"

Resolución Directoral No. 00218-2026-EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 7 de abril de 2026

Visto, el Expediente *TM20261493-F* de fecha *20 de marzo del 2026* y la *Resolución Directoral de Expedito No 0132-2026-EESP Pub."JSCO"/D.G.-HTA* de fecha *17 de marzo del 2026*;

CONSIDERANDO:

La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Aprueban Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017_2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512 y **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512; RM No 130-2025-MINEDU Lineamientos Generales Académicos, RM No 244-2025-MINEDU y demás normas;

Que, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, institución licenciada mediante la RM No 267-2020-MINEDU/RM No 420-2024-MINEDU y en amparo a la normativa general, Documentos de Gestión Institucional, Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos, tiene facultad de planificar, organizar, ejecutar y evaluar el proceso de otorgamiento del Grado de los egresados de formación inicial docente y garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación;

Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del **Grado Académico de Bachiller en Educación** a los(as) egresados de los Programas de Estudios de Formación Inicial Docente previa sustentación del Trabajo de Investigación y su respectiva aprobación en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional;

Que, estando conforme al Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados y Títulos, Reglamento Institucional, a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias y a los Lineamientos Académicos Generales (RM No 130-2025-MINEDU) y a las Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas y Privadas (RM No 244-2025-MINEDU) que señalan que, el proceso de otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación es mediante la sustentación del trabajo de investigación, con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación;



Que, de conformidad a los considerandos mencionados y facultado por el **RDRS No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR;**

SE RESUELVE:

PRIMERO.- AUTORIZAR la SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN conducente a la **OBTENCIÓN DEL GRADO ACADÉMICO DE BACHILLER EN EDUCACIÓN**, de acuerdo al siguiente detalle:

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
PRÁCTICA DEL ESTILO CROL EN LA NATACIÓN CON ESTUDIANTES DEL SEGUNDO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "GONZÁLEZ VIGIL" DE HUANTA, 2025.	
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREATIVA
FORMACION INICIAL DOCENTE	
EDUCACIÓN FÍSICA	
AUTOR(A)	PALOMINO URBANO, JOEL ABRAHAN
FECHA	16 DE ABRIL DEL 2026
HORA	6:00 P.M.
LUGAR	AUDITORIO INSTITUCIONAL

SEGUNDO.- COMUNICAR al interesado (a) y áreas internas del contenido del presente acto resolutivo.

TERCERO.- PÚBLICAR la resolución en la web institucional.

REGISTRESE, COMUNIQUESE Y ARCHIVASE



DISTRIBUCIÓN:

Interesado/a
Dir. Adm. (01)
Sec. Acad. (01)
Archivo (01)
WMAV/D.G. (e)
prd/sec.

Anexo 4

Resolución de jurados de sustentación de trabajo de investigación



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
Huanta – Ayacucho

Ley Creación N° 16737
Reapertura RM. N° 228-82-ED
Adecuación a Instituto DS. N° 010-85-ED
Autorización de Funcionamiento DS. N° 09-94-ED
Escuela de Educación RM. N° 267-2020-MINEDU
RM No 420-2024-MINEDU

"Año de la Esperanza y el Fortalecimiento de la Democracia"

Resolución Directoral N° 00219-2026-EESP.Púb."JSCO"/DG.-HTA

Huanta, 7 de abril de 2026

Visto, el Expediente **TM20261493-F** de fecha **20 de marzo del 2026** y la **Resolución Directoral de Expedito No 0132-2026-EESP Pub. "JSCO"/D.G.-HTA** de fecha **17 de marzo del 2026**;

CONSIDERANDO:

La **LEY N° 30512** Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes, **DS No 010-2017-MINEDU** Aprueban Reglamento de la Ley N° 30512, **DU No 017-2020-MINEDU** Establece Medidas Para el Fortalecimiento de la Gestión y el Licenciamiento de los Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512, **DS N° 016-2021-MINEDU** Modifica el Reglamento de la Ley N° 30512, Ley de Institutos y Escuelas de Educación Superior y de la Carrera Pública de sus Docentes y lo adecua a lo dispuesto en el Decreto de Urgencia N° 017_2020 que establece medidas para el fortalecimiento del Licenciamiento de Institutos y Escuelas de Educación Superior en el marco de la Ley N° 30512 y **LEY N° 31653** Ley que Modifica la Ley 30512; RM No 130-2025-MINEDU Lineamientos Generales Académicos, Rm No 420-2024-MINEDU y demás normas;

Que, la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, institución licenciada mediante la RM No 267-2020-MINEDU/RM No 420-2024-MINEDU y en amparo a la normativa general, Documentos de Gestión Institucional, Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación y Reglamento de Grados y Títulos, tiene facultad de planificar, organizar, ejecutar y evaluar el proceso de otorgamiento de Grado de los egresados de formación inicial docente y garantizar su acreditación con el Grado Académico de Bachiller en Educación;

Qué, es Política de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" de Huanta, distrito y provincia del mismo nombre, región de Ayacucho; garantizar el otorgamiento del **Grado Académico de Bachiller en Educación** a los(as) egresados de los Programas de Estudios de Formación Inicial Docente previa sustentación del Trabajo de Investigación y su respectiva aprobación en concordancia a la normativa general y documentos de gestión institucional;

Que, estando conforme al Reglamento Institucional, Reglamento de Investigación, Reglamento de Grados y Títulos, a la Ley No 30512 Ley General de los Institutos Superiores Pedagógicos y Escuelas Superiores de Formación Docente Públicos y Privados, su reglamento y modificatorias, a los Lineamientos Académicos Generales (RM No 130-2025-MINEDU) y a las Disposiciones que regulan la gestión de los procesos académicos en las Escuelas de Educación Superior Pedagógica Públicas y Privadas (RM No 244-2025-MINEDU) que señalan que, el proceso de otorgamiento del Grado Académico de Bachiller en Educación es mediante la sustentación del trabajo de investigación, con el fin de generar conocimientos y propuestas que contribuyan a la mejora continua de la calidad de la educación;



Que, de conformidad a los considerandos y facultado por la **RDRS**
No 01529-2025-GRA/GOB-GG-GRDS-DREA-DR;

SE RESUELVE:

PRIMERO.- NOMINAR; a los **MIEMBROS DEL JURADO EXAMINADOR DE LA SUSTENTACIÓN DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**, tal como se detalla a continuación:

JURADO EXAMINADOR	PRESIDENTE	Dr. WALTER MARIANO ARCE VILLAR
	SECRETARIO	Mg. EDHGAR HECTOR VALENCIA AGUILAR
	VOCAL	Mg. FREDDY ROLAND PINEDA TAPIA

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	
PRÁCTICA DEL ESTILO CROL EN LA NATACIÓN CON ESTUDIANTES DEL SEGUNDO GRADO DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA "GONZÁLEZ VIGIL" DE HUANTA, 2025.	
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN	ACTIVIDAD FÍSICA Y RECREATIVA
FORMACION INICIAL DOCENTE	
EDUCACIÓN FÍSICA	
AUTOR (A)	PALOMINO URBANO, JOEL ABRAHAN
FECHA	16 DE ABRIL DEL 2026
HORA	6:00 P.M.
LUGAR	AUDITORIO INSTITUCIONAL

SEGUNDO.- COMUNICAR al Jurado Examinador e interesado(a), el contenido del presente acto resolutivo.

TERCERO.- AUTORIZAR la compensación económica a favor de los miembros del Jurado Examinador conforme a las tasas establecidas en el TUPA 2026.

REGISTRESE, COMUNIQUESE Y ARCHIVASE



DISTRIBUCIÓN:

Interesado/a
Dir. Adm. (01)
Sec. Acad. (01)
Archivo (01)
WMARV/D.G. (c)
prd/sec.

Anexo 5

Matriz de consistencia

Problema General	Objetivo General	Variable, dimensiones	Metodología
<p>¿Cuáles es la práctica del estilo Crol en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta,2025?</p>	<p>Conocer la práctica del estilo Crol en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta,2025.</p>	<p>Variable</p> <p>Práctica del estilo Crol en la natación</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Enfoque: Cuantitativo ➤ Tipo de estudio: Por su naturaleza es descriptivo ➤ Método de estudio: método estadístico
<p style="text-align: center;">Problema Específicos</p> <p>¿Cuál es la práctica de la técnica de brazada en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta,2025?</p> <p>¿Cuál es la práctica de la técnica de patada en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta,2025?</p> <p>¿Cuál es la práctica de la respiración en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta,2025?</p>	<p style="text-align: center;">Objetivos Específicos</p> <p>Conocer la práctica de la técnica de brazada en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta,2025.</p> <p>Conocer la práctica de la técnica de patada en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta,2025.</p> <p>Conocer la práctica de la respiración en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa “González Vigil” de Huanta,2025.</p>	<p style="text-align: center;">Dimensiones</p> <p>D1 Técnica de Brazada</p> <p>D2 Técnica de Patada</p> <p>D3. Frecuencia de respiración</p>	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Diseño de investigación: descriptivo <u>M O</u> ➤ Población: Estará conformada con los estudiantes de los 2º grados de la institución educativa “González Vigil” ➤ Muestra: Estará conformada con los estudiantes de los 2º grados B de la institución educativa “González Vigil” ➤ Técnicas de muestreo: no probabilista ➤ Técnicas de recolección de datos: La observación ➤ Instrumentos: ficha de observación

