

## DEPORTES ACUÁTICOS

### Datos generales

- **Descripción:** La asignatura en una primera parte presentará una visión educativa de la enseñanza y el aprendizaje de la natación centrada en el alumno, a partir de diferentes estrategias, y en base a determinados referentes pedagógicos que nos tiene que permitir implicar a los alumnos en edad escolar en el proceso de aprendizaje de la natación. Y en la segunda parte, los alumnos profundizarán en un proceso de observación de la propia técnica y de los diferentes tipos de programas (Utilitario, mantenimiento, saludable, terapéutico y recreativo).
- **Créditos ECTS:** 6 FORMACIÓN OBLIGATORIA
- **Idioma principal de las clases:** Catalán / Castellano
- **Se utiliza oralmente la lengua inglesa:** No (0%)
- **Se utilizan documentos en lengua inglesa:** No (0%)
- **Duración:** Semestral (2º Semestre)
- **Curso:** 2º
- **Profesor:** [XAVIER NADAL MESTRE](#)

### Competencias

#### Competencias básicas:

CB2- Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos en su trabajo o vocación, de una forma profesional, y posean las competencias que suelen demostrarse mediante la elaboración y defensa de argumentos, a la vez que la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB4- Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tan especializado como no especializado.

CB5- Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para afrontar estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

#### Competencias transversales:

B3. Aplicar el pensamiento crítico, lógico y creativo, demostrando dotes de innovación.

B4. Trabajar de forma autónoma, responsable y con iniciativa.

B5. Trabajar en equipo de forma colaborativa, con responsabilidades compartidas.

B6. Comunicar información, ideas, problemas y soluciones de forma clara y efectiva en público o en ambientes técnicos concretos.

#### Competencias nucleares:

C3- Gestionar la información y el conocimiento.

C4- Expresarse correctamente de manera oral y escrita en una de las dos lenguas oficiales de la URV.

#### Competencias específicas:

A4-Identificar, analizar y aplicar los principios anatómicos, fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y del deporte.

A6. Identificar los riesgos que se derivan en la salud, por la práctica de actividades físicas inadecuadas.

A7. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de actividades físico - deportivos.

A9. Seleccionar y saber utilizar el material y lo equipamientos deportivos, adecuados para cada tipo de actividad.

### Resultados del aprendizaje

1. Recoger propuestas prácticas para el aprendizaje de las diferentes modalidades Deportivas en los deportes individuales, de adversario y acuáticos.
2. Dirigir actividades lúdicas que puedan permitir el dominio de diferentes fundamentos.
3. Diseñar propuestas metodológicas para la enseñanza y el aprendizaje de actividades acuáticas con carácter educativo y recreativo.
4. Identificar los errores más frecuentes en la práctica de las diferentes técnicas y proponer las correcciones más adecuadas.
5. Conocer los diferentes factores de progresión para poder desarrollar ejercicios, actividades y juegos de aprendizaje.
6. Conocer y valorar las posibilidades educativas y recreativas de los deportes acuáticos. Analizar y describir estructuralmente y funcionalmente el sistema óseo y muscular de la cabeza, cuello y tronco

## Contenidos

---

### C1. Aspectos generales de las Actividades Acuáticas:

#### C1.1 Introducción

#### C1.2 Programas

1. Educativo-Utilitario
2. Mantenimiento -Entrenamiento
3. Salud-Higiene
4. Terapéutica
5. Recreativo
6. Deportivo-Competitivo
7. Matronatación - Bebes

#### C1.3 Factores de los diferentes programas

#### C1.4 Aprendizaje de la natación

### C2. Introducción a la técnica de la natación

#### C2.1 Estilos de natación

#### C2.2 Actividades complementarias

### C3. El Reglamento

## Actividades

---

Tipos de actividad	Horas con profesor	Horas sin profesor	Total
Clases magistrales	14	30	44
Laboratorio	36	10	46
Estudio de casos	8	30	38
Prueba de evaluación	2	20	22
<b>Total</b>	<b>60</b>	<b>90</b>	<b>150</b>

### Metodologías docentes

Clases magistrales

Resolución de casos (grupo)
Pràctica
Evaluación

Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos.

## Evaluación y calificación

### Actividades de evaluación

Actividad de evaluación	Competencias	Descripción de la actividad	%
Examen contenido teórico	CB2. B.1 C3 i C4	Pruebas mixtas (desarrollar cortas)	40
Estudio de casos	CB4 CB5. B.1 B.3 B.6 C.2 C.3 i C.4 A.6 A.7 i A.9	Reflexión y muestra de aprendizajes	20
Trabajo (oral y escrito)	CB4. CB5. B3. B4. B5. B6. C3 i C4 A1. A4. A.6 A.7 i A.9	Trabajo en grupo y exposición oral	30
Participación	CB4. C4. C5.	Asistencia a les sesiones	10

✓ Para hacer la media de cada bloque es necesario superar todas las partes.

### Evaluación continuada:

- Es imprescindible asistir al 80% de las sesiones prácticas para acogerse a esta modalidad.
- Es necesario aprobar cada una de las tres partes con más de un cinco para poder hacer media y así aprobar la asignatura en esta modalidad:

Pruebas mixtas: 60%

- Estudio de casos (20%) – Fichas de trabajo
- Examen (40%)

Prueba práctica didáctica: Práctica de campo (30%)

Participación: Asistencia y participación a las sesiones ( 10%)

### Evaluación final:

- El conjunto de alumnos que no han asistido al 80% de las sesiones prácticas, tiene que hacer el examen final en el que se evalúa el contenido teórico y práctico, será un examen con diez preguntas de respuesta breve (Teórico), y una prueba práctica en la piscina (Práctico)
- El conjunto de alumnos que ha asistido al 80% de las sesiones prácticas, solo tendrá que presentarse a las partes suspendidas.

### Criterios específicos de la nota No Presentado:

Se considera un alumno no presentado, aquel que no se presente a la evaluación final, no habiendo superado la evaluación continua.

## Bibliografia

---

- Costil, D.L.; Maglischo, E.; Richardson, A. (1994). Natación. Barcelona.: Hispano Europea.
- Maglischo, E. (1992). Nadar más rápido. Barcelona: Hispano Europea.
- Bucher, W. (1995). 1000 Ejercicios y juegos de natación y actv. Acuáticas. Barcelona: Hispano Europa.
- De Lanuza, F. I Torres, A. (1997). 1060 Ejercicios y juegos de natación. Barcelona: Paidotribo
- Counsilman, J. (1980). Natación competitiva. Barcelona: Hispano Europea.
- Chollet, D. (2004). Natación deportiva. Barcelona: INDE.
- Franco P. Navarro, F. (1980). Natación, habilidades para todas las edades. Barcelona: Hispano Europea.
- Navarro, F. (1990). Pedagogia de la natación. Madrid: Editorial Gymnos.
- Federación Española de natación. Reglamentos Oficiales de Natación, waterpolo, saltos y sincronizada.
- Federació Catalana de natació. Reglaments Oficials de Natació, waterpolo, salts i sincronitzada.

## Asignaturas recomendadas

---

- Desarrollo motor e iniciación deportiva
- Principios didácticos de la actividad física y deportiva
- Fisiología del ejercicio I y II
- Teoría del entrenamiento I
- Juegos y habilidades motrices.