



Guía Docente				
Datos Identificativos				2024/25
Asignatura (*)	Fundamentos Didácticos das Habilidades Acuáticas	Código	620G01114	
Titulación				
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	2º cuatrimestre	Primeiro	Obrigatoria	6
Idioma	Castelán			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación	Castillo Obeso, María del	Correo electrónico	maria.castillo@udc.es	
Profesorado	Castillo Obeso, María del	Correo electrónico	maria.castillo@udc.es	
Web				
Descrición xeral	<p>A materia ?Fundamentos didácticos das habilidades acuáticas? desenvolve contidos relacionados co ensino/aprendizaxe da motricidade acuática a través do coñecemento das demandas do medio e das respostas que adquire o alumno, que inclúen non só a motricidade acuática (Saber Hacer), pero tamén conceptos (Saber) e actitudes (Saber Ser/Estar). O medio acuático é un espazo de acción que presenta unhas características particulares diferentes ao medio terrestre, propio do ser humano. Pero a capacidade de adaptación e curiosidade que caracteriza á nosa especie fai que o espazo acuático tamén se poida coñecer a través dunha actividade educativa, recreativa e/ou saudable, que enriqueza notablemente o desenvolvemento motor do individuo. Ao non ser o medio propio do ser humano, presenta riscos obxectivos para a súa integridade física, sendo o máis grave o afogamento. A aprendizaxe de habilidades acuáticas permitirá que as persoas dominen unha adaptación ao medio acuático, garantindo o seu goce (actitude positiva) dun xeito responsable (con seguridade), acadando o que algúns autores denominan ?alfabetización acuática?.</p> <p>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 aporta a súa particular experiencia coa auga e o seu nivel de dominio do medio, que cando se comparte beneficia ao grupo. Non obstante, cómpre subliñar que a instalación da facultade é unha piscina de profundidade que require un nivel mínimo de adaptación ao medio acuático para poder cursar a materia con seguridade, demostrado coa APTO na proba de acceso adaptación ao medio acuático aos estudos de grao. (Para admitir estudantes de intercambio será necesario que superen esta mesma proba).</p> <p>O título da materia xa indica que se centra máis na metodoloxía docente que no nivel de rendemento que acada cada alumno/a. É máis interesante que o alumnado aprenda a ensinar o dominio do medio acuático a todo tipo de potenciais usuarios de calquera idade e capacidade, tanto en instalacións acuáticas como en espazos acuáticos naturais.</p> <p>Trátase, pois, 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.</p> <p>Está situado no primeiro curso de Grao e pode ter continuidade curricular coa materia Iniciación ao Deporte II (Natación), que se imparte de forma optativa en 3o curso.</p>			

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título

Resultados da aprendizaxe	
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados 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 A4 A25 A26 A72 A73	B1 B3	C6
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 A27 A57	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 A6 A15 A26 A31 A38 A44	B2 B4 B6 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 A11 A12 A21 A26 A41 A42 A48	B1 B3 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 A4 A5 A7 A21 A43 A59 A68 A69	B6 B8 B11 B15	C4 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 A8 A18 A21 A33 A37 A70	B1 B2 B3 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 A16 A18 A21 A66 A71	B1 B7 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 A25 A26 A33 A41 A67	B2 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 A21 A27 A33 A44 A72	B2 B6 B19	C7
Coñecer e poseer a metodoloxía e estratexia necesaria para a aprendizaxe no ámbito acuático, tanto en espazos acuáticos artificiais como naturais.	A6 A8 A21 A41 A42	B1 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 A26 A33 A41 A42	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 A11 A18 A21 A26 A41 A42 A65	B8 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 A15 A21 A27 A33 A41 A42 A44	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 A6 A8 A20 A37 A43	B5 B8 B12 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 A65	B10	C3



Comportarse de forma responsable, garantindo a seguridade que o espazo acuático require en calquera práctica acuática (educativa, deportiva, recreativa, saudable, etc.).	A21 A69 A70	B5 B8 B12 B14 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.	A21 A41 A70	B5 B14	C4

Contidos	
Temas	Subtemas
O medio acuático como espazo de acción motriz.	<ul style="list-style-type: none"> - Características - Oportunidades de práctica - Riesgos específicos - Seguridade (obxectiva e subxetiva)
As habilidades motrices acuáticas básicas	<ul style="list-style-type: none"> - Definición e identificación - Diferentes clasificacións - Importancia da práctica para súa adquisición e dominio - A alfabetización acuática
Adaptación da respiración ao medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> - Expiración subacuática - Coordinación do ritmo ventilatorio - Apnea - Ventilación mediante máscara e tubo (snorkel)
O equilibrio no medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> - Flotación estática e dinámica - Equilibrio en diferentes posicións - Flotacións colectivas (formacións) - Material auxiliar de flotación (vantaxes e inconvenientes)
Xiros no medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> - No eixe lonxitudinal (cefalo-caudal) - No eixe transversal (lateral-lateral) - No eixe antero-posterior (dorso-ventral). - Combinado (por exemplo, viraxes de natación)
O desplazamento no medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> - Principios de acción-reacción e resistencias acuáticos. - Importancia da acción do corpo (deslizamento e ondulación) - A propulsión con membros superiores (remadas e brazadas) - A propulsión con membros inferiores (patadas e batidos) - Materiais auxiliares para a propulsión (aletas, manoplas, etc).
As manipulacions no medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> - De obxectos non flotantes (búsqueda e recuperación) - De obxectos flotantes (agarres, golpes, lanzamentos e recepcións) - De outras persoas (traslados acuáticos)
Entradas a agua e saídas do medio acuático	<ul style="list-style-type: none"> - Zambullidas desde terra a agua (saídas de natación e saltos) - Boost/saltos (natación artística e waterpolo) - Saltos desde a agua co axuda de compañeiros (natación artística) - Cómo saír do agua: trepas o bordillo e a elementos flotantes
Os deportes acuáticos como habilidades acuáticas específicas.	<ul style="list-style-type: none"> - A natación: estilos (crol, braza, espalda e volvoreta) e modalidades (piscina curta, piscina olímpica e aguas abertas). - O waterpolo - A natación artística (sincronizada) - Outros deportes acuáticos

Planificación



Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Proba mixta	A1 A4 A11 A12 A15 A25 A26 A31 A33 A41 A57 A65 A66 A69 B5 B7 B9 C1	2	20	22
Aprendizaxe colaborativa	A68 A67 A42 A36 A33 A27 A59 A48 A26 A25 A21 A20 A18 A16 A15 A12 A8 A6 A5 A70 A72 B1 B2 B3 B4 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B14 B16 B19 C1 C3 C4	1	6	7
Sesión maxistral	A1 A4 A7 A15 A25 A26 A31 A33 A37 A38 A43 A71 A73 B1 B3 B4 B5 B7 B9 B11 B12 B14 B15 B16 B19 C1 C3 C4 C5 C6 C7	7	10	17
Proba práctica	A5 A7 A8 A11 A16 A18 A20 A21 A25 A26 A27 A33 A44 B2 B3 B4 B5 B6 B8 B10 B11 B12 B16 B17 C1 C4 C5 C6 C7	2	16	18
Práctica de actividade física	A5 A11 A16 A20 A21 A25 A27 A33 A36 A72 A73 B1 B2 B4 B5 B10 B11 B12 B16 C1 C3 C4 C5 C6 C7	38	38	76
Atención personalizada		10	0	10

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

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Proba mixta	Examen teórico de resposta múltiple (tipo test), de verdadeiro/falso e resposta curta para valorar a adquisición dos contidos teóricos.
Aprendizaxe colaborativa	Realización dun traballo de intervención educativa cun/ha compañeiro/a para mellorar o seu dominio dunha habilidade acuática, aplicando os contidos teórico-prácticos da materia.
Sesión maxistral	Explicación dos contidos teóricos por parte do profesorado.
Proba práctica	Exame práctico de execución por parte do/a alumno/a de diferentes habilidades acuáticas, No 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 de todo tipo de tarefas, xogos e actividades na piscina para a súa experimentación, propostas durante as sesións presenciais.

Atención personalizada



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

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Proba práctica	A5 A7 A8 A11 A16 A18 A20 A21 A25 A26 A27 A33 A44 B2 B3 B4 B5 B6 B8 B10 B11 B12 B16 B17 C1 C4 C5 C6 C7	Execución na piscina de habilidades acuáticas practicadas, que grabanse en vídeo, observación e identificación de erros sobre a propia grabación e proposta de exercicios de aprendizaxe.	45
Aprendizaxe colaborativa	A68 A67 A42 A36 A33 A27 A59 A48 A26 A25 A21 A20 A18 A16 A15 A12 A8 A6 A5 A70 A72 B1 B2 B3 B4 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B14 B16 B19 C1 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 A11 A12 A15 A25 A26 A31 A33 A41 A57 A65 A66 A69 B5 B7 B9 C1	Exame escrito consistente: - Preguntas de tipo test. - Preguntas de verdadeiro/falso. - Preguntas de resposta breve.	45

Observacións avaliación



Requírese a asistencia activa ao menos ao 70% das sesións prácticas. Para os estudantes a tempo parcial este requisito redúcese ao 60%. Para os DAN (deportistas de alto nivel) pode chegar ata o 50%. O alumno que non cumpra este requisito considerarase "Non Presentado" e deberá volver a matricularse no curso seguinte.

Nas sesións prácticas, a asistencia activa supón a realización das actividades acuáticas propostas para experimentalas e demostrar o seu dominio. O alumnado que por motivos de lesión ou enfermidade non poida entrar na auga, deberá elaborar unha reflexión (o modelo explicárase na exposición da materia na primeira titoría) sobre o traballado na sesión e entregala nun prazo máximo de unha semana despois da sesión observada. Ademais, deberán demostrar nun exame final práctico, realizado despois do exame teórico, que coñecen os contidos traballados.

O alumnado que acade o 70% de asistencia activa terá xa recoñecida a parte práctica (45% da nota).

Todo o alumnado que cumpra o requisito de asistencia activa deberá acreditar os coñecementos teóricos adquiridos mediante a realización dun exame escrito (resposta múltiple, resposta curta e preguntas Verdadero/Falso), na data aprobada polo claustro (45% da nota).

Para optar á máxima nota (10%) é necesario elaborar un traballo teórico-práctico consistente na análise e reflexión sobre o proceso de ensinanza/aprendizaxe dunha destreza acuática a un grupo ou materia real. Esta opción é voluntaria e pódese poñer en práctica durante o tempo de titoría asignado á materia.

Polo tanto, a cualificación final dos que cumpran coa asistencia acadase da seguinte forma:

- Alumnos que cumpran coa asistencia activa: só exame teórico.
- Alumnos que cumpran coa asistencia pero non entraron na auga: exame teórico e exame práctico.
- Alumnado que voluntariamente queira aspirar á máxima nota: entrega do traballo práctico elaborado.

As datas de exame son as aprobadas no calendario académico. Para o traballo voluntario como opción de matrícula de honra, o prazo máximo é dun día antes da data de peche de actas.

O traballo deberá abordar polo 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 da materia/grupo que o vai a aprender (¿Que capacidades ten?)
- Avaliación inicial (De onde partimos? Experiencia previa, aprendizaxe relacionada, nivel de dominio da habilidade acuática...)
- Proposta de progresión docente (Que tarefas propoño? Con que formato de práctica?).
- Avaliación final (Que nivel de dominio acadaches?).

- Reflexións sobre o proceso e propostas de mellora.

-

Referencias bibliográficas consultadas.

Este traballo pódese realizar individualmente durante as horas de titoría utilizando un compañeiro voluntario. Tamén se pode facer por parellas, para que cada membro sirva de ?aprendiz? ao outro. O traballo deberá incluír fotos reais ou vídeos breves do alumno/a realizados polo propio autor/a.

Os criterios de

avaliación son os mesmos na primeira e na segunda oportunidade da mesma convocatoria. Se o alumno cumpriu coa asistencia activa e só precisa superar a parte teórica, non será necesario repetir asistencia a clase en sesións sucesivas.



Fontes de información

<p>Bibliografía básica</p>	<p>Del Castillo, M. (2004): Actividades acuáticas en la Primera Infancia: Programa de Intervención y Seguridad. Fundación IDISSA. Xaniño. A Coruña. ISBN 84-609-3531-0</p> <p>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 de A Coruña (http://ruc.udc.es). A Coruña.</p> <p>Duffield, M.H. (1985): Ejercicios en el agua. Ed. Jims. Barcelona.</p> <p>García Barguilla M. (2000): Iniciación al waterpolo. Ed. Gymnos. Madrid.</p> <p>González, C.A. y Sebastiani, M. (2000): Actividades Acuáticas Recreativas Ed. Inde. Barcelona</p> <p>Güeita, J. y Alonso, M. (2021): Terapia Acuática. Abordajes desde la fisioterapia, la terapia ocupacional y la logopedia (2ª Edición). Ed. Elsevier. Barcelona.</p> <p>Jardí, C. (2000): Movernos en el agua. Desarrollo de las posibilidades educativas, lúdicas y terapéuticas en el medio acuático. Ed. Paidotribo. Barcelona.</p> <p>Lawton, John (2013): Complete Guide to PRIMARY SWIMMING. Teaching strokes and skills in a safe and fun environment. Human Kinetics. Leeds United Kingdom.</p> <p>Martínez, P. y Moreno, R. (2011): Cuentos motores acuáticos. Ed. Inde. Barcelona.</p> <p>Moreno, J. A. (2001): Juegos acuáticos educativos. Ed. Inde. Barcelona.</p> <p>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. ISBN 84-493-1614-6</p> <p>Muñoz Herrera, E. (2011): Planifica tus actividades acuáticas con el Modelo Narrativo Lúdico. Ed. Wanceulen. Sevilla.</p> <p>Pansu, C. (2002): El agua y el niño. Un espacio de libertad. Ed. Inde. Barcelona.</p> <p>RFEN (2017): Natación +. Editores Navarro, F. Gosálvez, M. y Juárez, D. Sevilla. (Capítulos 3 Educación acuática Infantil 16 Habilidades Acuáticas y 18 Seguridad).</p> <p>Sova, R. (1993): Ejercicios acuáticos. Ed. Paidotribo. Barcelona.</p> <p>Soler, A. y Jimeno, M (1998): Actividades Acuáticas para personas mayores. Fundamentos Teóricos y Sesiones Prácticas. Editorial Gymnos. Madrid.</p>
<p>Bibliografía complementaria</p>	<p>Caldentey Grimat, M. A. (1999): La natación y el cuidado de la espalda. Método acuático correctivo M.A.C. Ed. Inde. Barcelona.</p> <p>Colado, J.C. (2004): Acondicionamiento físico en el medio acuático. Ed. Paidotribo. Barcelona.</p> <p>Del Castillo, M. (2002): Disfruta de tu embarazo en el agua. Actividades acuáticas para la mujer gestante. Ed. Inde. Barcelona.</p> <p>Dull, H. (1997): WATSU Freeing the body in water. 2nd edition. Harbin Springs Publishing.</p> <p>Gutiérrez Gómez, Patricia (2009): Juegos cooperativas para la enseñanza de la natación: una experiencia con alumnos y alumnas de las etapas Primaria y Secundaria. Ed. Wanceulen. Sevilla.</p> <p>Jiménez, J. (1998): Columna vertebral y medio acuático. Ejercicios preventivos y terapéuticos. Ed. Gymnos. Madrid.</p> <p>Lloret, M. Conde, C. Fagoaga, J. León, C. y Tricas, C. (1995): Natación terapéutica. Ed. Paidotribo. Barcelona.</p> <p>Lorenzo Cazorla, César (2010?): La Natación y su aprendizaje en el marco escolar. Ed. Impredisur. Granada.</p> <p>Matkin, R.B. y Brookes, G.F. (1980): Tu libro de buceo. Ed Sintés. Bracelona.</p> <p>Palou Sampol, P. y col. (2009): Aquafitness. Ediciones Universidad Illes Balears y Grada Gymnos. Palma.</p> <p>Pickler, E. (2018) Move en libertad. Desarrollo de la Motricidad Global. Ed. Narcea. 9ª Reedición.</p> <p>Prieto, J.A. (2009): Técnicas de relajación y trabajo corporal en el medio acuático. Wanceulen. Sevilla.</p> <p>Resch, A. (2022): Swimbox. The art and the mechanics of freestyle swimming. Aspire Custom Fitness. Italy. Independently published by Alessandro Resch.</p> <p>Sanders, M. E. (2001): Fitness acuático. Manual de instructor. Volumen I Agua poco profunda. Ed. Gymnos. Madrid.</p> <p>Sanders, M. E. (2001): Fitness acuático. Manual de instructor. Volumen II Entrenamiento específico y de ejercicios en suspensión. Ed. Gymnos. Madrid.</p> <p>Thein Brody, L. y Richley Geigle, P. (2009): Aquatic exercise for rehabilitation and training. Champaign, Il. Human Kinetics.</p> <p>Vilches Rodríguez, Carmen (2010): Aplicación de las actividades acuáticas recreativas en educación secundaria y primaria. Ed. Ada Book. Granada.</p> <p>Wessinghage, T.; Rifle, M. y Belz, V. (2008): Aquafit. Un entrenamiento global de fuerza, resistencia, coordinación y movilidad. Ed. Paidotribo. Barcelona.</p> <p>Canal de youtube de Dr. José Palacios Aguilar (profesor honorífico de la facultad experto en Socorrismo) https://youtube.com/@PepePalacios</p> <p>AIDEA Asociación Iberoamericana de Educación Acuática. https://www.asociacionaidea.com</p> <p>World Aquatics (Antigua FINA Federación Internacional de Natación) https://www.worldaquatics.com/</p> <p>Skills NT de Raúl y Mauricio Uranga https://skillswimming.com/</p>

Recomendacións

Materias que se recomienda ter cursado previamente

Materias que se recomienda cursar simultaneamente

Bases Anatómicas, Kinesiológicas e Biomecánicas do Movemento Humano e do Exercicio/620G01101



Materias que continúan o temario

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 dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías