Guia docente				
Datos Identificativos				2023/24
Asignatura (*)	Iniciación en deportes II (Natación) (optativa)		Código	620G01313
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descriptores				
Ciclo	Periodo	Curso	Tipo	Créditos
Grado	1º cuatrimestre	Tercero	Optativa	6
Idioma	Castellano			
Modalidad docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinador/a	Sanchez Molina, Jose Andres	Correo electrónico	jose.andres.sanchez.molina@udc.es	
Profesorado	Sanchez Molina, Jose Andres	Correo electrónico	jose.andres.sanchez.molina@udc.es	
Web	https://inefg.udc.es/index.php/grupos-de-investigacion/aprendizaje-y-control-del-movimiento-humano-en-actividad-fisica-y-deporte			
Descripción general	Una vez que la persona se ha adaptado al medio acuático y ha tenido la posibilidad de evolucionar en el aprendizaje de las habilidades básicas acuáticas, uno de los posibles objetivos es conseguir desplazarse de la forma más rápida y económica posible; para ello, se plantean las habilidades específicas propias del medio acuático como son los estilos de la natación deportiva, así como las salidas y los virajes. Aunque el estilo individual de cada nadador depende en gran medida de sus características corporales, no por ello han de excusarse los errores técnicos en las ejecuciones individuales, debiéndose distinguir las desviaciones personales del estilo eficiente. No se ha de olvidar que el entrenamiento técnico siempre ha de acompañar al nadador, ocupando el primer plano en una primera fase de aprendizaje y perfeccionamiento, que es la que en este curso se tratará junto a los procedimientos de entrenamiento y su aplicación que permitiendo iniciar el camino hacia la natación deportiva.			

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.
A18	Diseñar y aplicar métodos adecuados para el desarrollo y la evaluación técnico-científica de las habilidades motrices básicas en las diferentes etapas evolutivas del ser humano, considerando el género.
A19	Planificar, desarrollar, controlar y evaluar técnica y científicamente el proceso de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles y en las diferentes etapas de la vida deportiva, de equipos con miras a la competición, teniendo en cuenta las diferencias biológicas entre hombres y mujeres y la influencia de la cultura de género en la actuación del entrenador y en los deportistas.
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.
A27	Aplicar los principios cinesiológicos, fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en los contextos educativo, recreativo, de la actividad física y salud y del entrenamiento deportivo, reconociendo las diferencias biológicas entre hombres y mujeres y la influencia de la cultura de género en los hábitos de vida de los participantes.
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.
B6	Dinamizar grupos en los diferentes ámbitos del ejercicio profesional.

B7	Gestionar la información.
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.
B16	Dominar habilidades de comunicación verbal y no verbal necesarias en el contexto de la actividad física y el deporte.
B19	Ejercer la profesión con responsabilidad, respeto y compromiso.
B20	Conocer, reflexionar y adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y el trabajo en equipo a partir de las prácticas externas en alguno de los principales ámbitos de integración laboral, en relación a las competencias adquiridas en el grado que se verán reflejadas en el trabajo fin de grado.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral como escrita, en las lenguas oficiales de la comunidad autónoma.
C2	Dominar la expresión y la comprensión de forma oral y escrita de un idioma extranjero.
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.
C6	Valorar críticamente el conocimiento, la tecnología y la información disponible para resolver los problemas con los que deben enfrentarse.
C7	Asumir como profesional y ciudadano la importancia del aprendizaje a lo largo de la vida.

Resultados de aprendizaje			
Resultados de aprendizaje	Competencias del título		
Identificar los fundamentos biomecánicos que condicionan los modelos técnicos de la natación deportiva y la aplicación de los principios del entrenamiento en situaciones reales.	A25 A27	B1 B4 B7 B9 B16	C3 C6
Describir y comprender la técnica de los estilos de nado, virajes y salidas de competición y sus aspectos reglamentarios	A25	B1 B7	C2
Analizar y discutir la conveniencia de establecer una secuencia de enseñanza-perfeccionamiento de las acciones técnicas propias de la natación deportiva.	A26	B1 B2	C1
Buscar posibles medios para percibir la ejecución y evolución de la acción técnica, justificar la razón de su efectividad y el efecto de la falta de conocimiento y atención sobre la misma.	A25 A26 A27	B2 B4	C3 C6
Detectar desviaciones en la ejecución de cualquier modelo técnico empleado en la natación deportiva, comprender sus consecuencias, justificar su existencia, determinar su relación con otros y establecer los medios para el ajuste.	A19 A25 A26 A27	B2 B10 B11	C3 C6
Aplicar los conocimientos teórico-prácticos adquiridos en la adquisición de habilidades específicas de la natación deportiva y en su entrenamiento.	A5 A18 A19 A33	B2 B4	C2 C3
Analizar, criticar y discutir la intervención propia y ajena en el proceso de enseñanza-aprendizaje, perfeccionamiento y entrenamiento; y, plantear alternativas en situaciones prácticas, según la capacidad de aplicar conocimientos, propuestas y organizar tareas e información asociada.	A25 A26	B1 B2 B6 B16 B19 B20	C2 C3 C6 C7

