



| Guía Docente          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                    |                       |           |
|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------|-----------|
| Datos Identificativos |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                    |                       | 2023/24   |
| Asignatura (*)        | Habilidades acuáticas e a súa didáctica                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                    | Código                | 620G01007 |
| Titulación            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                    |                       |           |
| Descriptoros          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                    |                       |           |
| Ciclo                 | Período                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Curso              | Tipo                  | Créditos  |
| Grao                  | 2º cuatrimestre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Primeiro           | Obrigatoria           | 6         |
| Idioma                | CastelánGalego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                    |                       |           |
| Modalidade docente    | Presencial                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                    |                       |           |
| Prerrequisitos        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                    |                       |           |
| Departamento          | Educación Física e Deportiva                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                       |           |
| Coordinación          | Castillo Obeso, Maria del                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Correo electrónico | maria.castillo@udc.es |           |
| Profesorado           | Camiña Fernandez, Francisco                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Correo electrónico | frco.camina@udc.es    |           |
|                       | Castillo Obeso, Maria del                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                    | maria.castillo@udc.es |           |
|                       | Rivas Feal, Antonio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                    | antonio.rivas@udc.es  |           |
| Web                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                    |                       |           |
| Descrición xeral      | <p>A materia "Habilidades acuáticas e a súa didáctica" desenvolve contidos relacionados co dominio do medio acuático a través da aprendizaxe da motricidade acuática así como a metodoloxía do seu ensino para distintos grupos de poboación. O medio acuático presenta unhas características particulares diferentes ás terrestres que poden facilitar unha actividade educativa e saudable que enriqueza significativamente o desenvolvemento motor do individuo. Ao non ser o ambiente axeitado para o ser humano, presenta riscos obxectivos para a súa integridade física, sendo o máis grave o afogamento. A aprendizaxe da motricidade acuática básica permitirá que as persoas se adapten ao medio acuático, garantindo o seu disfrute sempre que se faga de forma responsable xa que, aínda que sexan dominadas, persiste o risco de afogamento. Ao tratarse dunha materia obrigatoria, todo o alumnado debe cursala, o que garante unha diversidade de situacións de aprendizaxe que contribuirán ao enriquecemento da metodoloxía. Cada alumno/a achega a súa particular experiencia coa auga e o seu nivel de dominio do medio que, ao compartir, beneficia ao grupo. Non obstante, cómpre subliñar que a instalación do profesorado é unha piscina profunda que require un nivel mínimo de adaptación ao medio acuático para poder cursar a materia con seguridade, demostrado có apto na proba de adaptación ao medio acuático nas probas de acceso.</p> <p>O título da materia xa indica que se centra máis na metodoloxía docente que no nivel de rendemento que acadada cada alumn/a. É máis interesante que o alumnado aprenda a ensinar o dominio do medio acuático a todo tipo de posibles usuarios de calquera idade e capacidade, tanto en instalacións acuáticas como en espazos acuáticos naturais. Trátase, polo tanto, dunha materia que desenvolve coñecementos aplicados, partindo da propia experimentación e que dará ao alumnado ferramentas de intervención para que poida desenvolver todo tipo de programas educativos e de promoción da saúde en espazos acuáticos artificiais e naturais, coas máximas garantías de seguridade e calidade. Está situado no segundo cuatrimestre do primeiro curso e pode ter continuidade curricular coa materia "Iniciación ao Deporte II (Natación)" que se imparte de forma optativa en 3o curso.</p> |                    |                       |           |

| Competencias do título |                        |
|------------------------|------------------------|
| Código                 | Competencias do título |

| Resultados da aprendizaxe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |     |                        |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------------------|----|
| Resultados de aprendizaxe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |     | Competencias do título |    |
| Identificar o espazo acuático como un espazo de actuación particular e diferente ao terrestre, comprendendo as alternativas de uso entre as distintas prácticas que engloba cada ámbito (educación, saúde, deporte e recreación) e valorando, especialmente, as posibilidades de desenvolvemento. educación física baseada no medio acuático. | A1  | B1                     | C6 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | A4  | B3                     |    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | A25 |                        |    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | A26 |                        |    |



|                                                                                                                                                                                                                                                               |                                       |                        |          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------|----------|
| Adquirir un coñecemento básico dos fenómenos físicos que interveñen no ser humano durante o desenvolvemento de calquera actividade acuática para unha mellor comprensión das habilidades cognitivas, motrices e emocionais implicadas.                        | A4<br>A22<br>A27<br>A29               | B2                     | C6       |
| Recoñecer as posibles dificultades dun alumno durante a fase de adaptación ao medio acuático e comprender a actitude necesaria para facilitar o devandito proceso.                                                                                            | A5<br>A6<br>A15<br>A22<br>A26<br>A31  | B2<br>B4<br>B6<br>B16  | C4       |
| Deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe das habilidades acuáticas, con atención e titoría en función das características individuais e contextuais das persoas (xénero, idade, discapacidade, cultura, etc.).                        | A8<br>A11<br>A12<br>A17<br>A21<br>A26 | B1<br>B3<br>B15        |          |
| Promover e avaliar a adquisición de habilidades acuáticas ao longo do ciclo vital, considerando que a idade, o sexo ou a discapacidade son variables que requiren unha intervención consciente para favorecer a igualdade de oportunidades.                   | A1<br>A4<br>A5<br>A7<br>A21           | B6<br>B8<br>B11<br>B15 | C4<br>C7 |
| Deseñar e ordenar estratexias e espazos de aprendizaxe que respondan á especificidade do espazo acuático e á diversidade social (sexo, xénero, idade, discapacidade, cultura...) e que permitan o desenvolvemento da motricidade acuática a todas as persoas. | A6<br>A8<br>A18<br>A21<br>A33         | B1<br>B2<br>B3<br>B4   | C5       |
| Comprender a evolución dos obxectivos xerais a establecer no proceso de adquisición de habilidades acuáticas e seleccionar os posibles contidos motores para alcanzalos.                                                                                      | A11<br>A16<br>A17<br>A18<br>A21       | B1<br>B7<br>B9         | C6       |
| Identificar e comprender as esixencias psicomotrices e sociomotrices das habilidades deportivas acuáticas, executando basicamente as habilidades motrices específicas dos distintos deportes acuáticos, considerando as diferenzas por xénero.                | A21<br>A25<br>A26<br>A33              | B2<br>B15              | C3       |
| Experimentar numerosas variantes de traballo das diferentes habilidades acuáticas, practicar ata acadar o grao de competencia motriz que garanta a plena autonomía no medio acuático e iniciar a adquisición de habilidades deportivas acuáticas específicas. | A18<br>A21<br>A22<br>A27<br>A33       | B2<br>B6<br>B19        | C7       |
| Conocer y poseer la metodología y estrategia necesaria para el aprendizaje en el ámbito acuático, tanto en espacios acuáticos artificiales como naturales.                                                                                                    | A6<br>A8<br>A17<br>A21                | B1<br>B17              | C6       |
| Seleccionar e saber utilizar o material (tanto específico como alternativo) e os equipamentos acuáticos en contextos educativos, deportivos, recreativos e de actividade física saudable.                                                                     | A21<br>A26<br>A33                     | B1                     |          |



|                                                                                                                                                                                                                  |                                |                               |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|----|
| Analizar os métodos de ensino das habilidades acuáticas e as súas posibilidades de aplicación, tendo en conta as diferentes variables que poden afectar a un programa didáctico acuático.                        | A8<br>A11<br>A18<br>A21<br>A26 | B8<br>B11                     |    |
| Aplicar as técnicas didácticas e reflexionar sobre a conveniencia de adaptar a información á idade do alumno e sobre como e cando dar coñecemento dos resultados nunha actividade acuática.                      | A8<br>A15<br>A21<br>A27<br>A33 | B8                            | C1 |
| Coñecer as funcións e responsabilidades dos distintos membros que integran unha Escola de Actividades Acuáticas, comprender cales son as máis importantes e analizar as posibles consecuencias do incumprimento. | A5<br>A6<br>A8<br>A13<br>A20   | B5<br>B8<br>B12<br>B14        |    |
| Coñecer e saber aplicar as tecnoloxías da información e da comunicación (TIC) no ámbito das actividades acuáticas para facilitar os procesos de ensino-aprendizaxe.                                              | A36                            | B10                           | C3 |
| Comportarse de forma responsable, garantindo a seguridade que o espazo acuático require en calquera práctica acuática (educativa, deportiva, recreativa, saudable, etc.).                                        | A21<br>A29                     | B5<br>B8<br>B12<br>B14<br>B19 | C7 |
| Coñecer e aplicar a lexislación vixente en materia de marco das actividades acuáticas en diferentes ámbitos: educativo, deportivo, de xestión, lecer e saúde.                                                    | A10<br>A21                     | B5<br>B14                     | C4 |

| Contidos                                          |                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Temas                                             | Subtemas                                                                                                                                                                                   |
| 1. O medio acuático como espazo de acción motriz. | 1.1 Características<br>1.2 Oportunidades de práctica<br>1.3 Riscos específicos<br>1.4 Seguridade (obxectiva e subxectiva)                                                                  |
| 2. Adaptación da respiración ao medio acuático.   | 2.1 Expiración submarina<br>2.2 Coordinación do ritmo ventilatorio<br>2.3 Apnea<br>2.4 Ventilación por máscara e tubo (snorkel)                                                            |
| 3. Habilidades motrices acuáticas básicas.        | 3.1 Definición<br>3.2 Clasificación<br>3.3 Importancia da práctica para a súa adquisición e dominio                                                                                        |
| 4. Equilibrio no medio acuático.                  | 4.1 Flotación estática e dinámica<br>4.2 Equilibrios en diferentes posicións<br>4.3 Flotaciones colectivas (formacións)<br>4.4 Material auxiliar de flotación, vantaxes e inconvenientes.  |
| 5. Os xiros no medio acuático                     | 5.1 No eixe lonxitudinal (cefalo-caudal)<br>5.2 No eixe transversal (latero-lateral)<br>5.3 No eixe anterior-posterior (dorso-ventral)<br>5.4 Combinado (por exemplo, viraxes de natación) |



|                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6. Desplazamento no medio acuático.                            | 6.1 Principios de acción-reacción e resistencia acuática.<br>6.2 Importancia da acción corporal (deslizamento e ondulación)<br>6.3 Propulsión cos membros superiores (remadas e brazadas)<br>6.4 Propulsión cos membros inferiores (patadas)<br>6.5 Materiais auxiliares para a propulsión (aletas, manoplas, etc.) |
| 7. Manipulacións no medio acuático.                            | 7.1 De obxectos non flotantes (busca e captura)<br>7.2 De obxectos flotantes (agarres, golpes, lanzamentos e recepcións)<br>7.3 Doutras persoas (traslados acuáticos)                                                                                                                                               |
| 8. Entradas á auga e saídas do medio acuático.                 | 8.1 Mergullas desde a terra á auga (saídas de natación e saltos)<br>8.2 Boost/saltos (natación artística e waterpolo)<br>8.3 Saltos desde a auga coa axuda de compañeiros (natación artística)<br>8.4 Como saír da auga: subida ao bordillo e elementos flotantes                                                   |
| 9. Os deportes acuáticos como habilidades específicas da auga. | 9.1 Natación: estilos (crol frontal, braza, costas e bolboreta) e modalidades (piscina curta, piscina olímpica e travesías en augas abertas).<br>9.2 Waterpolo<br>9.3 Natación artística (sincronizada)<br>9.4 Saltos<br>9.5 Outros deportes acuáticos                                                              |

| Planificación            |                                                                                                                                     |                   |                                           |              |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------|--------------|
| Metodoloxías / probas    | Competencias                                                                                                                        | Horas presenciais | Horas non presenciais / traballo autónomo | Horas totais |
| Proba mixta              | A1 A4 A6 A7 A8 A10<br>A11 A12 A13 A15<br>A22 A25 A26 A29<br>A31 A33 B5 B7 B9 C1                                                     | 2                 | 4                                         | 6            |
| Aprendizaxe colaborativa | A5 A6 A8 A12 A15<br>A16 A17 A18 A20<br>A21 A25 A26 A27<br>A33 A36 B1 B2 B3 B4<br>B6 B7 B8 B9 B10 B11<br>B12 B14 B16 B19 C1<br>C3 C4 | 1                 | 6                                         | 7            |
| Sesión maxistral         | A1 A4 A6 A7 A8 A10<br>A13 A15 A22 A25<br>A26 A31 A33 B1 B3<br>B4 B5 B7 B9 B11 B12<br>B14 B15 B16 B19 C1<br>C3 C4 C5 C6 C7           | 7                 | 10                                        | 17           |
| Proba práctica           | A5 A7 A8 A11 A16<br>A17 A18 A20 A21<br>A25 A26 A27 A33 B2<br>B3 B4 B5 B6 B8 B10<br>B11 B12 B16 B17 C1<br>C4 C5 C6 C7                | 2                 | 2                                         | 4            |



|                               |                                                                                                  |    |    |    |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|----|
| Práctica de actividade física | A5 A11 A16 A20 A21<br>A25 A27 A29 A33<br>A36 B1 B2 B4 B5 B10<br>B11 B12 B16 C1 C3<br>C4 C5 C6 C7 | 38 | 38 | 76 |
| Atención personalizada        |                                                                                                  | 40 | 0  | 40 |

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

| Metodoloxías                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Metodoloxías                  | Descrición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Proba mixta                   | Exame teórico:<br>- Preguntas de opción múltiple.<br>- Preguntas de resposta curta.                                                                                                                                                                                                                                             |
| Aprendizaxe colaborativa      | Traballo non presencial relacionado cos contidos teórico-prácticos da materia consistente na ensinanza dunha destreza acuática específica a un suposto aprendiz (un /ha compañeiro/a).                                                                                                                                          |
| Sesión maxistral              | Ensinanza dos contidos teóricos por parte do profesorado.                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Proba práctica                | Exame práctico de execución por parte do/a alumno/a de diferentes habilidades acuáticas,<br>En caso de imposibilidade de entrar na auga (por lesión ou enfermidade), observación e detección de erros na execución das habilidades acuáticas realizadas por un/ha compañeiro/a e proposta de exercicios para a súa aprendizaxe. |
| Práctica de actividade física | Realización por parte do alumnado das tarefas motrices de aprendizaxe propostas nas sesións presenciais.                                                                                                                                                                                                                        |

| Atención personalizada        |                                                                                                                                                        |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Metodoloxías                  | Descrición                                                                                                                                             |
| Aprendizaxe colaborativa      | Atención ás dificultades individuais que poidan experimentar nas sesións presenciais realizadas en horario lectivo.                                    |
| Proba práctica                | Reunión co profesorado da materia para aclarar dúbidas sobre:<br>- O contido teórico-práctico das actividades realizadas.                              |
| Práctica de actividade física | - As fontes bibliográficas a consultar para afondar nun tema do seu interese.<br>- Realización do traballo relacionado cos contidos teórico-prácticos. |

| Avaliación               |                                                                                                                                     |                                                                                                                                      |               |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Metodoloxías             | Competencias                                                                                                                        | Descrición                                                                                                                           | Cualificación |
| Aprendizaxe colaborativa | A5 A6 A8 A12 A15<br>A16 A17 A18 A20<br>A21 A25 A26 A27<br>A33 A36 B1 B2 B3 B4<br>B6 B7 B8 B9 B10 B11<br>B12 B14 B16 B19 C1<br>C3 C4 | Realización dun traballo teórico-práctico sobre o proceso de ensinanza/aprendizaxe de unha habilidade acuática a un/ha compañeiro/a. | 10            |
| Proba mixta              | A1 A4 A6 A7 A8 A10<br>A11 A12 A13 A15<br>A22 A25 A26 A29<br>A31 A33 B5 B7 B9 C1                                                     | Exame escrito consistente:<br>- Preguntas de tipo test.<br>- Preguntas de resposta breve.                                            | 45            |



|                |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                           |    |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Proba práctica | A5 A7 A8 A11 A16<br>A17 A18 A20 A21<br>A25 A26 A27 A33 B2<br>B3 B4 B5 B6 B8 B10<br>B11 B12 B16 B17 C1<br>C4 C5 C6 C7 | Execución na piscina de habilidades acuáticas practicadas, que grabanse en video, observación e identificación de erros sobre a propia grabación e proposta de exercicios de aprendizaxe. | 45 |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

Observacións avaliación



Requírese a asistencia e participación activa polo menos ao 70% das sesións prácticas. O incumprimento desta norma imposibilita a superación.

Para os estudantes a tempo parcial este requisito redúcese ao 60%. Para DAN (deportistas de alto nivel) pode chegar ata o 50%. O/a alumno/a que non cumpra este requisito será considerado "Non Presentado" e deberá volver a matricularse no seguinte curso.

Nas sesións prácticas a asistencia e participación activa significa realizar as actividades acuáticas propostas para vivencialas e demostrar o seu dominio. Os/as estudantes que por causa de lesión ou enfermidade non poidan bañarse deberán elaborar unha reflexión por escrito sobre o observado na sesión e entregala no prazo máximo dunha semana despois da sesión observada, para considerar que cumpriron a asistencia.

Para todo o alumnado realizarase un exame escrito con preguntas tipo test e de resposta breve. O exame estará no idioma de impartición da materia, si se desexa no uotro idioma oficial da UDC, solicitarase unha semana antes da data de realización. Para os/as que non participaran de forma activa nas sesións, ademais haberá un exame práctico na piscina sobre os contidos impartidos (o mesmo día unha vez rematado o exame teórico). Os/as alumnos/as que cumpriron o 70% de asistencia e participación activa tendrán a parte práctica xa recoñecida.

Para optar á máxima nota (matrícula de honra) deberase elaborar un traballo teórico-práctico, consistente no análise e reflexión sobre o proceso do ensino/aprendizaxe dunha habilidade acuática a un grupo ou suxeito real. Esta opción contemplanse solo no caso de obter un sobresainte.

Porlo tanto, a nota final para os que cumplan coa asistencia consíguese da seguinte maneira:

- Alumnos/as que cumpren coa asistencia e participación activa: exame teórico.
- Alumnos/as que cumpren a asistencia pero non entraron na auga: exame teórico e exame práctico.
- Alumnos/as con nota sobresainte (9), podrán optar a matrícula de honra entregando o traballo.

As datas do exame son as que aprobanse no calendario académico. Para o traballo voluntario de opción a matrícula de honra o prazo máximo é un día anterior a la data de peche de actas.

O traballo debe tratar ao menos os seguintes apartados:

- Introducción (presentación do traballo e xustificación da elección).
- Descrición da habilidade acuática elixida (analizando os retos que supón, a dificultade ou o nivel de esixencia?).
- Caracterización do suxeito/grupo que vai a aprendella (¿Qué capacidades ten?)
- Evaluación inicial (¿De onde partimos? Experiencia anterior, aprendizaxes relacionados, nivel de dominio da habilidade acuática?)
- Progresión da enseñanza proposta (¿Qué tarefas propógonlle? ¿Con qué formato de práctica?).
- Evaluación final (¿Qué nivel de dominio conseguira?).
- Reflexión sobre o proceso e propostas de mellora.
- Referencias bibliográficas consultadas.

Este traballo pódese realizar de forma individual si se dispón dun alumno/a ou grupo real voluntario. Pero pódese facer en parellas, de modo que cada membro da mesma sirva de ?aprendiz? ao outro. Cada un pode tener como obxectivo unha habilidade diferente, ou a mesma, si comparten intereses e nivel.

Os criterios de avaliación na segunda oportunidade da mesma convocatoria só varían no caso de ter suspensa a parte practica. En lugar de ter que repetir o exame práctico, os/as alumnos/as deberán entregar un traballo teórico-práctico, consistente no análise e reflexión sobre o proceso do ensino/aprendizaxe dunha habilidade acuática a un grupo ou suxeito real. Si o/a alumno/a cumprió coa asistencia non é necesario que a repita en derradeiras convocatorias.

A realización fraudulenta de proba ou actividades de avaliación implicará a cualificación de suspenso na convocatoria en que se cometa a falta e respecto da materia en que se cometese: o/a estudante será cualificado con ?suspenso? (nota numérica 0) na convocatoria correspondente do curso académico, tanto se a comisión da falta se produce na primeira oportunidade como na segunda. Para isto, procederase a modificar a súa cualificación na acta de primeira oportunidade, se fose necesario (Regulamento disciplinar do estudantado da UDC, art. 11, apdo 4 b). Entenderase por fraude académica calquera comportamento premeditado tendente a falsear os resultados dun exame ou traballo, propio ou alleo, realizado como requisito para superar unha materia ou acreditar o rendemento académico (Lei 3/2022, do 24 de febreiro, de convivencia universitaria; art. 11, apdo g).

Ademais, según a Ley de Convivencia Universitaria (BOE núm. 48, de 25 de febreiro de 2022), o fraude académico, considerase falta moi grave, puidendo implicar expulsión de 2 a 3 anos da universidade constando no expediente académico hata su total cumprimento; así como, a pérdida de dereitos de matrícula parcial durante un curso ou semestre académico (art. 14). Enténdese por fraude académico calquer comportamento premeditado tendente a falsear os resultados dun exame ou traballo, propio ou alleo, realizado como requisito para superar unha materia ou acreditar o rendemento académico (art. 11).

Coa finalidade de mellorar o sistema

de garantía interna de calidade do noso centro, sería convinte que o alumnado atendese á solicitude realizada pola UDC, con periodicidade cuadrimestral, respecto a participar no proceso de avaliación das materias cursadas e cuxa



chamada realiza baixo o nome de ?AVALÍA? consistindo en responder as enquisas que avalían a docencia do profesorado en cada materia.





## Fontes de información

### Bibliografía básica

Bucher, W. (1995): 1000 Ejercicios e juegos de natación e actividades acuáticas. Ed. Hispano Europea. Barcelona.

Camíña, F. (2014): Tratado de Natación: de la iniciación al perfeccionamiento. Paidotribo. Barcelona.

Camíña, F. (2014): Tratado de Natación: del perfeccionamiento al alto rendimiento. Paidotribo. Barcelona.

Del Castillo, M. (2004): Actividades acuáticas en la Primera Infancia: Programa de Intervención y Seguridad. Fundación IDISSA. Xaniño. A Coruña.

Del Castillo, M. (2001): La experiencia acuática en la primera infancia como aprendizaje motor enriquecedor del desarrollo humano: un estudio en la Escuela Acuática Infantil del INEF de Galicia. Tesis doctoral en PDF en el Repositorio de la Universidade A Coruña (<http://ruc.udc.es>). A Coruña.

Duffield, M.H. (1985): Ejercicios en el agua. Ed. Jims. Barcelona.

Franco, P. e Navarro, F. (1980): Natación. Habilidades acuáticas para todas las edades. Hispano Europea. Madrid.

González, C.A. y Sebastiani, M. (2000): Actividades Acuáticas Recreativas Ed. Inde. Barcelona.

Gonsalvez, M. y Joven, P. (1997): Natación y sus especialidades. CSD. Madrid.

Guerrero, R. (1991): Guía de las actividades acuáticas. Paidotribo. Barcelona.

Güeita, J. y Alonso, M. (2021): Terapia Acuática. Abordajes desde la fisioterapia, la terapia ocupacional y la logopedia (2ª Edición). Ed. Elsevier. Barcelona.

Jardí, C. (2000): Movernos en el agua. Desarrollo de las posibilidades educativas, lúdicas y terapéuticas en el medio acuático. Ed. Paidotribo. Barcelona.

Lanuza, F. e Torres, B. (1995): 1060 Ejercicios e juegos de natación. Paidotribo. Barcelona.

Martín, O. (1993): Juegos e recreación deportiva en el agua. Gymnos. Madrid.

Martínez, P. y Moreno, R. (2011): Cuentos motores acuáticos. Ed. Inde. Barcelona.

Moreno, J. A. (2001): Juegos acuáticos educativos. Ed. Inde. Barcelona.

Moreno, J. A.; Pena, L. y Del Castillo, M. (2004): Manual de Actividades Acuáticas en la Infancia. Para bebés y niños de hasta seis años. Paidós. Barcelona.

Muñoz Herrera, E. (2011): Planifica tus actividades acuáticas con el Modelo Narrativo Lúdico. Ed. Wanceulen. Sevilla.

Navarro, F. (1978): Pedagogía de la natación. Miñón: Valladolid.

Pansu, C. (2002): El agua y el niño. Un espacio de libertad. Ed. Inde. Barcelona.

RFEN (2017): Natación +. Editores Navarro, F. Gosálvez, M. y Juárez, D. Sevilla.

Soler, A. y Jimeno, M. (1998): Actividades Acuáticas para personas mayores. Fundamentos Teóricos y Sesiones Prácticas. Editorial Gymnos. Madrid.

Sova, R. (1993): Ejercicios acuáticos. Ed. Paidotribo. Barcelona.

### Bibliografía complementaria

- ().

Colado, J.C. (2004): Acondicionamiento físico en el medio acuático. Ed. Paidotribo. Barcelona.

Costill, D.L., Maglischo, E.W. Richardson, A.B. (1994): Natación. Hispano Europea. Barcelona.

Counsillman, J. (1990): La natación, ciencia e técnica para la preparación de campeones. Hispano Europea. Barcelona.

Del Castillo, M. (2002): Disfruta de tu embarazo en el agua. Actividades acuáticas para la mujer gestante. Ed. Inde. Barcelona.

Dull, H. (1997): WATSU Freeing the body in water. 2nd edition. Harbin Springs Publishing.

Jiménez, J. (1998): Columna vertebral y medio acuático. Ejercicios preventivos y terapéuticos. Ed. Gymnos. Madrid.

Le Camus. (1984): Las prácticas acuáticas del Bebé. Paidotribo. Barcelona.

Lloret, M. Conde, C. Fagoaga, J. León, C. y Tricas, C. (1995): Natación terapéutica. Ed. Paidotribo. Barcelona.

Matkin, R.B. y Brookes, G.F. (1980): Tu libro de buceo. Ed. Sintet. Barcelona.

Palacios, J. (1999): La seguridad en los cursos de natación. AGUA Y GESTIÓN, SEAE-INFO: Revista especializada en actividades acuáticas y gestión de instalaciones deportivas, 46. 12-16.

Palacios, J.; Barcala, R.; Vales, C.; López, S. y Pérez, D. (2010). Formación y didáctica en Socorrismo Acuático Profesional. A Coruña. Fundación Universidade da Coruña.

Palacios, J. y Del Castillo, M. (2013): Estudio descriptivo sobre epidemiología del ahogamiento en España en la temporada de verano 2012. <http://blogs.lavozdeg Galicia.es/socorrismo>

Palou Sampol, P. y col. (2009): Aquafitness. Ediciones Universidad Illes Balears y Grada Gymnos. Palma.

Prieto, J.A. (2009): Técnicas de relajación y trabajo corporal en el medio acuático. Wanceulen. Sevilla.

Resch, A. (2022): Swimbox. The art and the mechanics of freestyle swimming. Aspire CustomFitness. Italy. Independently published by Alessandro Resch.

Sanders, M. E. (2001): Fitness acuático. Manual de instructor. Volumen I Agua poco profunda. Ed. Gymnos. Madrid.

Sanders, M. E. (2001): Fitness acuático. Manual de instructor. Volumen II Entrenamiento específico y de ejercicios en suspensión. Ed. Gymnos. Madrid.

Thein Brody, L. y Richley Geigle, P. (2009): Aquatic exercise for rehabilitation and training. Champaign, IL. Human Kinetics.

Wessinghage, T.; Rifle, M. y Belz, V. (2008): Aquafit. Un entrenamiento global de fuerza, resistencia, coordinación y movilidad. Ed. Paidotribo. Barcelona.

<http://www.fina.org>/<http://www.rfen.es/>  
<https://www.asociacionaidea.com>

## 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<br>Proceso de ensino/aprendizaxe da actividade física e do deporte/620G01022<br>Metodoloxía do rendemento deportivo/620G01024<br>Iniciación en deportes III (Triatlon) (optativa)/620G01312<br>Iniciación en deportes II (Natación) (optativa)/620G01313<br>Dirección e xestión deportiva/620G01038 |
| Observacións                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Para a participación activa nas sesións presenciais é necesario que cada alumno/a dispoña do seu material acuático: traxe de baño de natación, gorro, lentes, aletas, tubo e pinzas nasáis. Para acceder a piscina é imprescindible o uso de chanclas, tanto si se va a entrar na auga como si se vai a observar desde fora.                                              |

(\*)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 de acordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías