

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 tienen que permitir implicar al alumnado en edad escolar en el proceso de aprendizaje de la natación. 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:** Poco (0%)
- **Se utilizan documentos en lengua inglesa:** Poco (0%)
- **Curso:** 2º
- **Duración:** Semestral (2º)
- **Profesor:** Sr. 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 tanto 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.

C5. Comprometerse con la ética y la responsabilidad social como ciudadano y profesional.

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 - deportivas.

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

Resultados del aprendizaje

- Recoger propuestas prácticas para el aprendizaje de las diferentes modalidades deportivas en los deportes individuales, de adversario y acuáticos.
- Dirigir actividades lúdicas que puedan permitir el dominio de diferentes fundamentos.

- Diseñar propuestas metodológicas para la enseñanza y el aprendizaje de actividades acuáticas con carácter educativo y recreativo.
- Identificar los errores más frecuentes en la práctica de las diferentes técnicas y proponer las correcciones más adecuadas.
- Conocer los diferentes factores de progresión para poder desarrollar ejercicios, actividades y juegos de aprendizaje.
- Conocer y valorar las posibilidades educativas y recreativas de los deportes acuáticos. Analizar y describir estructural y funcionalmente el sistema óseo y muscular de la cabeza, cuello y tronco.

Contenidos

1. Aspectos generales de las Actividades Acuáticas:

- 1.1. Introducción.
- 1.2. Programas.
 - 1.2.1. Educativo-Utilitario.
 - 1.2.2. Mantenimiento-Entrenamiento.
 - 1.2.3. Salud-Higiene.
 - 1.2.4. Terapéutico.
 - 1.2.5. Recreativo.
 - 1.2.6. Deportivo-Competitivo.
 - 1.2.7. Matronatación-Bebés.
- 1.3. Factores de los diferentes programas.
- 1.4. Aprendizaje de la natación.

2. Introducción a la técnica de la natación.

- 2.1 Estilos de natación.
- 2.2 Actividades complementarias.

3. 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
Total	60	90	150

Metodologías docentes

- Clases magistrales
- Resolución de casos (grupo)
- Práctica
- 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, C3, C4	Pruebas mixtas (desarrollar cortas)	40
Estudio de casos	CB4, CB5 B3, B6 C3, C4 A6, A7, A9	Reflexión y muestra de aprendizajes	20
Trabajo (oral y escrito)	CB4, CB5 B3, B4, B5, B6 C3, C4 A4, A6, A7, A9	Trabajo en grupo y exposición oral	30
Participación	CB4, C4, C5	Asistencia a las sesiones	10

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

Calificación

Evaluación Continua:

- Es imprescindible asistir al 80% de las sesiones prácticas para acogerse a esta modalidad.
- Es necesario aprobar cada una de las tres partes con un 5,0 o más para poder hacer la 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 haya asistido al 80% de las sesiones prácticas tendrá que hacer el examen final, en el que se evaluará 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 haya asistido al 80% de las sesiones prácticas solo tendrá que presentarse a las partes suspendidas.

Criterios específicos de la nota «No Presentado»:

Se considerará un alumno no presentado aquel que haya realizado menos del 50% de las actividades de evaluación continua o no se ha presentado a la evaluación final o a la evaluación única.

Referencias bibliográficas

- Costil, D.L.; Maglischo, E. y 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 actividades acuáticas*. Barcelona: Hispano Europa.
- De Lanuza, F. y 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. y Navarro, F. (1980). *Natación, habilidades para todas las edades*. Barcelona: Hispano Europea.
Navarro, F. (1990). *Pedagogía 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

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