Anexo 6

Matriz de operacionalización de variables

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Variable Práctica del estilo crol en la natación	Aguilera & vega (2020), Según los expertos, el estilo libre o crol es una modalidad de natación donde los brazos, las piernas y el tronco se entrelazan en cuatro etapas: deslizamiento, empuje, y final del empuje. Su meta primordial es acelerar el movimiento del nadador en el agua, maximizando el esfuerzo muscular	se midió mediante el instrumento (observación) que contiene 9 ítems y se utilizó la técnica la (ficha de observación).	Técnica de Brazada	Posición de los brazos en la entrada al agua	Nunca A veces Siempre
				Ejecución de la fase de tracción y empuje	
				Recuperación del brazo fuera del agua	
			Técnica de Patada	Posición corporal durante la patada	
				Movimiento de las piernas	
				Flexión de tobillos	
			Frecuencia de respiración	Coordinación entre brazada y respiración	
				Ritmo de brazadas y patadas	
				Técnica de inhalación y exhalación	

Anexo 7

Matriz instrumental

Variables	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Técnica	Instrumento	Escala	Escala valoración
Práctica del estilo crol en la natación	Técnica de Brazada	Posición de los brazos en la entrada al agua	Mantiene una entrada de la mano al agua con los dedos en línea recta, minimizando salpicaduras.	Técnica de observación	Ficha de Observación	Ordinal	1= Nunca 2= A veces 3= siempre
		Ejecución de la fase de tracción y empuje	Extiende completamente el brazo hacia adelante antes de iniciar la tracción subacuática.				
		Recuperación del brazo fuera del agua	Termina la brazada con el empuje hacia atrás a la altura del muslo (sin flexionar el codo prematuramente).				
	Técnica de Patada	Posición corporal durante la patada	Ejecuta la patada desde la cadera (no desde las rodillas).				
		Movimiento de las piernas	Mantiene los pies en flexión plantar (punta de pies estirada) durante todo el movimiento.				
		Flexión de tobillos	Coordina la patada con la rotación natural del torso (en sincronía con la brazada).				
	Frecuencia de respiración	Coordinación entre brazada y respiración	Realiza la inhalación lateral sin levantar excesivamente la cabeza (manteniendo un eje corporal alineado).				
		Ritmo de brazadas y patadas	Coordina la respiración con el giro del torso (no independiente del movimiento de brazos).				
		Técnica de inhalación y exhalación	Evita contener la respiración bajo el agua (exhalación continua durante la fase subacuática).				

Anexo 8

Instrumento de recolección de datos

Anexo 4. Instrumento de recolección de datos



ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA
"JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE"
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA

FICHA DE OBSERVACIÓN
SOBRE RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS DE CANTIDAD

Observador: Joel Abraham Palomino Urbano Fecha: ___/___/___

Circunstancias en que fue observado(a): _____

Objetivo: Práctica del estilo Crol en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa "González Vigil" de Huanta, 2025.

Nº	INDICADORES	NUNCA	A VECES	SIEMPRE
	Dimensión: Técnica de Brazada			
1	Mantiene una entrada de la mano al agua con los dedos en línea recta, minimizando salpicaduras.			
2	Extiende completamente el brazo hacia adelante antes de iniciar la tracción subacuática.			
3	Termina la brazada con el empuje hacia atrás a la altura del muslo (sin flexionar el codo prematuramente).			
	Dimensión: Técnica de Patada			
4	Ejecuta la patada desde la cadera (no desde las rodillas).			
5	Mantiene los pies en flexión plantar (punta de pies estirada) durante todo el movimiento.			
6	Coordina la patada con la rotación natural del torso (en sincronía con la brazada).			
	Dimensión: Frecuencia de respiración			
7	Realiza la inhalación lateral sin levantar excesivamente la cabeza (manteniendo un eje corporal alineado).			
8	Coordina la respiración con el giro del torso (no independiente del movimiento de brazos).			
9	Evita contener la respiración bajo el agua (exhalación continua durante la fase submarina).			

Anexo 9

Validación por juicio de experto



INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: Práctica del estilo Crol en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa "González Vigil". Huanta, 2025.

Nombre de los instrumentos motivo de la Evaluación: ficha de observación

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Buena				Muy buena				
		0 5	6 10	11 15	16 20	21 25	26 30	31 35	36 40	41 45	46 50	51 55	56 60	61 65	66 70	71 75	76 80	81 85	86 90	91 95	96 100	
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																					✓
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																					✓
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																					✓
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																					✓
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																					✓
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																					✓
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																					✓
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																					✓
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																					✓
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																					✓

PROMEDIO DE VALORACION

95

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy Buena

Nombres y Apellidos	Frida Nayhua Guispe	DNI	43499113
Título Profesional	Licenciada en Educación		
Especialidad	Educación Inicial		
Grado Académico	Magister		
Mención	Administración de la Educación		

Lugar y Fecha: Huanta 20 de abril del 2025

[Firma manuscrita]



INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

DATOS GENERALES:

Título de la Investigación: Práctica del estilo Crol en la natación con estudiantes del 2 grado B de secundaria de la Institución Educativa "González Vigil". Huanta, 2025.

Nombre de los instrumentos motivo de la Evaluación: ficha de observación

ASPECTOS DE LA VALIDACIÓN

Indicadores	Criterios	Deficiente				Baja				Regular				Bueno				Muy bueno			
		0	6	11	16	21	26	31	36	41	46	51	56	61	66	71	76	81	86	91	96
		5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90	95	100
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje propio																				/
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables																				/
3. ACTUALIDAD	Adecuado al avance de la ciencia pedagógica																				/
4. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica																				/
5. SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad																				/
6. INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar los indicadores																				/
7. CONSISTENCIA	Basado en aspectos teóricos científicos																				/
8. COHERENCIA	Entre los ítems e indicadores																				/
9. METODOLOGÍA	La estrategia responde al propósito de la investigación																				/
10. PERTINENCIA	Es útil y adecuado para la investigación																				/

PROMEDIO DE VALORACION

80

OPINIÓN DE APLICABILIDAD: a) Deficiente b) Baja c) Regular d) Buena e) Muy Buena

Nombres y Apellidos	Maria J. León Peralta	DNI	07583064
Título Profesional	Lic. en educación		
Especialidad	Lengua - Literatura		
Grado Académico	Magister		
Mención	Psicología educativa		

Lugar y Fecha: Huanta, 20 de abril del 2025

Anexo 10

Prueba de confiabilidad del instrumento

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,901	9

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
F1	16.9565	15.316	.586	.897
F2	16.9130	14.992	.640	.893
F3	17.1739	14.423	.766	.883
F4	17.0870	13.538	.795	.880
F5	16.9130	15.901	.522	.901
F6	16.9565	15.043	.648	.892
F7	17.3913	15.431	.614	.895
F8	17.2609	14.656	.712	.887
F9	17.0870	14.174	.743	.885

Anexo 11

Matriz de datos

Técnica del estilo crol en la natación

ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICA PÚBLICA JOSÉ SALVADOR CAVERO OVALLE															
Práctica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa "González Vigil" de Huanta, 2025.															
ID	GRADO	TÉCNICA DE BRAZADA				TOTAL	TÉCNICA DE PATADA			TOTAL	FRECUENCIA DE RESPIRACIÓN			TOTAL	TOTAL
		I1	I2	I3	I4		I5	I6	I7		I8	I9			
1	2do	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
2	2do	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2
3	2do	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	2do	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3
5	2do	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
6	2do	2	3	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2
7	2do	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
8	2do	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3
9	2do	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3
10	2do	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
11	2do	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3
12	2do	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2
13	2do	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
14	2do	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2
15	2do	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2
16	2do	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
17	2do	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	3	2	3
18	2do	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
19	2do	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
20	2do	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3
21	2do	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2
22	2do	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
23	2do	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2

Escala original	
1	Nunca
2	A veces
3	Siempre

Anexo 12

Carta de autorización emitida por la I.E que autoriza la aplicación de la investigación



COLEGIO EMBLEMÁTICA
G.U.E "GONZÁLEZ VIGIL"

Alma Máter de la Educación Huantina

"Año de la esperanza y el fortalecimiento de la democracia"



El que suscribe, DIRECTOR de la G.U.E "GONZALEZ VIGIL" de HUANTA; expide la siguiente:

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Que, a **Joel Abrahan PALOMINO URBANO**, identificado con DNI° 71747812, estudiante del programa de Estudios de Educación Física X Ciclo de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "José Salvador Cavero Ovalle" se le autoriza realizar el proyecto de investigación: **"Practica del estilo crol en la natación con estudiantes del segundo grado de secundaria de la Institución Educativa "González Vigil" de Huanta, 2025.**

Se expide la presente para los fines que estime por conveniente.

Huanta, 8 de mayo, 2025


G.U.E. "GONZÁLEZ VIGIL"
HUANTA
Duval Juan Velásquez Romero
C.M. 102828219
DIRECTOR



Anexo 13

Evidencias fotográficas

Fotografía 1

Estudiantes del segundo grado "B" están ingresando a la piscina



Nota: Los estudiantes están sumergiéndose, para realizar las técnicas de crol

Fotografía 2

Estudiantes del segundo grado "B" deben realizar 3 técnicas de crol



Nota: En este proceso doy indicaciones a los estudiantes para que hagan la técnica de brazada, técnica de patada, frecuencia de respiración