



| Guía Docente          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                    |           |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------|-----------|
| Datos Identificativos |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                    | 2020/21   |
| Asignatura (*)        | Habilidades acuáticas e a súa didáctica                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                    | Código             | 620G01007 |
| Titulación            | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                    |                    |           |
| Descriptor            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                    |           |
| Ciclo                 | Período                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Curso              | Tipo               | Créditos  |
| Grao                  | 2º cuatrimestre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Primeiro           | Obrigatoria        | 6         |
| Idioma                | CastelánGalego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                    |                    |           |
| Modalidade docente    | Híbrida                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                    |                    |           |
| Prerrequisitos        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                    |           |
| Departamento          | Educación Física e Deportiva                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                    |                    |           |
| Coordinación          | Camíña Fernandez, Francisco                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Correo electrónico | frco.camina@udc.es |           |
| Profesorado           | Camíña Fernandez, Francisco                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Correo electrónico | frco.camina@udc.es |           |
| Web                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                    |           |
| Descrición xeral      | <p>As Habilidades Acuáticas forma parte dos deportes incluídos xa nos primeiros plans de estudos dos INEFs e Facultades de CC. da Actividade Física. A asignatura distribúese nun cuatrimestre. A continuidade curricular está garantida pola presenza no Plan de Estudos po la asignatura optativa de 3º curso: Iniciación en deportes II (Natación e Golf)</p> <p>A asignatura incide no estudo das modalidades deportivas das Habilidades Acuáticas como conductas psicomotrices e os seus contidos na etapa inicial deportiva. Os contidos esenciais da asignatura estrutúranse entorno ás bases regulamentarias, técnicas e didácticas das modalidades da natación.</p> <p>O descriptor desta asignatura indícanos a dirección para o desenvolvemento do proceso de introducción das Habilidades Acuáticas. A asignatura incide no estudo do deporte das Habilidades Acuáticas como conductas psicomotrices e os seus contidos na etapa inicial deportiva. Os contidos esenciais da asignatura estrutúranse entorno ás bases regulamentarias, técnicas e didácticas que nas últimas décadas adquiriron un desenvolvemento en todo o mundo en canto ó número de practicantes, os eventos deportivos organizados e a implicación das institucións e organismos que rixen a competición deportiva. A importancia da Natación, non só ven determinada po la dimensión deportiva, sino tamen po la importancia como ocio e actividade deportiva recreativa.</p> |                    |                    |           |



|                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Plan de continxencia</b> | <p><b>1. Modificacións nos contidos</b></p> <p>Non se realizarán modificacións dos contidos.</p> <p><b>2. Metodoloxías</b></p> <p>*Metodoloxías docentes que se manteñen</p> <p>Aprendizaxe colaborativo. Traballo non presencial relacionado cos contidos prácticos da materia e co desenvolvemento do traballo teórico-práctico. Realizado por grupos e tutorizados na aula correspondente de Microsoft Teams ou vía correo electrónico.</p> <p>*Metodoloxías docentes que se modifican</p> <p>Proba Mixta: Esta metodoloxía queda eliminada.</p> <p>Traballos tutorizados: Elaboración e entrega, por parte do alumnado, dun traballo teórico-práctico consistente en avaliar, detectar os defectos de estilo, e elaborar un programa de progresión para corrixir os defectos e aplicalo a un compañeiro/a. As prácticas non realizadas de maneira presencial realizaranse a través do visionado de vídeos suministrados polo profesor.</p> <p>Práctica de actividade física: Realización por parte do alumnado das tarefas motrices de aprendizaxe propostas nos contidos (as prácticas que non se podan realizar de maneira presencial quedan suspendidas).</p> <p>Sesión Maxistral: impartirase por videoconferencias a través de Microsoft Teams, as sesións grávanse e se poñen a dispoñición do alumnado para a súa reprodución asíncrona no propio Teams.</p> <p><b>3. Mecanismos de atención personalizada ao alumnado</b></p> <p>Microsoft Teams: Realizaranse por esta vía, as sesións maxistrais (de grupo grande) e as interactivas (de grupo pequeno), un total de 2 sesións por semana. Ademais, é posible a realización de tutorías tanto individuais como grupais por esta vía (baixa demanda) e é un medio de resposta rápida (cuestións de minutos ou varias horas como máximo).</p> <p>Correo electrónico: É posible a realización de tutorías tanto individuais como grupais por esta vía (baixa demanda) e é un medio de resposta rápida (cuestións de minutos ou varias horas como máximo).</p> <p><b>4. Modificacións na avaliación</b></p> <p>Traballo tutelado (50%): Elaboración e entrega, por parte do alumnado, dun traballo teórico-práctico, consistente en:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Avaliación da técnica deportiva</li><li>2. Detección dos defectos principais</li><li>3. Realización dun programa para a corrección dos defectos detectados</li><li>4. Aplicación práctica de dito programa</li></ol> <p>Prácticas de actividade física (50%). Valoraranse as prácticas que se teñan feito de maneira presencial. De non realizarse ningunha, o traballo tutelado computará o 100%</p> <p>*Observacións de avaliación:</p> <p>As observacións recollidas na guía docente mantéñense, excepto casos particulares por circunstancias particulares por causa do Covid-19.</p> <p>Polo tanto, a calificación do alumnado corresponde á media ponderada dos diferentes apartados presentados na táboa anterior. O alumnado superará a materia se dita media ponderada final é igual ao 50% da máxima calificación posible (5 ou superior nunha escala de 0 a 10). A avaliación será a segunda oportunidade.</p> <p><b>5. Modificacións da bibliografía ou webgrafía</b></p> <p>As recomendacións bibliográficas se manteñen.</p> |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|



## Competencias do título

| Código | Competencias do título                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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.                                                                                                 |
| A6     | Deseñar e ordenar estratexias e espazos de aprendizaxe que respondan á diversidade social (sexo, xénero, idade, discapacidade, culturas?) e ao respecto dos dereitos que conforman os valores que aporta a educación física e deportiva á formación integral dos cidadáns. |
| A8     | Deseñar, desenvolver, e avaliar os procesos de ensino e aprendizaxe, relativos á actividade física e o deporte, con atención e titorización segundo as características individuais e contextuais das persoas (xénero, idade, discapacidade, culturas, etc.).               |
| 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.                                                                                                                         |
| 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.                                                                        |
| B1     | Cofecer 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.                                                                                                                                                                   |
| B4     | Trabajar de forma colaboradora, desenvolvendo habilidades, de liderado, relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                                                                                        |
| B5     | Comportarse con ética e responsabilidade social como cidadán.                                                                                                                                                                                                              |
| 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    | Cofecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.                                                                                                                                                                 |
| B14    | Comprender e aplicar a lexislación vixente relativa ao marco das actividades físicas e deportivas nos distintos ámbitos: educación, deporte, xestión, lecer e saúde.                                                                                                       |
| B19    | Exercer a profesión con responsabilidade, respecto e compromiso.                                                                                                                                                                                                           |
| 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.                     |

## Resultados da aprendizaxe

| Resultados de aprendizaxe                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Competencias do título |  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--|--|
| Identificar os distintos ámbitos das actividades acuáticas, as súas relacións e paralelismos coa vida do home; comprendendo as diferenzas entre as distintas prácticas que engloba cada ámbito e valorando, especialmente, as posibilidades de desenvolvemento dunha educación física de base no medio acuático. | A5<br>A25<br>A26       |  |  |
| Promover e avaliar a formación de hábitos de actividade física e deporte ao longo do ciclo vital, especialmente a idade infantil, considerando que a idade, o xénero ou a discapacidade son variables que necesitan da intervención consciente para favorecer a igualdade de oportunidades.                      | A5<br>A6               |  |  |
| Recoñecer as posibles dificultades dun alumno durante a fase de adaptación ao medio acuático, sobre a base das diferenzas psicomotrices con respecto ao medio terrestre; entender a actitude necesaria e dispoñer das estratexias de intervención para facilitar o devandito proceso.                            | A8                     |  |  |
| Deseñar e ordenar estratexias e espazos de aprendizaxe que respondan á diversidade social (sexo, xénero, idade, discapacidade, culturas?) e ao respecto dos dereitos que conforman os valores que aporta a educación física e deportiva á formación integral dos cidadáns desde a perspectiva dos deportes.      | A5<br>A25<br>A26       |  |  |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                 |     |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----|--|
| Adquirir un coñecemento básico dos fenómenos físicos que interveñen sobre o home durante o desenvolvemento de calquera actividade acuática para unha mellor comprensión destas.                                                                                                                                                                                                                                                         | A33             |     |  |
| Deseñar, desenvolver, e avaliar os procesos de ensino “aprendizaxe, relativos a ás modalidades natatorias, con atención e titorización segundo as características individuais e contextuais das persoas (xénero, idade, discapacidade, culturas, etc.).                                                                                                                                                                                 |                 | B1  |  |
| 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.                                                                                                                                                                                                              |                 | B2  |  |
| Comprender a evolución dos obxectivos xerais a establecer no proceso de adquisición das habilidades acuáticas e seleccionar posibles contidos motoras para logralos.                                                                                                                                                                                                                                                                    |                 | B4  |  |
| Coñecer os procedementos metodolóxicos fundamentais para o ensino das habilidades acuáticas, discriminando os elementos que dificultan a consecución dun determinado obxectivo e establecendo os medios para alcanzalo.                                                                                                                                                                                                                 |                 | B5  |  |
| Seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo no contexto educativo, deportivo, recreativo e da actividade física e saúde.                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                 | B8  |  |
| Vivenciar numerosas variantes de traballo das distintas habilidades acuáticas, experimentar a evolución da dificultade de execución sobre a base dos elementos que as integran e practicar ata lograr o grao de competencia motora contemplado no apartado avaliación da práctica da actividade física que garanta a plena autonomía no medio acuático e a capacidade para iniciar a adquisición de habilidades específicas deportivas. |                 | B9  |  |
| Coñecer e posuír a metodoloxía e estratexia necesaria para a aprendizaxe no ámbito natatorio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                 | B1  |  |
| Definir e distinguir os elementos integrantes das variables de traballo, en función da habilidade acuática, permitindo, dun modo xustificado, xerar tarefas nas distintas fases da evolución dun suxeito en relación co medio acuático para a consecución dun obxectivo concreto dun determinado nivel de ensino.                                                                                                                       | A26<br>A33      |     |  |
| Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito da Natación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                 | B2  |  |
| Analizar os métodos para o ensino das habilidades acuáticas e as súas posibilidades de aplicación atendendo ás distintas variables que poden incidir nun programa de ensino acuático.                                                                                                                                                                                                                                                   | A26<br>A33      |     |  |
| Trabajar de forma colaboradora, desenvolvendo habilidades, de liderado, relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                 | B4  |  |
| Aplicar as técnicas de ensino e reflexionar sobre a conveniencia de adaptar a información á idade do alumno e sobre como e cando dar o coñecemento dos resultados nunha actividade acuática.                                                                                                                                                                                                                                            | A8<br>A33       |     |  |
| Comportarse con ética e responsabilidade social como cidadán                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                 | B5  |  |
| Avaliar os estilos de ensino con maior posibilidade de aplicación no ensino das habilidades acuáticas e xustificar o seu emprego en actividades concretas.                                                                                                                                                                                                                                                                              | A5<br>A8<br>A26 |     |  |
| Desenvolver hábitos de excelencia e calidade nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                 | B8  |  |
| Coñecer as funcións e responsabilidades dos distintos membros que integran unha Escola de Actividades Acuáticas, entender cales son as de maior importancia e analizar as posibles consecuencias da súa renuncia.                                                                                                                                                                                                                       | A5<br>A6<br>A8  |     |  |
| Comprender a literatura científica do ámbito da natación en lingua inglesa e en outras linguas de presenza significativa no ámbito científico.                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                 | B9  |  |
| Familiarizarse cos elementos necesarios para a organización e desenvolvemento dun programa completo nunha escola de actividades acuáticas que contemple a existencia de diferentes niveis                                                                                                                                                                                                                                               | A5<br>A6        |     |  |
| Saber aplicar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                 | B10 |  |
| Elaborar sesións de posible aplicación nunha escola de actividades acuáticas atendendo a criterios establecidos de organización e intervención e discutir sobre o seu deseño e posta en práctica.                                                                                                                                                                                                                                       | A5<br>A6        |     |  |
| Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                 | B11 |  |
| Analizar, criticar e discutir a intervención propia e allea no proceso de ensino e formular alternativas ante problemas suscitados.                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | A8<br>A25       |     |  |
| Coñecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                 | B12 |  |
| Comprender e aplicar a lexislación vixente relativa ao marco das actividades físicas e deportivas nos distintos ámbitos: educación, deporte, xestión, lecer e saúde.                                                                                                                                                                                                                                                                    |                 | B14 |  |
| Exercer a profesión con responsabilidade, respecto e compromiso.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                 | B19 |  |



|                                                                                                                                                                                                                                                        |  |  |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|----|
| 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.                                                                        |  |  | C3 |
| 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. |  |  | C4 |

| Contidos                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Temas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Subtemas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Presentación da materia                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 0.1. Datos descritivos<br>0.2. Profesorado<br>0.3. Programa xeral da materia<br>0.4. Recursos<br>0.5. Avaliación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| BLOQUE TEMÁTICO I: INTRODUCCIÓN O ESTUDO DAS HABILIDADES ACUÁTICAS.<br>Tema 1: Evolución histórica, regulamentaria e contextualización da Natación.                                                                                                                                                                      | 1.1. Evolución e historia da natación.<br>1.2. Os obxectivos das actividades acuáticas<br>1.3. Factores que inciden sobor dos obxectivos.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| BLOQUE TEMÁTICO II: INICIACIÓN Á METODOLOXÍA ESPECÍFICA DA ENSINANZA/APRENDIZAXE DOS PROCEDEMENTOS TÉCNICOS DA NATACIÓN.<br>Tema 2: Metodoloxía das Salidas e Viraxes.<br>Tema 3: Metodoloxía del Crol.<br>Tema 4: Metodoloxía de la Espalda.<br>Tema 5: Metodoloxía de la Mariposa.<br>Tema 6: Metodoloxía de la Braza. | 2.1. Adaptación ao medio acuático: Familiarización, flotación, deslizamento, zambullidas e voltas.<br>2.2. Metodoloxía do ensino.<br>2.3. Progresión no ensino das salidas.<br>2.4.- Progresión no ensino dos viraxes.<br>3.1. Fundamentos da preparación técnica. Principios comunes os catro estilos.<br>3.2.- Progresión no ensino do crol.<br>3.3.- Defectos, efectos no estilo e corrección do Crol. 4.1.- Progresión no ensino da espalda.<br>4.2.- Defectos, efectos no estilo e corrección da Espalda.<br>5.1.- Progresión no ensino da mariposa.<br>5.2.- Defectos, efectos no estilo e corrección da Mariposa.<br>6.1.- Progresión no ensino da braza.<br>6.2.- Defectos, efectos no estilo e corrección da Braza. |

| Planificación                                                                                                            |                                                                        |                   |                                           |              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|--------------|
| Metodoloxías / probas                                                                                                    | Competencias                                                           | Horas presenciais | Horas non presenciais / traballo autónomo | Horas totais |
| Proba mixta                                                                                                              | A5 A8 A33 B1 B2 B9                                                     | 2                 | 0                                         | 2            |
| Aprendizaxe colaborativa                                                                                                 | A5 A8 A25 A26                                                          | 17                | 34                                        | 51           |
| Sesión maxistral                                                                                                         | A6 A8 A25 A26 A33<br>B1 B2 B4 B5 B8 B9<br>B10 B11 B12 B14<br>B19 C3 C4 | 9                 | 16                                        | 25           |
| Traballos tutelados                                                                                                      | A5 A8 A25 A26 B1 B9                                                    | 4                 | 8                                         | 12           |
| Práctica de actividade física                                                                                            | A5 A8 A25 B1 B2                                                        | 20                | 40                                        | 60           |
| Atención personalizada                                                                                                   |                                                                        | 0                 | 0                                         | 0            |
| *Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado |                                                                        |                   |                                           |              |

| Metodoloxías |
|--------------|
|--------------|



| Metodoloxías                  | Descrición                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Proba mixta                   | Exame escrito consistente:<br>1.- Preguntas de tipo test.<br>2.- Elaboración dunha clase para a corrección dos defectos técnicos mediante a progresión adecuada en función das circunstancias establecidas.<br>3.- Elaboración dunha clase para a corrección dos defectos técnicos detectados previamente en un nadador. |
| Aprendizaxe colaborativa      | Traballo no presencial relacionado cos contidos practicos da materia e co desenvolvemento do traballo teórico-práctico.                                                                                                                                                                                                  |
| Sesión maxistral              | Impartición de contidos teóricos por parte dos profesores                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Traballos tutelados           | Elaboración e entrega, por parte do alumno, dun traballo teórico-práctico consistente en avaliar, detectar os defectos no estilo, y elaborar un programa de progresión para corregir os defectos e aplicalo a os alumnos.                                                                                                |
| Práctica de actividade física | Realización por parte dos alumnos das tarefas motrices de aprendizaxe propostas nos contidos.                                                                                                                                                                                                                            |

| Atención personalizada        |                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Metodoloxías                  | Descrición                                                                                                                                                                                                                       |
| Aprendizaxe colaborativa      | Asistencia a titorias colectivas desenvolvidas perante o horario lectivo.<br>Reunión cos profesores da materia para aclarar dúbidas sobre:                                                                                       |
| Traballos tutelados           | - Os contidos teórico-prácticos e as actividades adecuadas para a súa aprendizaxe.                                                                                                                                               |
| Práctica de actividade física | - Fontes bibliográficas a consultar.<br>- A realización do traballo teórico-práctico colectivo ou individual.<br>- Os alumnos con matrícula parcial serán atendidos en el horario de tutorias oficiales do profesor previa cita. |

| Avaliación                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Metodoloxías                  | Competencias        | Descrición                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Cualificación |
| Proba mixta                   | A5 A8 A33 B1 B2 B9  | Exame escrito consistente:<br>1.- Preguntas de tipo test.<br>2.- Elaboración dunha clase para a corrección dos defectos técnicos mediante a progresión adecuada en función das circunstancias establecidas.<br>3.- Elaboración dunha clase para a corrección dos defectos técnicos detectados previamente en un nadador. | 30            |
| Traballos tutelados           | A5 A8 A25 A26 B1 B9 | Elaboración e entrega, por parte do alumno, dun traballo teórico-práctico, consistente en:<br>1. Evaluación da técnica<br>2. Detectar os defectos principais<br>3. Realización dun programa para a corrección dos defectos<br>4. Aplicación práctica de dicho programa                                                   | 35            |
| Práctica de actividade física | A5 A8 A25 B1 B2     | Asistencia e participación activa polo menos no 70% das sesións lectivas.<br>O incumplimiento de esta norma imposibilita o aprobado.                                                                                                                                                                                     | 35            |

| Observacións avaliación |
|-------------------------|
|-------------------------|



Para aprobar a asignatura hay que aprobar todas e cada una de las metodoloxías expostas. Non se pode aprobar a asignatura con una das metodoloxías suspensas.

Non se gardan as metodoloxías aprobadas da 1ª para a 2ª oportunidade, ni sucesivas convocatorias.

Os criterios de avaliación son os mesmos para a 1ª e a 2ª oportunidade da mesma convocatoria. Os alumnos que cursen esta asignatura por primeira vez teñen a obriga de cumprir o 70% da asistencia para poder superar a mesma (tanto das clases teóricas como das prácticas). Os requisitos dos alumnos a tempo parcial serán os mesmos que os dos alumnos a tempo completo, a excepción da asistencia que se reduce o 60%. Os alumnos lesionados trataranse personalmente para encontrar una evaluación alternativa. Un alumno se considerara non presentado cando no cumpla os mínimos de asistencia exigidos ou non se presenta a o examen final de ninguna das dúas oportunidades. As datas de entrega dos traballos será o 13 de decembro para o primer cuatrimestre, e o 15 de mayo para o segundo cuatrimestre. O 19 de junio e a data de entrega para a segunda oportunidade. O examen se presentará a o alumno redactado no idioma da impartición da materia (esto e español). Si algún alumno desexa una copia en outro idioma oficial da UDC, deberá solicitálo a o profesor coordinador una semana antes da data da realización. Os criterios de avaliación serán os mesmos para os alumnos a tempo parcial

## Fontes de información

### Bibliografía básica

- Bird, J. (1972). Natación. Metodología para su enseñanza. Ministerio de Cultura e Educación: Buenos Aires.
  - Bucher, W. (1995). 1000 Ejercicios e juegos de natación e actividades acuáticas. Ed. Hispano Europea. Barcelona.
  - Camiña, F. Cancela, C. Rodríguez, X. (1999). O gran libro da natación. Lea. Santiago.
  - Camiña, F. (1997). Adestramento en Seco Dos Nadadores de Competición. Lea. Santiago.
  - Camiña, F. (1997). Xogos Acuáticos. Aprende a nadar xogando. Lea. Santiago.
  - Camiña, F. (1997). Iniciación a natación na escola. Lea. Santiago.
  - Camiña, F. (1997). Ximnasia acuática para todos. Lea. Santiago.
  - Camiña, F. (1996). Actividad física en el medio acuático, dirigida a la tercera edad. En J.M. Mayán y J.C. Millán (Eds.), Tratado de Actividad física y ocio para la tercera edad (pp. 99-113). Instituto Gerontológico Gallego. Santiago.
  - Camiña, F. (1996). Natación. Técnica. Lea. Santiago.
  - Camiña, F. (1996). La natación en la tercera edad. En J. Moreno, V. Tella y S. Camarero (Eds.), Actividades acuáticas educativas, recreativas y competitivas (pp. 175-194). Instituto Valenciano de Educación Física. Valencia.
  - Camiña, F. (1995). Mejora de la Calidad de Vida de los Ancianos sometidos a un programa de Actividad Física en el Medio Acuático. En apuntes del II Curso de Monitores de 3ª Edad. Santiago: Universidad de Santiago y Comité Olímpico Español.
  - Camiña, F. (1993). Natación 1: Generalidades. Instituto Nacional de Educación Física de Galicia. A Coruña.
  - Camiña, F. (2014). Tratado de Natación: de la iniciación al perfeccionamiento. Paidotribo. Barcelona.
  - Camiña, F. (2014). Tratado de Natación: del perfeccionamiento al alto rendimiento. Paidotribo. Barcelona.
  - Franco, P. e Navarro, F. (1980). Natación. Habilidades acuáticas para todas las edades. Hispano Europea. Madrid.
  - Guerrero, R. (1991). Guía de las actividades acuáticas. Paidotribo. Barcelona.
  - Gonsalvez, M. e Joven, P. (1997). Natación e sus especialidades. CSD. Madrid.
  - Jardí, C. (1996). Movernos en el agua. Paidotribo: Barcelona.
  - Johnson, P.k. (1972). El Programa Acuático y su Administración. Paidos. B. Aires.
  - Lanuza, F. e Torres, B. (1995). 1060 Ejercicios e juegos de natación. Paidotribo. Barcelona.
  - Le Camus. (1984). Las prácticas acuáticas del Bebé. Paidotribo. Barcelona.
  - Martín, O. (1993). Juegos e recreación deportiva en el agua. Gymnos. Madrid.
  - Navarro, F. (1978). Pedagogía de la natación. Miñón: Valladolid.
  - Varios. (1996). Educación en la primera infancia a través del medio acuático. RFEN. Madrid.
- <http://www.i-natacion.com>/<http://www.todonatacion.com>/<http://www.masnatacion.com>/<http://www.natacion.com>.  
<http://galeon.hispavista.com/natacion>/<http://www.swimmingcoach.org>/<http://www.cscs.org>/<http://www.fina.org>/<http://www.rfen.es/>



|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Bibliografía complementaria</b> | - Costill, D.L., Maglischo, E.W. Richardson, A.B. (1994). Natación. Hispano Europea. Barcelona.-<br>Counsilman, J. (1990). La natación, ciencia e técnica para la preparación de campeones. Hispano Europea. Barcelona.-<br>Zintl, F. (1991). Entrenamiento de la Resistencia: Fundamentos, métodos y dirección del entrenamiento. Barcelona: Martínez Roca.-<br>Franco, P. Y Navarro, F. (1980). Natación habilidades acuáticas para todas las edades. Barcelona. Hispano Europea. Barcelona.-<br>Firby, H. (1982). ESSO Swim Canada, Instructor Manual. Canadian Amateur Swimming Association. Ottawa. Canada.-<br>Grosser, M., Starischka, S. y Zimmermann, E. (1988). Principios del Entrenamiento Deportivo: Teorías y práctica en todas las especialidades deportivas. Martínez Roca. Barcelona.-<br>Hahn, E. (1989). Entrenamiento con niños. Martínez Roca. Barcelona.-<br>Lewin, G. (1983). Natación. Augusto Pila. Madrid.-<br>Wilke, K. y Madsen, O. (1990). El Entrenamiento del Nadador Juvenil. Stadium. Buenos Aires. |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Recomendacións

### Materias que se recomenda ter cursado previamente

### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

### Materias que continúan o temario

Metodoloxía de investigación en actividade física e deporte/620G01021

Metodoloxía do rendemento deportivo/620G01024

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

Tecnoloxía en actividade física e deporte/620G01034

Teoría e práctica do adestramento deportivo/620G01037

Dirección e xestión deportiva/620G01038

### Observacións

(\*)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