



| Guía Docente          |  |                    |                       |          |
|-----------------------|--|--------------------|-----------------------|----------|
| Datos Identificativos |  |                    |                       | 2018/19  |
| Asignatura (*)        | Iniciación en deportes VI (Natación sincronizada)  | Código             | 620G01414             |          |
| Titulación            | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte   |                    |                       |          |
| Descriptorios         |  |                    |                       |          |
| Ciclo                 | Período  | Curso              | Tipo                  | Créditos |
| Grao                  | 1º cuatrimestre  | Cuarto             | Optativa              | 6        |
| Idioma                | CastelánGalegoInglés   |                    |                       |          |
| Modalidade docente    | Presencial   |                    |                       |          |
| Prerrequisitos        |  |                    |                       |          |
| Departamento          | Educación Física e Deportiva   |                    |                       |          |
| Coordinación          | Castillo Obeso, María del  | Correo electrónico | maria.castillo@udc.es |          |
| Profesorado           | Castillo Obeso, María del  | Correo electrónico | maria.castillo@udc.es |          |
| Web                   |  |                    |                       |          |
| Descrición xeral      | <p>A materia de Natación Sincronizada, hoxe en día nomeada Natación Artística, ofrécese dentro da oferta de optativas do Grao en CC do Deporte e a Educación Física, tras varios anos de ser un Seminario e coa experiencia de formar parte da Oferta Xeral de Libre Elección da UDC durante 4 cursos. Coa experiencia de cursos anteriores comprobouse o interese para os estudantes e a súa viabilidade.</p> <p>A presenza nos diferentes plans de estudos da licenciatura e do grao en CC da Actividade Física e o Deporte da UDC de materias relacionadas co medio acuático é unha característica que diferencia a nosa facultade desde hai anos. A materia de Natación Sincronizada vén completar dita oferta cunha modalidade deportiva acuática moi diferente ás xa existentes. A Natación Sincronizada é un deporte que forma parte do programa dos J.J.Ou.Ou. e cuxo obxectivo final é despertar a emoción do público e os xuíces mediante a realización dunha coreografía acuática en diferentes modalidades (só, dúo, equipo, combinada, high light ou dúo mixto). Para iso require do dominio absoluto do corpo na auga, de forma que a expresividade dos movementos dos nadadores poida crear beleza. Nesta materia o estudante vai descubrir outro uso do medio acuático como recurso educativo, que desenvolve contidos en todos os ámbitos do comportamento e que ofrece unha alternativa de práctica deportiva inicialmente orientada á muller, pero na que xa poden competir os homes.</p> |                    |                       |          |

| Competencias / Resultados do título |  |
|-------------------------------------|--|
| Código                              | Competencias / Resultados do título  |
| A2                                  | Comprender os procesos históricos das actividades físico-deportivas e a súa influencia na sociedade contemporánea, estudando o caso de España e Galicia, e a presenza diferenciada dos homes e das mulleres.   |
| A5                                  | Fomentar a convivencia, estimulando e poñendo en valor a capacidade de constancia, esforzo e disciplina dos participantes nas actividades de educación física e deportiva.   |
| A7                                  | Promover e avaliar a formación de hábitos de actividade física e deporte ao longo do ciclo vital, considerando que a idade, o xénero ou a discapacidade son variables que necesitan da intervención consciente para favorecer a igualdade de oportunidades.  |
| A10                                 | Coñecer os distintos niveis da lexislación educativa e aplicar os fundamentos básicos que promove en canto á Planificación e Programación Didáctica da Educación Física nas etapas educativas.   |
| A12                                 | Avaliar e elaborar instrumentos de recollida de datos que atendan aos aprendizaxes do alumno, ao proceso de ensino en sí e á función del docente.  |
| A13                                 | Identificar as principais tarefas do profesor de educación física dentro e fóra da aula, resaltando as que fan referencia á súa labor tutorial, orientadora e departamental.   |
| A15                                 | Coñecer, saber seleccionar e saber aplicar as técnicas de modificación de conduta que pode utilizar o profesional de Educación Física e Deportes nos diferentes ámbitos da súa competencia laboral.  |
| A16                                 | Deseñar, programar e desenvolver actividades esenciais da motricidade humana: o xogo, a danza e a expresión corporal, o exercicio e as actividades no medio natural, no ámbito educativo, recreativo e da actividade física e saúde, promovendo a igualdade de dereitos e oportunidades e evitando a exclusión en función do xénero e a discapacidade. |



|     |  |
|-----|--|
| A19 | Planificar, desenvolver, controlar e avaliar técnica e cientificamente o proceso de adestramento deportivo nos seus distintos niveis e nas diferentes etapas da vida deportiva, de equipos con miras á competición, tendo en conta as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero na actuación do adestrador e nos deportistas. |
| A21 | Deseñar, planificar e realizar actividades físicas e deportivas en lugares ou espazos que implican un risco intrínseco: no medio acuático, na neve ou outros do medio natural ou con animais.  |
| A25 | Identificar e comprender os requisitos psicomotores e sociomotores das habilidades deportivas, executando basicamente as habilidades motrices específicas dun conxunto de deportes, considerando as diferenzas por xénero.   |
| A26 | Identificar e aplicar as peculiaridades didácticas de cada especialidade deportiva na intención pedagóxica dos diferentes ámbitos de intervención.   |
| A27 | Aplicar os principios cinesiolóxicos, fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais nos contextos educativo, recreativo, da actividade física e saúde e do adestramento deportivo, recoñecendo as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero nos hábitos de vida dos participantes.                                    |
| A33 | Seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva no contexto educativo, deportivo, recreativo e da actividade física e saúde.  |
| A36 | Coñecer e saber aplicar as novas tecnoloxías da información e a imaxe, tanto nas ciencias da actividade física e do deporte, como no exercicio profesional.  |
| B1  | Coñecer e posuír a metodoloxía e estratexia necesaria para a aprendizaxe nas ciencias da actividade física e do deporte.   |
| B2  | Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito das ciencias da actividade física e do deporte.   |
| B3  | Traballar nos diferentes contextos da actividade física e o deporte, de forma autónoma e con iniciativa, aplicando o pensamento crítico, lóxico e creativo.  |
| B4  | Trabajar de forma colaboradora, desenvolvendo habilidades, de liderado, relación interpersoal e traballo en equipo.  |
| B6  | Dinamizar grupos nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.  |
| B7  | Xestionar a información.   |
| B8  | Desenvolver hábitos de excelencia e calidade nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.  |
| B9  | Comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte en lingua inglesa e en outras linguas de presenza significativa no ámbito científico.  |
| B10 | Saber aplicar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.   |
| B11 | Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.  |
| B12 | Coñecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.   |
| B13 | Coñecer e aplicar metodoloxías de investigación que faciliten a análise, a reflexión e cambio da súa práctica profesional, posibilitando a súa formación permanente.   |
| B14 | Comprender e aplicar a lexislación vixente relativa ao marco das actividades físicas e deportivas nos distintos ámbitos: educación, deporte, xestión, lecer e saúde.   |
| B15 | Comprender e saber utilizar as importantes posibilidades que a educación física e o deporte teñen para xerar hábitos sociais e valores democráticos (coeducación de xéneros, respecto á diversidade social e cultural, cooperación, competición respectuosa, compromiso co contorno?).   |
| B16 | Dominar habilidades de comunicación verbal e non verbal necesarias no contexto da actividade física e o deporte.   |
| B17 | Promover e avaliar actividades de ampliación curricular, referentes á creación de hábitos autónomos de actividade física e deporte.  |
| B19 | Exercer a profesión con responsabilidade, respecto e compromiso.   |
| B20 | Coñecer, reflexionar e adquirir hábitos e destrezas para a aprendizaxe autónoma e o traballo en equipo a partir das prácticas externas en algún dos principais ámbitos de integración laboral, en relación ás competencias adquiridas no grao que se verán reflectidas no traballo fin de grao.  |
| C1  | Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.   |
| C2  | Dominar a expresión e a comprensión de forma oral e escrita dun idioma estranxeiro.  |
| C3  | Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.  |
| C4  | Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común.   |
| C5  | Entender a importancia da cultura emprendedora e coñecer os medios ao alcance das persoas emprendedoras.   |
| C6  | Valorar criticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.  |



|    |   |
|----|---|
| C7 | Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.  |
| C8 | Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade. |

| Resultados da aprendizaxe   |                                 |  |                      |
|---|---------------------------------|--|----------------------|
| Resultados de aprendizaxe   |                                 | Competencias / Resultados do título                    |                      |
| Coñecer a modalidade de Natación Artística e a súa relación con outros deportes acuáticos (dentro e fóra da Federación de Natación).              | A2<br>A25<br>A26<br>A36         | B1<br>B7<br>B9<br>B10<br>B12<br>B14<br>B15             | C2<br>C3<br>C5<br>C6 |
| Adquirir unhas nocións básicas sobre o regulamento.   | A25<br>A26                      | B1<br>B7<br>B12<br>B14                                 | C2                   |
| Identificar os elementos básicos (posicions, movementos, figuras e rutinas).  | A25<br>A26<br>A33               | B1<br>B7<br>B12  | C3<br>C6             |
| Describir as técnicas básicas de mantemento do equilibrio e a propulsión.   | A25<br>A26<br>A33               | B1<br>B2<br>B3<br>B8<br>B9<br>B10<br>B13               | C1<br>C2<br>C3<br>C6 |
| Coñecer as estruturas federativas e o proceso de creación dunha escola o clube de Natación Artística.   | A10                             | B1<br>B2<br>B3<br>B6<br>B7<br>B11<br>B12<br>B14<br>B17 | C4<br>C5<br>C6       |
| Interpretar o regulamento, en particular o sistema de puntuación.   | A12<br>A16<br>A19<br>A21<br>A27 | B3<br>B7<br>B9<br>B14<br>B19                           | C4<br>C7             |
| Executar a un nivel elemental as técnicas básicas de mantemento do equilibrio e a propulsión (posicions e movementos básicos, remadas e patadas). | A21<br>A26<br>A27<br>A33        | B2<br>B3<br>B4<br>B8<br>B9<br>B10<br>B11<br>B20        | C3<br>C6<br>C7<br>C8 |



|   |                                       |   |                      |
|---|---------------------------------------|---|----------------------|
| Deseñar e executar unha rutina básica que inclúa elementos fundamentais de Natación Artística.              | A16<br>A19<br>A21<br>A27<br>A33       | B2<br>B3<br>B4<br>B6<br>B8<br>B10<br>B11<br>B15<br>B16      | C1<br>C2<br>C3<br>C5 |
| Aprender a dirixir a un equipo de nadadores/as  | A5<br>A13<br>A15<br>A19<br>A21<br>A33 | B1<br>B2<br>B3<br>B4<br>B6<br>B7<br>B8<br>B11<br>B15<br>B16 | C1<br>C2<br>C4<br>C5 |
| Despertar o interese por outras modalidades deportivas acuáticas.   | A16<br>A21<br>A25<br>A27              | B11<br>B15<br>B17   | C4<br>C5             |
| Desenvolver o gusto pola expresividade, a creatividade e a estética a través do movemento do corpo na auga. | A5<br>A7<br>A16<br>A21                | B3<br>B4<br>B8<br>B11<br>B15<br>B16                         | C1<br>C2<br>C4<br>C5 |

| Contidos   |  |
|--|--|
| Temas  | Subtemas   |
| Tema 1: Introducción                                       | 1.1 Evolución histórica<br>1.2 Estructura federativa<br>1.3 Regulamentación:<br>1.3.1 Internacional<br>1.3.2 Nacional (Control de Niveis)<br>1.3.3 Autonómica  |
| Tema 2: Habilidades fundamentais para a Natación Artística | 2.1 Control del cuerpo en el agua<br>2.1.1 Extensión<br>2.1.2 Tensión<br>2.1.3 Equilibrio<br>2.2 Técnicas específicas de propulsión<br>2.2.1 Patadas<br>2.2.2 Remadas<br>2.2.3 Adaptación e combinación dos estilos convencionais<br>2.2.4 Estilos propios: kick-pull, kick-over |



|   |   |
|---|---|
| Tema 3: Elementos que compoñen a Natación Artística | 3.1 Posicións básicas: horizontáis, verticais e arqueadas<br>3.2 Movementos básicos: de colocación, despliegue, rotación, xiro e delfins.<br>3.3 Figuras: grupos de figuras e figuras dos grupos de idade (obligatorias e opcionais). |
| Tema 4: O uso do tempo                              | 4.1 Cos compañeiros: sincronización e cadencia<br>4.2 Coa música (como "picar")   |
| Tema 5: O espazo: a "escena" acuática               | 5.1 Distribución do espazo (subacuático, superficie e aéreo)<br>5.2 Ocupación do espazo (formacións, estrelas e percorrido)   |
| Tema 6: Os compañeiros                              | 6.1 Accións por parellas<br>6.2 Accións en pequeno grupo<br>6.3 Accións en gran grupo (plataformas, saltos, etc)  |
| Tema 7: O produto final: a rutina                   | 7.1 Tipos de rutina: Técnica e libre<br>7.2 Modalidades de rutina: solo, dúo, dúo mixto, equipo, combinada e highlight.   |
| Tema 8: Natación Artística e ensinanza              | 8.1 A Escola<br>8.2 O Clube<br>8.3 A Natación Artística como recurso metodolóxico en programas de Actividades Acuáticas   |
| Tema 9: Equipamento básico                          | 9.1 Necesidades da instalación: profundidade e equipo de son<br>9.2 Equipamento persoal común: bañador, gorro, lentes<br>9.3 Específico: as pinzas e o arranxo do pelo  |
| Tema 10: Recursos metodolóxicos para a aprendizaxe  | 10.1 Materiais convencionais de actividades acuáticas (táboas, manguitos, etc.)<br>10.2 Materiais alternativos (botellas, vasiños, espello, plomada, etc.)<br>10.3 Traballo "en seco": pasar a rutina e preparación física            |

## Planificación

| Metodoloxías / probas    | Competencias / Resultados   | Horas lectivas (presenciais e virtuais) | Horas traballo autónomo | Horas totais |
|--------------------------|---|---|-------------------------|--------------|
| Aprendizaxe colaborativa | A5 A7 A15 A16 A19<br>A21 A25 A26 A27<br>A33 A36 B1 B2 B4 B6<br>B8 B10 B11 C1 C2<br>C3 | 10                                      | 30                      | 40           |
| Estudo de casos          | A12 A13 A15 A25<br>A26 A27 A33 A36 B7<br>B10 B12 B15 B16<br>B19 C6 C7                 | 0                                       | 20                      | 20           |
| Proba de resposta breve  | A10 B14   | 0                                       | 5                       | 5            |
| Proba de ensaio          | A16 A21 A25 A27<br>A33 B2 B3 B11 B17<br>B20 C5 C8                                     | 6                                       | 12                      | 18           |
| Prácticas clínicas       | A5 A7 A12 A16 A19<br>A21 A25 A26 A27 B3<br>B4 B6 B10 B11 B16<br>B20 C1 C3 C4          | 5                                       | 0                       | 5            |



|                               |   |    |    |    |
|-------------------------------|---|----|----|----|
| Práctica de actividade física | A5 A7 A16 A19 A21<br>A25 A26 A27 A33<br>A36 B1 B2 B4 B7 B8<br>B10 B11 B13 B15<br>B16 B20 C1 C3 C6<br>C8 | 18 | 18 | 36 |
| Traballos tutelados           | A12 A19 A21 A25<br>A26 A27 A33 A36 B2<br>B10 B11 B13 C1 C3<br>C6 C8                                     | 3  | 9  | 12 |
| Análise de fontes documentais | A2 A10 B9 C2  | 0  | 12 | 12 |
| Atención personalizada        |   | 2  | 0  | 2  |

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

| Metodoloxías                  |   |
|-------------------------------|---|
| Metodoloxías                  | Descrición  |
| Aprendizaxe colaborativa      | Cooperar nos procesos de aprendizaxe cos compañeiros para facilitar as progresións de aprendizaxe e a elaboración dos traballos (prácticos e teóricos)  |
| Estudo de casos               | Análise de documentos audiovisuais e/ou escritos sobre rutinas, metodoloxía de ensino e adestramento.   |
| Proba de resposta breve       | Proba escrita utilizada para a avaliación da comprensión do regulamento.  |
| Proba de ensaio               | Elaboración en grupo dunha rutina de equipo ou combinada, deseñando a coreografía.  |
| Prácticas clínicas            | Análise do nivel de execución dos diferentes elementos técnicos para comprender a corrección e a metodoloxía de ensino.   |
| Práctica de actividade física | Práctica de todo tipo de exercicios e técnicas específicas relacionadas cos contidos da materia para a súa vivencia e dominio, incluíndo a execución en seco e en auga da rutina deseñada.          |
| Traballos tutelados           | Elaboración individual dun documento escrito coa memoria da rutina deseñada: descrición dos elementos técnicos en relación co acompañamento musical, o percorrido pola piscina, as formacións, etc. |
| Análise de fontes documentais | Procura, consulta e comprensión de fontes documentais diversas de carácter técnico e /ou científico.  |

