

ESPORTS I ACTIVITATS AQUÀTIQUES

Dades generals

- **Descripció:** L'assignatura en una primera part ens presenta una visió educativa de l'ensenyament i l'aprenentatge de la natació centrada en l'alumne, a partir de diferents estratègies i en base a determinats referents pedagògiques que ens han de permetre implicar els alumnes en edat escolar en el procés d'aprenentatge de la natació. I en la segona part, els alumnes s'endinsaran en un procés d'observació de la pròpia tècnica i dels diferents tipus de programes (Utilitari, manteniment, salut, terapèutic i recreatiu).
- **Crèdits ECTS:** 6 FORMACIÓ OBLIGATÒRIA
- **Idioma principal de les classes:** Català / Castellà
- **S'utilitza oralment la llengua anglesa en l'assignatura:** Gens (0%)
- **S'utilitzen documents en llengua anglesa:** Gens (0%)
- **Durada:** Semestral (1r Semestre)
- **Curs:** 2n
- **Professorat:** [Sr. XAVIER NADAL MESTRE](#)

Resultats d'aprenentatge

K4.4. Indicar els diferents factors de progressió per al desenvolupament d'exercicis, activitats i jocs d'aprenentatge en la iniciació esportiva.

K4.5. Seleccionar els models, els objectius i els continguts de cada etapa d'iniciació esportiva.

SE3.4. Executar el disseny i el desenvolupament de programes i activitats que condueixen al desenvolupament de les habilitats motrius aquàtiques.

SE4.6. Analitzar, des d'una perspectiva teòrica i pràctica, les diferents tipologies d'activitats i esports aquàtics.

Continguts

C1. Aspectes generals de les Activitats Aquàtiques:

C1.1 Introducció

C1.2 Programes

1. Educatiu-Utilitari
2. Manteniment -Entrenament
3. Salut-Higiene
4. Terapèutica
5. Recreatiu
6. Esportiu-Competitiu
7. Matronatació - Bebès

C1.3 Factors dels diferents programes

C1.4 Aprenentatge de la natació

C2. Introducció a la tècnica de la natació

C2.1 Estils de natació

C2.2 Activitats complementàries

C3. El Reglament

Activitats

Tipus d'activitat	Hores amb professor	Hores sense professor	Total
Classes magistrals	14	30	44
Laboratori	36	10	46
Estudi de casos	8	30	38
Prova d'avaluació	2	20	22
Total	60	90	150

Metodologies docents

Classes magistrals
Resolució de casos (grup)
Pràctica
Avaluació

Les dades que apareixen a la taula de planificació són de caràcter orientatiu, considerant l'heterogeneïtat de l'alumnat.

Avaluació i qualificació

Activitats d'avaluació

Activitat d'avaluació	Resultats d'aprenentatge	Descripció de l'activitat	%
Examen contingut teòric	K4.4 K4.5 SE4.6	Proves mixtes (preguntes de desenvolupament, curtes).	40
Estudi de casos	K4.5 SE4.6 SE3.4	Reflexió i mostra d'aprenentatges	20
Examen pràctic	K4.5 SE4.6	Examen prova pràctica (piscina)	30
Participació	K4.4 SE4.6	Assistència a les sessions	10

✓ Per fer la mitjana de cada bloc és necessari superar totes les parts.

Avaluació continuada:

- És imprescindible haver assistit al 80% de les sessions pràctiques per acollir-se a aquesta modalitat.
- Cal aprovar cada una de les tres parts amb més d'un cinc per poder fer mitjana i d'aquesta manera aprovar l'assignatura en aquesta modalitat:

Proves mixtes: 60%

- Estudi casos (20%) Fitxes de treball
- Examen (40%)

Prova pràctica didàctica: Pràctica de camp (30%)

Participació: Assistència i participació a les sessions (10%)

Avaluació final:

- L'alumnat que no ha assistit al 80% de les sessions pràctiques ha de fer l'examen final en el que s'avalua el contingut teòric i pràctic. Constarà d'un examen de deu preguntes amb resposta breu (Teòric) i una prova pràctica a la piscina (Pràctic)
- L'alumnat que ha assistit al 80% de les sessions pràctiques, només s'haurà de presentar a les parts suspeses.

Criteris específics de la nota No Presentat:

Es considerarà un alumne no presentat aquell que ha realitzat menys del 50% de les activitats d'avaluació continuada o no s'ha presentat a l'avaluació final o a l'avaluació única.

Referències bibliogràfiques

- Costill, D. L., Maglischo, E. W. (1998). *Natación*. Barcelona: Hispano Europea.
- Maglischo, E. W. (2003). *Nadando más rápido. Cinética humana*. Barcelona: Hispano Europea.
- Bucher, W. (1995). *1000 ejercicios y juegos de natación y actividades acuáticas*. Hispano Europea.
- De Lanuza Arus, F., & Beltran, A. T. (2006). *MIL 60 EJERCICIOS y JUEGOS DE NATACIÓN*. Barcelona: Paidotribo.
- Counsilman, J. E. (1979). *The complete book of swimming. Atheneum Books for Young Readers*. Nueva York: Atheneum.
- Chollet, D. (2003). *Natación deportiva*. Barcelona: INDE.
- Franco P. Navarro, F. (1980). *Natación, habilidades para todas las edades*. Barcelona: Hispano Europea.
- Navarro, F., & Valdivieso, F. N. (1978). *La Pedagogía de la natación*. Madrid: Gymnos.
- Comité Nacional de Árbitros. (2023). *Reglamentos Oficiales de Natación, waterpolo, saltos y sincronizada*. RFEN Aquatics.

Assignatures recomanades

- Desenvolupament motor i iniciació esportiva
- Principis didàctics de l'activitat física i l'esport
- Fisiologia de l'exercici I i II
- Teoria de l'entrenament I
- Jocs i habilitats motrius.