Contenidos	
Tema	Subtema

Bloque temático 1. Modelos técnicos de la natación y sus fundamentos biomecánicos	Tema 1.1. Tipos de movimientos propulsores empleados en natación Tema 1.2. Hidrostática Tema 1.3. Hidrodinámica
Bloque temático 2. Metodología del entrenamiento para la mejora de la técnica	Tema 2.1. Entrenamiento técnico en natación Tema 2.2. Aspectos específicos del modelo técnico del estilo mariposa Tema 2.3. Aspectos específicos del modelo técnico del estilo braza Tema 2.4. Aspectos específicos del modelo técnico del estilo espalda Tema 2.5. Aspectos específicos del modelo técnico del estilo crol
Bloque temático 3. Bases mecánicas y modelos técnicos de las salidas y los virajes	Tema 3.1. Bases mecánicas de las salidas en natación Tema 3.2. Modelos técnicos de las salidas en natación Tema 3.3. Bases mecánicas de los virajes en natación Tema 3.4. Modelos técnicos de los virajes y de las llegadas en natación
Bloque temático 4. Metodología de formación para la mejora de las capacidades físicas	Tema 4.1. Procedimientos de entrenamiento Tema 4.2. Aplicación de procedimientos de entrenamiento Tema 4.3. Enfoque estratégico de la prueba

Planificación				
Metodologías / pruebas	Competéncias	Horas presenciales	Horas no presenciales / trabajo autónomo	Horas totales
Actividades iniciales	B7 C6	1	0	1
Sesión magistral	A25 A26 B1	19	30	49
Práctica de actividad física	A5 A18 A19 A25 A33 B1 B2 B4	16	10	26
Aprendizaje colaborativo	A5 A25 A26	0	7	7
Estudio de casos	A18 A19 A25 B2 B7	0	22	22
Taller	A18 A19 B1 B2 B6 B10 B19 C1	4	0	4
Salida de campo	B11 B16 B20 C7	0	2	2
Lecturas	A25 A27 B1 B7 C3 C6 C7	0	12	12
Portafolio del alumno	B7 B9 B20 C1 C2 C3 C6 C7	0	8	8
Prueba mixta	A5 A33 B1 B2 B9	2	0	2
Prueba objetiva	A27 B7 B9 C2	1.5	7.5	9
Prueba práctica	A25	0.5	3.5	4
Atención personalizada		4	0	4
(*)Los datos que aparecen en la tabla de planificación són de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos				

Metodologías	
Metodologías	Descripción
Actividades iniciales	El primer día de clase se realizará una completa explicación de los aspectos tratados en la guía docente con el fin de que al alumnado conozcan las competencias que se pretende que adquieran. De igual forma previo a la realización de cualquiera de los trabajos y actividades propuestos se aportará la información necesaria y se procederá a la organización del alumnado para su óptimo desarrollo.
Sesión magistral	Exposición oral complementada con el uso de medios audiovisuales y la introducción de algunas preguntas dirigidas a los estudiantes, con la finalidad de transmitir conocimientos y facilitar el aprendizaje. En las propias sesiones, se integrarán otra metodologías como prácticas a través de TICs, aprendizaje colaborativo o presentaciones orales del alumnado.

Práctica de actividad física	Realización por parte del alumnado de las tareas motrices de aprendizaje propuestas: por el profesor, por otros compañeros o por el propio alumnado Pretende facilitar la práctica del alumnado, hasta que sean capaces de realizar determinadas habilidades específicas con un cierto grado de competencia permitiendo aplicar sobre el grupo de trabajo y sobre sí mismo los conocimientos que vaya adquiriendo en la materia, que valore la constancia y el esfuerzo para lograr las metas; y, adquiera, si es posible, el interés por la práctica de la natación.
Aprendizaje colaborativo	Trabajo en grupo no presencial relacionado con los contenidos prácticos de la materia y con el desarrollo del trabajo teórico-práctico.
Estudio de casos	El alumnado se sitúa ante un problema concreto (caso), que describe una situación real, y debe ser capaz de analizarla, para llegar a una decisión razonada a través de un proceso de discusión en pequeños grupos de trabajo.
Taller	Modalidad formativa orientada a la aplicación de aprendizajes en la que se pueden combinar diversas metodologías/pruebas (exposiciones, simulaciones, debates, solución de problemas, prácticas guiadas, etc) a través de la que el alumnado desarrolla tareas eminentemente prácticas sobre un tema específico, con el apoyo y supervisión del profesorado.
Salida de campo	Observación y análisis de sesiones de entrenamiento en clubes que contemplen la práctica de la natación deportiva
Lecturas	Se pondrán a disposición do alumnado, a través de la plataforma Moodle, una serie documentos escritos con el fin de profundizar en los contenidos trabajados y, también, discutir sobre ellos. También se propondrán títulos de obras relacionadas con la natación deportiva para el estudio, compresión y argumentación de aspectos desarrollados en la asignatura.
Portafolio del alumno	Es una carpeta o archivador virtual ordenado por secciones, debidamente identificadas o etiquetadas, que contiene los registros o materiales producto de las actividades de aprendizaje realizadas en un período de tiempo, con los comentarios y calificaciones asignadas por el profesorado, lo que permite visualizar el progreso del alumnado. El portafolio o carpeta incluye todo lo que hace el estudiante, como: apuntes o notas de clases, trabajos de investigación, guías de trabajo y su desarrollo, comentarios de notas, resúmenes, pruebas escritas, autoevaluaciones, tareas desarrolladas, comentarios de progreso del alumno realizado por el profesorado, etc.
Prueba mixta	Examen final teórico de toda la materia impartida en la materia, realizada en la fecha prevista de examen, en el cual se incluirán los contenidos tratados en las prácticas; el tipo de examen será de exposición escrita (preguntas de desarrollo temático y preguntas de respuestas breves) y/o cuestiones objetivas.
Prueba objetiva	Se emplearán cuestionarios con preguntas objetivas, fundamentalmente, a través del Campus Virtual, con la intención de estimular al alumnado a estar al corriente de los contenidos planteados en sesiones previas o, incluso, en la propia sesión; así como, de incentivar las lecturas asociadas al temario; también servirá para determinar la participación del alumnado. Los estudiantes con menor puntuación podrán ser encargados de elaborar cuestionarios a plantear en una próxima sesión.
Prueba práctica	Permite observar la evolución en 2 ó 3 de los modelos técnicos presentados y trabajados durante el curso. En general, pretende que el alumnado sea consciente de su nivel de ejecución, que aplique sobre el grupo de trabajo y sobre sí mismo los conocimientos que vaya adquiriendo en la materia; y, que valore la constancia y el esfuerzo para lograr las metas y adquiera, si es posible, el interés por la práctica de la natación.

Atención personalizada	
Metodologías	**Descripción**

Aprendizaje colaborativo Portafolio del alumno Práctica de actividad física Taller	- Las numerosas metodologías propuestas, así como la documentación integrada en el Campus Virtual de la UDC, facilitará a todo el alumnado el estudio de la materia; existiendo la posibilidad de atención personalizada, en los horarios de tutorías establecidos por el profesorado, bien de forma presencial o bien a través de MS Teams. - Para la realización de cada uno de las metodologías planteadas se convocarán reuniones de grupo para explicar con detalle el procedimiento a seguir para su realización. - Previo a la realización del examen práctico se podrá plantear una tutoría práctica de carácter obligatorio. - El alumnado podrá solicitar que las tutorías sean de carácter práctico, si bien éstas deberían ser al menos en grupo reducido. - Se utilizará el correo electrónico y MS Teams como vía continua de comunicación entre profesor y alumnos o grupos, así como el correo de la plataforma Moodle. Alumnado con matricula parcial: - pruebas objetivas: se facilitará su acceso en un periodo diferente en el caso de no poder ser realizadas en el previamente establecido; - prácticas de actividad física y taller: se podrá solicitar la realización de la práctica en horario de tutoría del profesorado, en el periodo establecido para su posible recuperación.

Evaluación			
Metodologías	Competéncias	Descripción	**Calificación**
Prueba mixta	A5 A33 B1 B2 B9	Examen final teórico de toda la materia impartida en la asignatura, en el cual se incluirán los contenidos tratados en las prácticas; el tipo de examen será de exposición escrita (preguntas de desarrollo temático y preguntas de respuestas breves) y/o cuestiones objetivas.	20
Portafolio del alumno	B7 B9 B20 C1 C2 C3 C6 C7	Se plantea la posibilidad de un seguimiento periódico del desarrollo del portafolios, recibiendo una puntuación en cada control. Los elementos que integren el portafolios serán concretados al inicio del curso.	20
Estudio de casos	A18 A19 A25 B2 B7	Registros en video de técnicas de nado: - Análisis cualitativo - Análisis cinemático - Justificación de la ejecución en base a los datos observados y calculados - Planificación de la estrategia de mejora Repetición del procedimiento de análisis tras un segundo registro, si fuera posible.	30
Prueba práctica	A25	Examen final de ejecución sobre tres de los contenidos desarrollados en las prácticas. Los contenidos y criterios de evaluación serán planteados de forma colectiva en la primera quincena del curso. Cada alumno realizará una doble labor: - ejecutante - evaluador del resto de compañeros (emitiendo una puntuación y una justificación de la actividad evaluada) lo cual, a su vez, implicará una parte de la evaluación de esta metodología.	10

Prueba objetiva	A27 B7 B9 C2	Durante el curso se presentará a través del campus virtual una serie de pruebas objetivas relacionadas con los contenidos teóricos, que podrán llevarse a cabo durante las propias clases presenciales, con el fin de motivar la asistencia, el estudio continuo y la resolución de dudas.	20

Observaciones evaluación

1. Asistencia:
Se exige asistencia para la evaluación de la "prueba práctica" durante el desarrollo de la metodología "práctica de actividad física".Se exige asistencia para la evaluación de "estudio de casos" durante el desarrollo de la metodología "taller".2. El porcentaje mínimo de asistencia, para poder optar a la evaluación de la prueba práctica y del estudio de casos, será del 70% en cada una de las metodologías indicadas en el apartado 1 (prácticas de actividad física y taller).
En el caso de falta de asistencia, por causas justificadas (acreditar mediante documentación) se podrá solicitar la realización de la práctica o de taller en horario de tutoría del profesorado, en el periodo establecido para su posible recuperación. 3. Evaluación según oportunidad: 1ª oportunidad: Respecto a la realización de la prueba mixta: El resultado de la prueba mixta ha de ser igual o superior a 5.00 para realizar la media ponderada con los restantes elementos de la evaluación. En la hoja de examen, la puntuación de cada pregunta se hará explícita en el caso de que las preguntas tengan un valor diferente. Respecto a la metodología ?estudio de casos?: el resultado de su calificación ha de ser igual o superior a 5.00 para realizar la media ponderada de los restantes elementos de evaluación. Respecto a la metodología ?prueba práctica?: el resultado de su calificación ha de ser igual o superior a 5.00 para realizar la media ponderada de los restantes elementos de evaluación. El promedio ponderado, resultado de las distintas metodologías objeto de evaluación, ha de ser igual o superior a 5.00 para superar la materia; siendo obligatoria la realización de cada una de ellas. En el caso de que una metodología de evaluación no pueda llevarse a cabo, su porcentaje en la evaluación se incorporará al de la prueba mixta. Respecto a las convocatorias de examen: cada convocatoria consta de dos oportunidades (primera y segunda); cuando en una misma convocatoria se tenga una calificación de "no presentado" en una oportunidad y "suspenso" en la otra, en el expediente de la convocatoria constará "suspenso". 2ª oportunidad: Se mantienen los mismos requerimientos que en la 1ª oportunidad. En el caso de no haberse realizado las prácticas obligatorias, éstas deberán llevarse a cabo en el siguiente curso académico.4. Criterios de mantenimiento de partes superadas en la 2ª oportunidad:
Se mantendrán las calificaciones obtenidas en cualquiera de las
actividades correspondientes a las metodologías contempladas en la evaluación,
en la primera oportunidad de cada convocatoria, si el alumnado así lo desea.5. Criterios de mantenimiento de partes superadas en futuras convocatorias:
Se mantendrán las calificaciones obtenidas en
cualquiera de las actividades correspondientes a las metodologías
contempladas en la evaluación, logrados en convocatorias anteriores,
exceptuando el caso de un posible cambio de los docentes que impartan la
materia.Los criterios para las convocatorias extraordinarias
serán los mismos a los ya establecidos.6. Alumnado con matrícula a tiempo parcial:Atención personalizada: las diversas metodologías contempladas, así como la documentación integrada en el Campus Virtual de la UDC, facilitará a todo el alumnado el estudio de la materia; existiendo la posibilidad de atención personalizada, en los horarios de tutorías establecidos por el profesorado, bien de forma presencial o bien a través de MS Teams.Evaluación:1ª oportunidad:la evaluación se realizará del mismo modo que para el
resto del alumnado con matrícula a tiempo completo; de igual forma, el peso de la evaluación y el % de asistencia será el mismo que para el resto del alumnado.pruebas objetivas: se facilitará su acceso en un periodo diferente en el caso de no poder ser realizadas en el previamente establecido (se requiere solicitud antes de concluir plazo de realización establecido);prácticas de actividad física y taller: se podrá solicitar su realización en horario de tutoría del profesorado, en el periodo establecido para su posible recuperación. 2ª oportunidad: la evaluación se realizará del mismo modo que para el resto del alumnado con matrícula a tiempo completo; de igual forma, el peso de la evaluación será el mismo que para el resto del alumnado.7. Disponibilidad de los idiomas en relación a las pruebas escritas de evaluación (no sólo la prueba final):Tanto la prueba mixta como las pruebas objetivas se presentarán en el idioma en el que se imparte la asignatura (castellano).Quien desee la prueba mixta en otro idioma oficial de la UDC deberá solicitarlo durante el primer mes de docencia del cuatrimestre en que se imparte la materia.8. Alternativas de evaluación para casos especiales justificados:Cada caso existente será tratado de forma particular, atendiendo a sus circunstancias, sin menoscabo de los resultados de aprendizaje.9. Para la realización de pruebas on-line, si hubiera, se empleará la plataforma de la UDC o sistemas reconocidos por esta.10. Implicaciones del fraude académico en la realización de las pruebas
o actividades de evaluación:

La realización fraudulenta de prueba o actividades de evaluación implicará la calificación de suspenso en la convocatoria y respecto a la materia en la que se cometiera: el/la estudiante será calificado con ?suspenso? (nota numérica 0) en la convocatoria correspondiente del curso académico, tanto si la comisión de la falta se produce en la primera oportunidad como en la segunda. Para esto, se procederá a modificar su calificación en el acta de primera oportunidad, si fuera necesario (Reglamento disciplinar del estudiantado de la UDC, art. 11, apdo 4 b). Se entenderá por fraude académico cualquier comportamiento premeditado tendente a falsear los resultados de un examen o trabajo, propio o ajeno, realizado como requisito para

superar una asignatura o acreditar el rendimiento académico (Ley 3/2022, de 24 de febrero, de convivencia universitaria; art. 11, apdo g).

Fuentes de información	
Básica	- Arellano Colomina, Raúl (2010). Entrenamiento técnico de natación (Vol. 1). Sevilla: CultivaLibros - Colwin, Cecil (1992). Swimming into the 21st Century. Champaign, IL: Leisure Press - Costill, David, Maglischo, Ernest, & Richardson, Allen B. (1994). Natación . Barcelona: Hispano Europea - Chollet, Didier (2003). Natación deportiva. Enfoque científico.. Barcelona: INDE - FINA (2017). Reglamento de natación 2017-2021. Madrid: Real Federación Española de Natación - Gutiérrez Dávila, Marcos (1999). Biomecánica deportiva: bases para el análisis (vol. 2). Madrid: Síntesis. - Izquierdo, Mikel (2008). Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte. Madrid: Médica Panamericana - Maglischo, Ernest W. (2009). Técnica, entrenamiento y competición. . Badalona: Paidotribo - Mullen, John G. (2018). Swimming Science: optimizing training and performance. Chicago: The University of Chicago Press - Navarro Valdivielso, Fernando, Oca Gaia, Antonio y Castañón Castañón, Francisco Javier (2003). El entrenamiento del nadador joven.. Madrid: Gymnos. - Thomas, David G. (1989). Teaching Swimming. Champaign, IL: Leisure Press - Thomas, David G. (1989). Advanced Swimming. Champaign, IL: Leisure Press - Wilke, Kurt y Madsen, Orjan (1990). El Entrenamiento del Nadador Juvenil. Buenos Aires: Stadium.
Complementária	- Bay, Scott (2016). Swimming steps to sucecess. Champaign, IL: Human Kinetics - Cancela Carral, José Mª, Pariente Baglieto, Sonia, Camiña Fernández, Francisco y Lorenzo Blanco, Ric (2008). ratado de natación. De la iniciación al perfeccionamiento. Badalona: Paidotribo. - Counsilman, James E. (2009). La natación: ciencia y técnica. Barcelona: Hispano Europea - Colwin, Cecil (1999). Swimming Dynamics. Winning Techniques and Strategies. Chicago, IL: Masters Press - Cuartero, Marcelo, del Castillo, José A., Torrallardona, Xavier y Murio, Jordi (2010). Entrenamiento de las especialidades de natación . Sevilla: CultivaLibros. - Guzmán, Ruben J. (1998). Swimming Drills for Every Stroke. Champaign, IL: Human Kinetics - Hannula, Dick y Thorton, Nort (2001). The swimming coaching bible. Champaign, Illinois: Human Kinetics - Hannula, Dick y Thorton, Nort (2007). Entrenamiento óptimo en natación. Barcelona: Hispano-Europea - Maglischo, Ernest W. (1986). Nadar más rápido. Barcelona: Hispano Europea - Maglischo, Ernest W. (1993). Swimming even Faster. Mountain View, California: Mayfield Publishing Company - Maglischo, Ernest W. (2003). Swimming Fastest: he essential reference on technique, training and program design. Champaign, IL: Human Kinetics - Navarro, Fernando y Rivas, Antonio (2001). Planificación y control del entrenamiento en natación . Madrid: Gymnos. - Navarro Valdivielso, Fernando y Oca Gaia, Antonio (2011). Entrenamiento físico de natación. Sevilla: Cultivalibros - Navarro Valdivielso, Fernando, Oca Gaia, Antonio, y Rivas Feal, Antonio (2010). Planificación del entrenamiento y su control. Sevilla: Cultivalibros - Olbrecht, Jan (2000). The science of winning. Planing, periodizing and optimizing swim training. Luton: Swimshop - Riewald, Scott y Rodeo, Scott (2015). Science of swimming faster. Champaign, IL: Human Kinetics - (). .

Recomendaciones
Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente
Pedagogía de la actividad física y del deporte/620G01001
Anatomía y cinesiología del movimiento humano/620G01002
Habilidades acuáticas y su didáctica/620G01007
Aprendizaje y control motor/620G01012
Fisiología del ejercicio I/620G01013
Biomecánica del movimiento humano/620G01014
Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

Fisiología del ejercicio II/620G01025
Proceso de enseñanza/aprendizaje de la actividad física y del deporte/620G01022
Actividad física saludable y calidad de vida I/620G01023
Asignaturas que continúan el temario
Metodología del rendimiento deportivo/620G01024
Tecnología en actividad física y deporte/620G01034
Teoría y práctica del entrenamiento deportivo/620G01037
Actividades acuáticas saludables y socorrismo (optativa)/620G01042
Otros comentarios
Dado el carácter teórico-práctico de la materia, diversas metodologías planteadas están encaminadas a favorecer que el alumnado adquiera aprendizajes que le pudieran resultar de mayor dificultad; de este modo el trabajo sobre las prácticas motrices podrá ser de gran interés para familiarizarse con la observación de las habilidades específicas de la natación y plantear de tareas que faciliten la consecución de un determinado objetivo; si bien dada la posibilidad grupal del trabajo, a su vez, podrá resultar provechoso para quien carezca de una elevada competencia motriz en natación.Por otra parte, la posibilidad de realizar alguna salida de campo dirigido a la observación y análisis de las actividades realizadas en un club que trabaje la disciplina de la natación, permitirá familiarizarse con el entorno, observar y analizar el trabajo desarrollado en las mismas y poner en práctica, en situación real, algunos conocimientos y experiencias adquiridos en la asignatura.Con la finalidad de mejorar el sistema de garantía interna de calidad de nuestro centro, sería te convine que el alumnado atendiera a la solicitud realizada por la UDC, con periodicidad cuatrimestral, respecto a participar en el proceso de evaluación de las materias cursadas y cuya llamada realiza bajo el nombre de ?AVALÍA? consistiendo en responder a las encuestas que evalúan la docencia del profesorado en cada materia.

(*) 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