| Atención personalizada   |  |
|--|--|
| Metodoloxías   | Descrición   |
| Proba de ensaio<br>Traballos tutelados<br>Aprendizaxe colaborativa | A atención personalizada prestarase tanto nas clases presenciais a pé de piscina como no horario de tutorías asignado para ese efecto nos horarios oficiais. Neste horario os alumnos, individualmente ou en pequeno grupo, poderán facer consultas ou recibir o asesoramento oportuno por parte do profesor.<br>Tamén se utilizará o correo electrónico como vía eficaz de comunicación entre profesor e alumnos.<br>Para os alumnos con matrícula parcial aplicaranse os mesmos criterios, puidendo adaptar os horarios de tutorías de acordo coa profesora. |

| Avaliación              |   |  |               |
|-------------------------|---|--|---------------|
| Metodoloxías            | Competencias / Resultados                         | Descrición   | Cualificación |
| Proba de resposta breve | A10 B14   | Proba escrita utilizada para a avaliación da lectura e comprensión do regulamento. | 10            |
| Proba de ensaio         | A16 A21 A25 A27<br>A33 B2 B3 B11 B17<br>B20 C5 C8 | Elaboración en grupo dunha rutina de equipo ou combinada, deseñando a coreografía. | 40            |



|                     |  |  |    |
|---------------------|--|--|----|
| Prácticas clínicas  | A5 A7 A12 A16 A19<br>A21 A25 A26 A27 B3<br>B4 B6 B10 B11 B16<br>B20 C1 C3 C4 | Análise do nivel de execución dos diferentes elementos técnicos para comprender a corrección e a metodoloxía de ensino.  | 30 |
| Traballos tutelados | A12 A19 A21 A25<br>A26 A27 A33 A36 B2<br>B10 B11 B13 C1 C3<br>C6 C8          | Elaboración individual dun documento escrito coa memoria da rutina deseñada en grupo: conteo da música, descrición dos elementos técnicos en relación co acompañamento musical, o percorrido pola piscina, as formacións, etc. | 20 |

### Observacións avaliación

A asistencia e participación é obrigatoria, sendo necesario cumprir un mínimo do 70% para optar á calificación final.

En caso de lesión que incapacite a realización de práctica, o alumno ha de colaborar na elaboración da rutina e dirixir os adestramentos dos seus compañeiros, demostrando que coñece os elementos técnicos aínda que non poida demostrar a súa execución.

Para os alumnos con matrícula parcial, no caso de que non podan cumprir o 70% da asistencia ofreceráse como alternativa realizar

observación e análise de entrenamentos en clubs de Natación Artística da súa zona de residencia.

Os traballos deben ser presentados correctamente redactados e sen faltas de ortografía para poder ser avaliados. Ademais, deben respectar os aspectos formais e de estrutura indicados nos guións entregados pola profesora. Pódense realizar en castelan e/ou galego.

A proba de

resposta breve estará no idioma de impartición da asignatura, si se desea en outro idioma se solicitará unha semana antes da data de realización.

Tanto os traballos como a proba de resposta breve poden ser

entregados impresos en papel como a través do correo electrónico en

formato PDF.

Todos os apartados deben ser aprobados para que poidan terse en conta na cualificación final.

O resultado da cualificación final será a suma de cada apartado na súa porcentaxe correspondente.

Para todos os alumnos, os apartados da avaliación que fosen aprobados non será necesario repetilos na oportunidade seguinte (xullo), pero si no caso de nova matriculación en anos posteriores.

