



Guía docente				
Datos Identificativos				2019/20
Asignatura (*)	Habilidades acuáticas y su didáctica		Código	620G01007
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descriptorios				
Ciclo	Periodo	Curso	Tipo	Créditos
Grado	2º cuatrimestre	Primero	Obligatoria	6
Idioma	CastellanoGallego			
Modalidad docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinador/a	Camíña Fernandez, Francisco	Correo electrónico	frco.camina@udc.es	
Profesorado	Camíña Fernandez, Francisco	Correo electrónico	frco.camina@udc.es	
Web				
Descripción general	Las Habilidades Acuáticas forman parte de los deportes incluidos ya nos primeros planes de estudios de los INEFs y Facultades de CC. de la Actividad Física. La asignatura se distribuye en un cuatrimestre. La continuidad curricular está garantizada por la presencia en el Plan de Estudios por la asignatura optativa de 3º curso: Iniciación en deportes II (Natación y Golf) La asignatura incide en el estudio de las modalidades deportivas de la natación como conductas psicomotrices y sus contenidos en la etapa inicial deportiva. Los contenidos esenciales de la asignatura se estructuran entorno a las bases reglamentarias, técnicas y didácticas de las modalidades de la natación. El descriptor de esta asignatura los indican la dirección para el desarrollo del proceso de introducción a las Habilidades Acuáticas. La asignatura incide en el estudio del deporte de las Habilidades Acuáticas como conductas psicomotrices y sus contenidos en la etapa inicial deportiva. Los contenidos esenciales de la asignatura se estructuran entorno a las bases reglamentarias, técnicas y didácticas que en las últimas décadas adquirieron un desarrollo en todo el mundo en cuanto al número de practicantes, los eventos deportivos organizados y la implicación de las instituciones y organismos que rixen la competición deportiva. La importancia de la Natación, no sólo viene determinada por la dimensión deportiva, sino también por la importancia como ocio y actividad deportiva recreativa.			

Competencias del título	
Código	Competencias del título
A5	Fomentar la convivencia, estimulando y poniendo en valor la capacidad de constancia, esfuerzo y disciplina de los participantes en las actividades de educación física y deportiva.
A6	Diseñar y ordenar estrategias y espacios de aprendizaje que respondan a la diversidad social (sexo, género, edad, discapacidad, culturas?) y al respeto de los derechos que conforman los valores que aporta la educación física y deportiva a la formación integral de los ciudadanos.
A8	Diseñar, desarrollar, y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje, relativos a la actividad física y el deporte, con atención y tutorización según las características individuales y contextuales de las personas (género, edad, discapacidad, culturas, etc.).
A25	Identificar y comprender los requisitos psicomotores y sociomotores de las habilidades deportivas, ejecutando básicamente las habilidades motrices específicas de un conjunto de deportes, considerando las diferencias por género.
A26	Identificar y aplicar las peculiaridades didácticas de cada especialidad deportiva en la intención pedagógica de los diferentes ámbitos de intervención.
A33	Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva en el contexto educativo, deportivo, recreativo y de la actividad física y salud.
B1	Conocer y poseer la metodología y estrategia necesaria para el aprendizaje en las ciencias de la actividad física y del deporte.
B2	Resolver problemas de forma eficaz y eficiente en el ámbito de las ciencias de la actividad física y del deporte.



B4	Trabajar de forma colaboradora, desarrollando habilidades, de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo.
B5	Comportarse con ética y responsabilidad social como ciudadano.
B8	Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en los diferentes ámbitos del ejercicio profesional.
B9	Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico.
B10	Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
B11	Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo.
B12	Conocer los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional y actuar de acuerdo con ellos.
B14	Comprender y aplicar la legislación vigente relativa al marco de las actividades físicas y deportivas en los distintos ámbitos: educación, deporte, gestión, ocio y salud.
B19	Ejercer la profesión con responsabilidad, respeto y compromiso.
C3	Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida.
C4	Desarrollarse para el ejercicio de una ciudadanía abierta, culta, crítica, comprometida, democrática y solidaria, capaz de analizar la realidad, diagnosticar problemas, formular e implantar soluciones basadas en el conocimiento y orientadas al bien común.

Resultados de aprendizaje			
Resultados de aprendizaje		Competencias del título	
Identificar los distintos ámbitos de las actividades acuáticas, sus relaciones y paralelismos con la vida del hombre; comprendiendo las diferencias entre las distintas prácticas que engloba cada ámbito y valorando, especialmente, las posibilidades de desarrollo de una educación física de base en el medio acuático.	A5		
	A25		
	A26		
Promover y evaluar la formación de hábitos de actividad física y deporte a lo largo del ciclo vital, especialmente en edad infantil, considerando, que la edad, el género o la discapacidad son variables que necesitan de la intervención consciente para favorecer la igualdad de oportunidades.	A5		
	A6		
Reconocer las posibles dificultades de un alumno durante la fase de adaptación al medio acuático, en base a las diferencias psicomotrices con respecto al medio terrestre; entender la actitud necesaria y disponer de las estrategias de intervención para facilitar dicho proceso.	A8		
Diseñar y ordenar estrategias y espacios de aprendizaje que respondan a la diversidad social (sexo, género, edad, discapacidad, cultura...) y al respeto de los derechos que conforman los valores que aportan la educación física y deportiva a la formación integral de los ciudadanos, desde la perspectiva de los deportes.	A5		
	A25		
	A26		
Adquirir un conocimiento básico de los fenómenos físicos que intervienen sobre el hombre durante el desarrollo de cualquier actividad acuática para una mejor comprensión de la misma.	A33		
Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza aprendizaje, relativos a las modalidades natatorias, con atención y tutorización según las características individuales y contextuales de las personas (género, edad, discapacidad, cultura, etc.).		B1	
Identificar y comprender los requisitos psicomotores y sociomotores de las habilidades deportivas, ejecutando básicamente las habilidades motrices específicas de un conjunto de deportes, considerando las diferencias por género.		B2	
Comprender la evolución de los objetivos generales a establecer en el proceso de adquisición de las habilidades acuáticas y seleccionar posibles contenidos motrices para lograrlos.		B4	
Conocer los procedimientos metodológicos fundamentales para la enseñanza de las habilidades acuáticas, discriminando los elementos que dificultan la consecución de un determinado objetivo y estableciendo los medios para alcanzarlo.		B5	
Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo en el contexto educativo, deportivo, recreativo y de actividad física y salud,		B8	
Vivenciar numerosas variantes de trabajo de las distintas habilidades acuáticas, experimentar la evolución de la dificultad de ejecución en base a los elementos que las integran y practicar hasta lograr el grado de competencia motriz contemplado en el apartado evaluación de la práctica de la actividad física que garantice la plena autonomía en el medio acuático y la capacidad para iniciar la adquisición de habilidades específicas deportivas.		B9	
Conocer y poseer la metodología y estrategia necesaria para el aprendizaje en el ámbito natatorio.		B1	



Definir y distinguir los elementos integrantes de las variables de trabajo, en función de la habilidad acuática, permitiendo, de un modo justificado, generar tareas en las distintas fases de la evolución de un sujeto en relación con el medio acuático para la consecución de un objetivo concreto de un determinado nivel de enseñanza.	A26 A33		
Resolver problemas de forma eficaz e eficiente en el ámbito de la Natación.		B2	
Analizar los métodos para la enseñanza de las habilidades acuáticas y sus posibilidades de aplicación atendiendo a las distintas variables que pueden incidir en un programa de enseñanza acuático.	A26 A33		
Trabajar de forma colaboradora, desarrollando habilidades, de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo.		B4	
Aplicar las técnicas de enseñanza y reflexionar sobre la conveniencia de adaptar la información a la edad del alumno y sobre cómo y cuando dar el conocimiento de los resultados en una actividad acuática.	A8 A33		
Comportarse con ética y responsabilidad social como ciudadano.		B5	
Evaluar los estilos de enseñanza con mayor posibilidad de aplicación en la enseñanza de las habilidades acuáticas y justificar su empleo en actividades concretas.	A5 A8 A26		
Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en los diferentes ámbitos del ejercicio profesional.		B8	
Conocer las funciones y responsabilidades de los distintos miembros que integran una Escuela de Actividades Acuáticas, entender cuáles son las de mayor importancia y analizar las posibles consecuencias de su dejación.	A5 A6 A8		
Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.		B9	
Familiarizarse con los elementos necesarios para la organización y desarrollo de un programa completo en una escuela de actividades acuáticas que contemple la existencia de diferentes niveles.	A5 A6		
Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del deporte.		B10	
Elaborar sesiones de posible aplicación en una escuela de actividades acuáticas atendiendo a criterios establecidos de organización e intervención y discutir sobre su diseño y puesta en práctica.	A5 A6		
Desarrollar competencias para la adaptación de las nuevas situaciones de resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo.		B11	
Analizar, criticar y discutir la intervención propia y ajena en el proceso de enseñanza y plantear alternativas ante problemas suscitados.	A8 A25		
Conocer los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional y actuar de acuerdo con ellos.		B12	
Comprender y aplicar la legislación vigente relativa al marco de las actividades físicas y deportivas en los distintos ámbitos: educación, deporte, gestión, ocio y salud.		B14	
Ejercer la profesión con responsabilidad, respecto y compromiso.		B19	
Utilizar las herramientas básicas de las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) necesarias para el ejercicio de su profesión y para el aprendizaje a lo largo de su vida.			C3
Desarrollarse para el ejercicio de una ciudadanía abierta, culta, crítica, comprometida, democrática y solidaria, capaz de analizar la realidad, diagnosticar problemas, formular e implantar soluciones basadas en el conocimiento y orientadas al bien común.			C4

Contenidos	
Tema	Subtema
Presentación de la materia.	0.1. Datos descriptivos. 0.2. Profesorado. 0.3. Programa general de la materia. 0.4. Recursos. 0.5. Evaluación.
BLOQUE TEMÁTICO I: INTRODUCCIÓN AL ESTUDIO DE LAS HABILIDADES ACUÁTICAS. Tema 1: Evolución histórica, reglamentaria y contextualización de la Natación.	1.1. Evolución e historia de la natación. 1.2. Los objetivos de las actividades acuáticas. 1.3. Factores que inciden sobre los objetivos.



BLOQUE TEMÁTICO II: INICIACIÓN A LA METODOLOGÍA ESPECÍFICA DE LA ENSEÑANZA/APRENDIZAJE DE LOS PROCEDIMIENTOS TÉCNICO DE LA NATACIÓN. Tema 2: Metodología de Salidas y Virajes. Tema 3: Metodología del Crol. Tema 4: Metodología de la Espalda. Tema 5: Metodología de la Mariposa. Tema 6: Metodología de la Braza.	2.1. Adaptación al medio acuático: Familiarización, flotación, deslizamiento, zambullidas y vueltas. 2.2. Metodología de la enseñanza. 2.3. Progresión enseñanza Salidas 2.4. Progresión enseñanza Virajes. 3.1. Fundamentos de la preparación técnica. Principios comunes a los cuatro estilos. 3.2. Progresión enseñanza del Crol 3.3. Defectos, efectos y corrección en el Crol 4.1. Progresión enseñanza de la Espalda. 4.2. Defectos, efectos y corrección en la Espalda. 5.1. Progresión enseñanza de la Mariposa. 5.2. Defectos, efectos y corrección en la Mariposa. 6.1. Progresión enseñanza de la Braza. 6.2. Defectos, efectos y corrección en la Braza.
--	---

Planificación				
Metodologías / pruebas	Competencias	Horas presenciales	Horas no presenciales / trabajo autónomo	Horas totales
Prueba mixta	A5 A8 A33 B1 B2 B9	2	0	2
Aprendizaje colaborativo	A5 A8 A25 A26	17	34	51
Sesión magistral	A6 A8 A25 A26 A33 B1 B2 B4 B5 B8 B9 B10 B11 B12 B14 B19 C3 C4	9	16	25
Trabajos tutelados	A5 A8 A25 A26 B1 B9	4	8	12
Práctica de actividad física	A5 A8 A25 B1 B2	20	40	60
Atención personalizada		0	0	0
(*)Los datos que aparecen en la tabla de planificación són de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos				

Metodologías	
Metodologías	Descripción
Prueba mixta	Exame escrito consistente: 1.- Preguntas de tipo test: 2.- Elaboración de una clase para la corrección de defectos técnicos mediante la progresión adecuada en función de las circunstancias establecidas. 3.- Elaboración de una clase para la corrección de defectos técnicos detectados previamente en un nadador.
Aprendizaje colaborativo	Trabajo no presencial relacionado con los contenidos prácticos de la materia y con el desarrollo del trabajo teórico-práctico.
Sesión magistral	Impartición de los contenidos teóricos por parte del profesore.
Trabajos tutelados	Elaboración y entrega, por parte del alumno, de un trabajo teórico-práctico consistente en evaluar, detectar los defectos en el estilo, y elaborar un programa de progresión para corregir los defectos y aplicarlo a los alumno.
Práctica de actividad física	Realización por parte de los alumnos de las tareas motrices de aprendizaje propuestas en los contenidos.

Atención personalizada	
Metodologías	Descripción



Aprendizaje colaborativo	Asistencia a las tutorías colectivas realizadas durante el horario lectivo.
Trabajos tutelados	Reunión con los profesores de la materia para aclarar dudas sobre:
Práctica de actividad física	- Los contenidos teórico-prácticos de las actividades adecuadas para su aprendizaje. - Fuentes bibliográficas a consultar. - La realización del trabajo teórico-práctico colectivo o individual. - Los alumnos con matrícula parcial serán atendidos en el horario de tutorías oficiales del profesor previa cita.

Evaluación			
Metodologías	Competencias	Descripción	Calificación
Prueba mixta	A5 A8 A33 B1 B2 B9	Exame escrito consistente: 1.- Preguntas de tipo test: 2.- Elaboración de una clase para la corrección de defectos técnicos mediante la progresión adecuada en función de las circunstancias establecidas. 3.- Elaboración de una clase para la corrección de defectos técnicos detectados previamente en un nadador.	30
Trabajos tutelados	A5 A8 A25 A26 B1 B9	Elaboración y entrega, por parte del alumno, de un trabajo teórico-práctico, consistente en: 1. Evaluación de la técnica. 2. Detectar los defectos principales. 3. Realización de un programa para la corrección de los defectos. 4. Aplicación práctica de dicho programa.	35
Práctica de actividad física	A5 A8 A25 B1 B2	Asistencia y participación activa por lo menos no 70% de las sesiones lectivas.	35

Observaciones evaluación
Para aprobar la asignatura hay que aprobar cada una de las metodologías planteadas. El suspender una de las metodologías supone el suspenso de la asignatura. No se guardan las metodologías aprobadas de la 1ª para la 2ª oportunidad, ni en sucesivas convocatorias. Los criterios de evaluación son los mismos para la primera y segunda oportunidad de una misma convocatoria. A los alumnos que cursen esta asignatura por primera vez se les recuerda la obligación de cumplir el 70% de asistencia para poder superar la misma (tanto de las clases teóricas como de las prácticas). Los requisitos de los alumnos a tiempo parcial serán los mismos que los de los alumnos a tiempo completo, a excepción de la asistencia que se reduce al 60%. Los alumnos lesionados se tratarán personalmente para encontrar una evaluación alternativa. Un alumno se considerará no presentado cuando no cumpla los mínimos de asistencia exigidos o no se presente al examen final de ninguna de las dos oportunidades. Las fechas de entrega de los trabajos será el 13 de diciembre para el primer cuatrimestre, y el 15 de mayo para el segundo. El 19 de junio es la fecha de entrega para la segunda oportunidad. El examen se presentará al alumno redactado en el idioma de impartición de la materia (esto es español). Si algún alumno desea una copia en otro idioma oficial de la UDC, deberá solicitarlo al profesor coordinador una semana antes de la fecha de realización. Los criterios de evaluación serán los mismos para los alumnos de matrícula a tiempo parcial.

Fuentes de información



Básica	- Bird, J. (1972). Natación. Metodología para su enseñanza. Ministerio de Cultura e Educación: Buenos Aires.- Bucher, W. (1995). 1000 Ejercicios e juegos de natación e actividades acuáticas. Ed. Hispano Europea. Barcelona. Camíña, F. Cancela, C. Rodríguez, X. (1999). O gran libro da natación. Lea. Santiago.PRIVATE - Camíña, F. (1997). Adestramento en Seco Dos Nadadores de Competición. Lea. Santiago. - Camíña, F. (1997). Xogos Acuáticos. Aprende a nadar xogando. Lea. Santiago. - Camíña, F. (1997). Iniciación a natación na escola. Lea. Santiago.- Camíña, F. (1997). Ximnasia acuática para todos. Lea. Santiago.- Camíña, F. (1996). Actividad física en el medio acuático, dirigida a la tercera edad. En J.M. Mayán y J.C. Millán (Eds.), Tratado de Actividad física y ocio para la tercera edad (pp. 99?113). Instituto Gerontológico Gallego. Santiago.- Camíña, F. (1996). Natación. Técnica. Lea. Santiago.- Camíña, F. (1996). La natación en la tercera edad. En J. Moreno, V. Tella y S. Camarero (Eds.), Actividades acuáticas educativas, recreativas y competitivas (pp. 175?194). Instituto Valenciano de Educación Física. Valencia.- Camíña, F. (1995). Mejora de la Calidad de Vida de los Ancianos sometidos a un programa de Actividad Física en el Medio Acuático. En apuntes del II Curso de Monitores de 3ª Edad. Santiago: Universidad de Santiago y Comité Olímpico Español.- Camíña, F. (1993). Natación 1: Generalidades. Instituto Nacional de Educación Física de Galicia. A Coruña.- 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.- Franco, P. e Navarro, F. (1980). Natación. Habilidades acuáticas para todas las edades. Hispano Europea. Madrid.- Guerrero, R. (1991). Guía de las actividades acuáticas. Paidotribo. Barcelona.- Gonsalvez, M. e Joven, P. (1997). Natación e sus especialidades. CSD. Madrid.- Jardí, C. (1996). Movernos en el agua. Paidotribo: Barcelona.- Johnson, P.k. (1972). El Programa Acuático y su Administración. Paidos. B. Aires.- Lanuza, F. e Torres, B. (1995). 1060 Ejercicios e juegos de natación. Paidotribo. Barcelona.- Le Camus. (1984). Las prácticas acuáticas del Bebé. Paidotribo. Barcelona.- Martín, O. (1993). Juegos e recreación deportiva en el agua. Gymnos. Madrid.- Navarro, F. (1978). Pedagogía de la natación. Miñón: Valladolid.- Varios. (1996). Educación en la primera infancia a través del medio acuático. RFEN. Madrid.http://www.i-natacion.com/http://www.todonatacion.com/http://www.masnatacion.com/http://www.natación.com.ar/http://galeon.hispavista.com/natacion/http://www.swimmingcoach.org/http://www.cscs.org/http://www.fina.org/http://www.rfen.es/
Complementaria	- Costill, D.L., Maglischo, E.W. Richardson, A.B. (1994). Natación. Hispano Europea. Barcelona.- Counsilman, J. (1990). La natación, ciencia e técnica para la preparación de campeones. Hispano Europea. Barcelona.- Zintl, F. (1991). Entrenamiento de la Resistencia: Fundamentos, métodos y dirección del entrenamiento. Barcelona: Martínez Roca.- Franco, P. Y Navarro, F. (1980). Natación habilidades acuáticas para todas las edades. Barcelona. Hispano Europea. Barcelona.- Firby, H. (1982). ESSO Swim Canada, Instructor Manual. Canadian Amateur Swimming Association. Ottawa. Canada.- Grosser, M., Starischka, S. y Zimmermann, E. (1988). Principios del Entrenamiento Deportivo: Teorías y práctica en todas las especialidades deportivas. Martínez Roca. Barcelona.- Hahn, E. (1989). Entrenamiento con niños. Martínez Roca. Barcelona.- Lewin, G. (1983). Natación. Augusto Pila. Madrid.- Wilke, K. y Madsen, O. (1990). El Entrenamiento del Nadador Juvenil. Stadium. Buenos Aires.

Recomendaciones

Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Asignaturas que continúan el temario



Metodología de investigación en actividad física y deporte/620G01021

Metodología del rendimiento deportivo/620G01024

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

Tecnología en actividad física y deporte/620G01034

Teoría y práctica del entrenamiento deportivo/620G01037

Dirección y gestión deportiva/620G01038

Otros comentarios

(*) La Guía Docente es el documento donde se visualiza la propuesta académica de la UDC. Este documento es público y no se puede modificar, salvo cosas excepcionales bajo la revisión del órgano competente de acuerdo a la normativa vigente que establece el proceso de elaboración de guías