

RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo mejorar la coordinación en las técnicas alternas de la natación en niños de 11-12 años en el Club Tomebamba de la provincia de Azuay, Ecuador. Para solucionar el problema, se ha diseñado un grupo de ejercicios adaptados a las necesidades y posibilidades formativas del entorno estudiado, los cuales fueron aplicados durante seis meses en los Mesociclo de entrenamiento desde enero a junio del 2015 a una muestra de 10 sujetos. El documento parte de un análisis por parte de especialistas de la natación que vierten sus criterios sobre el proceso investigativo a través de una entrevista, la cual se aplica a dos de seis entrenadores. Se incluye un examen preliminar observacional para establecer las limitaciones existentes en las técnicas espaldas y libre (Guía de observación) y se delimita una guía observacional para evaluar 46 indicadores de rendimiento técnico, los cuales serán aplicados por seis entrenadores o evaluadores técnicos antes y después de implementar la propuesta de ejercicios. Los observadores expertos fueron sometidos a una evaluación cualitativa para determinar el nivel de confiabilidad de los mismos al instante de registrar las acciones evaluadas. Se demuestra que la implementación de los ejercicios durante seis meses han contribuido significativamente en el rendimiento de los alumnos desde el punto de vista coordinativo según los Rangos obtenidos con la Prueba de Friedman.

PALABRAS CLAVES

- **NATACIÓN**
- **TÉNICAS DE LA NATACIÓN**
- **EJERCICIOS ADAPTADOS**
- **TECNICA DE ESPALDA**
- **TECNICA LIBRE**

SUMMARY

This work aims to improve coordination in the alternative techniques of swimming in children aged 11-12 at Club Tomebamba province of Azuay, Ecuador. To solve the problem, we have designed a set of exercises tailored to the needs and possibilities of the studied environment training, which was applied for six months in training mesocycles from January to June 2015 to a sample of 10 subjects. The document begins with an analysis by specialists swimming pouring their views on the research process through an interview, which applies to two six coaches. An observational preliminary examination is included to set the limits on their backs and free technical (Observation Guide) and an observational guide is delimited to assess 46 indicators of technical performance, which will be applied for six coaches or technical evaluators before and after implement the proposed exercises. Experts observers underwent a qualitative assessment to determine the level of reliability of such instantly recording your actions evaluated. We show that the implementation of the exercises for six months have contributed significantly to the performance of students from the point of view according to the coordinative obtained with the test ranges Friedman.

KEYWORDS

- **SWIMMING**
- **SWIMMING TECHNIQUES**
- **EXERCISES ADAPTED**
- **TECHNICAL BACK**
- **TECHNICAL FREE**