Se recomenda, cuando sea posible, asistir a competicións o probas de nivel así como a entrenamentos de clubs que compitan a nivel galego y/o nacional.

### Fontes de información



|   |   |
|---|---|
| <p><b>Bibliografía básica</b></p>         | <p>Barraud, N y Solari, L. (2004): "Natation Synchronisée. Proposition de contenus d'enseignement au lycée", EPS, nº 310, noviembre-diciembre, 36-38. Bissieres-Cottureau, N. (1988): "Vers la natation synchronisée", EPS, nº 36, enero-febrero, 11-13. Braun Trueba, J. (2015): "Asómate a la sincro. Julio Braun Trueba. Santander. Carbonell, O. (2016): "Tres minutos, cuarenta segundos. Ed. Planeta. Barcelona. Charles, M. C. y Charles, Y. (1977): "Ballets nautiques et natation synchronisée. Ed. S. Malgogne. Angers. Chu, D.A. (1991): "Athletic training issues in Synchronised Swimming", CLINICS IN SPORTS MEDICINE, vol. 18, nº 2, abril, 437-445. Clemente, J.A.J.; Zaragoza, J.; Genercio, E. y López Lorda, N. (2007): "¿Bailar en el agua? Estructura de una unidad didáctica de natación sincronizada mediante un proyecto de acción", Tándem. Didáctica de la Educación Física. Nº 23, enero, 98-112. Elkington, H. y Chamberlain, J. (1986): "Synchronised Swimming. David &amp; Charles Inc. USA. del Castillo, M. (2008): "Recursos metodológicos para la enseñanza/aprendizaje de la Natación Sincronizada" en Touriño, C.F. Libro de Actas del I Seminario Waterpolo y Natación Sincronizada. Universidad de Vigo. (pag.125-136). del Castillo, M. (2010): "La Natación Sincronizada en la Universidad de A Coruña (UDC)". Revista Española de Educación Física y Deportes. Consejo General de Colegios Oficiales de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Nº 391 Octubre-Diciembre, 79-92. del Castillo, M. (2009): "Bailando juntos en el agua?". Móvete Revista profesional da Actividade Física e o Deporte, nº 3, diciembre, 16-21. del Castillo, M. (2008): "La Natación Sincronizada en la Universidad de A Coruña (UDC)". NSW, vol. XXIX, nº 2 abril-junio, 23-28. del Castillo, M.; Asensio, D. y Méndez, E. Mª. (2002): "La Natación Sincronizada desde una perspectiva educativa". AGUA GESTION (SEAE-INFO) 3ª época, nº 58, abril-junio, 12-18. FINA: Synchronised Swimming Manual for Judges, Coaches and Referees (2013-2017). <a href="http://www.fina.org/H2O/docs/rules/2015/disciplines/FINAsyrules_20151702_color.pdf">http://www.fina.org/H2O/docs/rules/2015/disciplines/FINAsyrules_20151702_color.pdf</a> FINA: FINA Artistic Swimming Manual for Judges, Coaches and Referees (2017-2021). <a href="https://www.fina.org/sites/default/files/fina_as_manual_2017-2021.pdf">https://www.fina.org/sites/default/files/fina_as_manual_2017-2021.pdf</a> FINA (2013): Synchronised Swimming Worldwide Seminar. St. Petesburgo. Russia. Gundling, B.O. y White, J.E. (1988): "Creative Synchronised Swimming. Leisure Press. Champaign, Illinois. Jones, F. y Lindeman, J. (1975): "Components of synchronised swimming. Prentice-Hall. Englewood Cliffs, N. J. López Contreras, G. (2006): "El valor artístico en gimnasia acrobática y natación sincronizada. Análisis de similitudes y diferencias. NSW, vol. XXVIII; nº 2, abril-junio, 13-18. Maeyer, J. (1989): "Natation Synchronisée en milieu scolaire", EPS, nº 216, marzo-abril, 45-48. Mountjoy, M. (1999): "The basics of Synchronised Swimming and its injuries", CLINICS IN SPORTS MEDICINE, vol. 18, nº 2, abril, 321-336. RFEN: Reglamento de Natación Sincronizada (2013-2017). <a href="http://www.rfen.es/publicacion/2SC_Sincronizada/65SS_Normativas.asp">http://www.rfen.es/publicacion/2SC_Sincronizada/65SS_Normativas.asp</a> RFEN: Reglamento Natación Artística (2017-2021). <a href="http://www.rfen.es/publicacion/userfiles/01.Reglamento%20N_%20Artistica%20FINA%202017-2021.pdf">http://www.rfen.es/publicacion/userfiles/01.Reglamento%20N_%20Artistica%20FINA%202017-2021.pdf</a> RFEN: Guías de orientación 1-4. <a href="http://www.rfen.es/publicacion/2SC_Sincronizada/65SS_Normativas.asp">http://www.rfen.es/publicacion/2SC_Sincronizada/65SS_Normativas.asp</a> RFEN: Reglamento de Niveles de natación sincronizada. <a href="http://www.rfen.es/publicacion/2SC_Sincronizada/65SS_Normativas.asp">http://www.rfen.es/publicacion/2SC_Sincronizada/65SS_Normativas.asp</a> Swan Forbes, M. (1984): "Coaching Synchronised Swimming Effectively. Leisure Press. Champaign, Illinois. Torres, L.; Solé, J. y Planas, A. (2005): "Estudio de la dificultad perceptivo motriz en la natación sincronizada" <a href="http://www.efdeportes.com/">http://www.efdeportes.com/</a> Revista digital. Buenos Aires. Año 10. Nº 85. Junio. Varios (1989): "Dossier technique et pédagogique. Natation Synchronisée", EPS, nº 220, noviembre-diciembre, 41-53.</p> |
| <p><b>Bibliografía complementaria</b></p> | <p>- ( ). .<br/> Domergue, A. M. (1995): "Vers la danse aquatique", EPS, nº 256, noviembre-diciembre, 15-18. Gosalvez, M. y Joven, A. (1997): "Natación y sus especialidades deportivas. MEC, CSD y RFEN. Colección "La actividad física y deportiva extraescolar en los centros de educación". Guerrero Luque, R. (1995): "Guía de las actividades acuáticas. Paidotribo. Barcelona. Lewin, G. (1983): "Natación. Augusto Pila Teleña. Madrid. Michel, V. y Schaus, I. (1995): "Approche de la natation synchronisée pour une application dans le milieu scolaire". REVUE DE L'EDUCATION PHYSIQUE, Liege, 35 (1), 3-13. Palmer, M. L. (1985): "Science de l'enseignement de la natation. Ed. Vigot. Colección Sport + Enseignement. Paris. Quintana, A. (1997): "Ritmo y Educación Física. Ed. Gymnos. Madrid. Touriño, C.F. (2006): "La Natación Sincronizada: análisis técnico y artístico". Tesis Doctoral sin publicar. Dpto. de Didácticas Especiales de la Universidad de Vigo.</p>  |

**Recomendacións**





## Materias que se recomenda ter cursado previamente

Habilidades acuáticas e a súa didáctica/620G01007

Habilidades ximnásticas e a súa didáctica/620G01009

Expresión corporal e danza/620G01028

Iniciación en deportes II (Natación) (optativa)/620G01313

## Materias que se recomenda cursar simultaneamente

## Materias que continúan o temario

## Observacións

O tratarse dunha materia optativa o alumno que non poda cumprir co requisito de asistencia e participación é mellor que faga modificación da matrícula. É imprescindible a participación activa nas prácticas para poder comprender e asimilar os contidos da materia. Cada estudante debe ter o seu equipamento básico: bañador, gorro, gafas e pinzas para o nariz. Hai diferentes tipos de prácticas e non todos implican meterse dentro da auga en todas as sesións. O traballo en equipo é fundamental para poder abordar unha das partes da avaliación con maior peso (elaboración dunha rutina). Para a formación dos equipos déixase liberdade (mínimo 4 e máximo 10 compoñentes). O seguimento diario da materia facilita a súa asimilación de maneira que o exame final só é un complemento para garantir a lectura e comprensión dalgúns conceptos básicos do regulamento. O idioma das clases presenciais utilizado habitualmente pola profesora será o castelán, pero os alumnos poderán utilizar o galego cando o desexen. A lingua inglesa será utilizada nas consultas dalgunhas fontes bibliográficas e pódese utilizar en clase sempre que os alumnos o comprendan.

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías