

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Perfeccionamiento Deportivo	Natación	6º	1º	6	Optativa
<b>PROFESOR[ES]</b>			<b>DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>KAMAL MOHAMED MOHAMED</li> </ul>			Dpto. Educación Física y Deportiva Facultad de Educación y Humanidades Universidad de Granada – Campus de Melilla Calle Santander – nº 1 – 52071 Melilla (España) Despacho: en Edificio Principal – Planta 2º – nº 215 Correo electrónico: kamal@ugr.es URL en PRADO: <a href="https://prado.ugr.es/moodle/">https://prado.ugr.es/moodle/</a>		
			<b>HORARIO DE TUTORÍAS Y/O ENLACE A LA PÁGINA WEB DONDE PUEDAN CONSULTARSE LOS HORARIOS DE TUTORÍAS</b>		
			1er Semestre: - Martes de 19:00 a 22:00 h. - Miércoles de 19:00 a 22:00 h. 2º Semestre: - Martes de 19:00 a 22:00 h. - Miércoles de 19:00 a 22:00 h.		
<b>GRADO EN EL QUE SE IMPARTE</b>			<b>OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR</b>		
Educación Primaria y CC de la Actividad Física y del Deporte			Educación Primaria		
<b>PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)</b>					
La asignatura <i>Perfeccionamiento Deportivo: Natación</i> es optativa en el plan de estudios del título de <i>Grado en Educación Primaria y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte</i> . Tiene continuidad, aunque con carácter optativo en la asignatura de <i>Especialización Deportiva: Natación</i> y en el <i>Prácticum II</i> orientado tanto a la enseñanza del deporte como al alto rendimiento. Es obligatorio que el alumno haya cursado previamente la asignatura de <i>Fundamentos de los Deportes I: Natación</i> , asignatura obligatoria de 3er curso. Se recomienda tener unos conocimientos básicos en TIC (Microsoft Office, motores de búsqueda, bases de datos, etc.)					

## BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)

La asignatura de este curso contempla dos amplias perspectivas de las actividades acuáticas. Por un lado, se introducen los conceptos y conocimientos básicos de la iniciación a las distintas modalidades deportivas reconocidas en el medio acuático: saltos, natación, waterpolo y sincronizada. Por otro lado, se trata de desarrollar el denominado objetivo higiénico-preventivo que se refiere a actividades vinculadas con la salud, tales como actividades acuáticas para poblaciones con características especiales (mayores, bebés, pre y postnatal, discapacitados, etc.) y actividades recreativas, que cada vez son más solicitadas por las necesidades sociales.

## COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

### COMPETENCIAS GENERALES:

- Trabajo en equipo.
- Capacidad crítica y autocrítica.
- Aprendizaje autónomo del alumno.
- Capacidad para generar nuevas ideas.
- Conocimiento básico de una segunda lengua.
- Comunicación oral y escrita en la propia lengua.
- Capacidad de análisis, síntesis y gestión de la información buscada.
- Conocimientos específicos sobre la actividad física en el medio acuático.
- Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica docente y de entrenamiento básico.

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

- Analizar de forma crítica las exposiciones de diversos autores o teorías.
- Ser capaz de realizar programaciones de actividades en el medio acuático.
- Conocer y utilizar con precisión la terminología específica propia de nuestro ámbito.
- Capacidad de aplicar en la práctica los conocimientos adquiridos sobre las actividades acuáticas.
- Diseñar, desarrollar y evaluar los programas de actividad acuática y salud e iniciación deportiva.
- Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la AF y del deporte.
- Localizar la información necesaria en las fuentes bibliográficas específicas y generales relacionadas con las actividades acuáticas.
- Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad a desarrollar en el medio acuático.

## OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS ESPERABLES DE LA ENSEÑANZA)

- Conocer los fundamentos y objetivos del planteamiento recreativo.
- Desarrollar un programa de actividades recreativas en medio acuático.
- Conocer la técnica y las progresiones de los virajes y las salidas de natación.
- Conocer el reglamento de la natación paralímpica y adaptaciones técnicas.
- Conocer el reglamento y elementos básicos de la técnica y la táctica del Waterpolo.
- Conocer el reglamento y elementos básicos de la técnica de la Natación Sincronizada.
- Observar y analizar los errores fundamentales de las ejecuciones de técnica de nado.
- Superar cada uno de los ejercicios desarrollados en las sesiones prácticas de la asignatura.
- Ser capaz de desarrollar un programa de actividades acuáticas en cualquiera de los ámbitos que engloba el planteamiento higiénico-preventivo.
- Identificar los errores fundamentales en los cuatro estilos de natación, virajes y salidas, prescribiendo los ejercicios adecuados para su corrección.
- Conocer los fundamentos teóricos que justifican la utilización del medio acuático en las distintas parcelas dentro del planteamiento higiénico-preventivo.



## TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

### TEMARIO TEÓRICO:

- BLOQUE TEMÁTICO I. INTRODUCCIÓN A LAS TÉCNICAS DE NATACIÓN.
  - Tema 1. Perfeccionamiento del estilo crol.
  - Tema 2. Perfeccionamiento del estilo espalda.
  - Tema 3. Perfeccionamiento del estilo braza.
  - Tema 4. Perfeccionamiento del estilo mariposa.
  - Tema 5. Salidas: desde el poyete y desde el agua.
  - Tema 6. Virajes: de estilos asimétricos-simétricos y de cambio de estilo.
- BLOQUE TEMÁTICO II. INICIACIÓN A OTROS DEPORTES ACUÁTICOS.
  - Tema 7. Saltos.
  - Tema 8. Iniciación al water-polo.
  - Tema 9. Natación en aguas abiertas.
  - Tema 10. Iniciación a la natación sincronizada.
  - Tema 11. Salvamento acuático.
- BLOQUE TEMÁTICO III. PLANTEAMIENTO HIGIÉNICO-PREVENTIVO.
  - Tema 12. Características del medio acuático para su aplicación en AA.AA.
  - Tema 13. AA.AA. en diferentes grupos de población.
  - Tema 14. Natación paralímpica.
- BLOQUE TEMÁTICO IV. PLANTEAMIENTO RECREATIVO.
  - Tema 15. Programación de actividades en medio acuático.

### TEMARIO PRÁCTICO:

- LAS PRÁCTICAS SE BASARÁN EN LOS CONTENIDOS IMPARTIDOS EN EL TEMARIO TEÓRICO Y SE LLEVARÁN A CABO EN LA PISCINA.

## BIBLIOGRAFÍA

### BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL:

- Caldentey Grimalt, M.A. (1999) La natación y el cuidado de la espalda. Método acuático correctivo. Barcelona: INDE.
- Chollet, D. (2003). Natación Deportiva. Enfoque científico: bases biomecánicas, técnicas y psicológicas. Aprendizaje, evaluación y corrección de las técnicas de natación. Barcelona: INDE.
- Colado Sánchez, J.C. (2001). Fitness acuático. Barcelona: INDE.
- Federación Española de Natación (2013). Reglamentos de natación, waterpolo, saltos y sincronizada. Madrid: Federación Española de Natación.
- Gómez Cadenas, J.M. (2012). Enseñanza de la natación: salidas, llegadas y virajes, biomecánica, barridos, acción de piernas. Sevilla: Wanceulen.
- González Barragán, C. (2000). Actividades acuáticas recreativas. Barcelona: INDE.
- Hines, E. (2006). Natación: programa fitness. Barcelona: Hispano Europea.
- Hines, E. (2011). Natación para mantenerse en forma: 60 rutinas para mejorar la velocidad, la resistencia y la técnica. Madrid: Arkano books.
- Jiménez Martínez, J. (1998). Columna vertebral y medio acuático: ejercicios preventivos acuáticos. Madrid: Gymnos.
- Layne, M. (2015). Water exercise. Champaign: Human Kinetics.
- Lloret, M. (2001). Natación y salud: guía de ejercicios y sesiones. Madrid: Gymnos.
- Lucero, B. (2015). Los 100 mejores ejercicios de natación. Badalona: Paidotribo.
- Noble, J. (2011). Natación para niños: más de 200 juegos individuales, por parejas y para grupos de niños de todas las edades. Madrid: Tutor.



- Pansu, C. (2002). El agua y el niño: un espacio de libertad, unas relaciones privilegiadas. Barcelona: INDE.
- Pansu, C. (2010). Bebés nadadores: adaptación al medio acuático del niño de 0 a 6 años. Madrid: Tutor.
- Pappas Baun, M. (2010). Fitness acuático: fantásticos ejercicios en el agua. Madrid: Tutor.
- Schmitt, P. (2000). Nadar. Del descubrimiento al alto nivel: un enfoque innovador en la enseñanza de la natación. Barcelona: Hispano Europea.
- Soler Vila, A. y Jimeno Calvo, M. (1998). Actividades acuáticas para personas mayores: fundamentos teóricos y sesiones prácticas. Madrid: Gymnos.
- Suriol Puigvert, N. (2002). ¡Bebés al agua! El placer del agua. Barcelona: Tibidabo.
- Vázquez Menlle, J. (1999). Natación y discapacitados: intervención en el medio acuático. Madrid: Gymnos.

#### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- Bases de datos: medline, scopus, sport discus, etc.
- Revistas Internacionales: Swimmin research, BMS, etc.
- Revistas Nacionales: NSW, Comunicaciones técnicas, Apunts, etc.

#### ENLACES RECOMENDADOS

- <http://www.fan.es/>
- <ftp://www.fina.org/>
- <http://www.lenweb.org/>
- <http://www.swimtech.org/>
- <http://www.i-natacion.com/>
- <http://www.masnatacion.com/>
- <http://www.rfen.es/publicacion/>
- <http://www.natacion-bebes.com/>
- <http://www.swimmingteachers.org.uk/>
- <http://galeon.hispavista.com/natacion/>
- <http://marca.recoletos.es/natacion/mundial2003/>
- [http://www.ugr.es/~afdma/swimming\\_testing.htm](http://www.ugr.es/~afdma/swimming_testing.htm)
- <http://www.coachesinfo.com/category/swimming/>
- <http://www.swimmingworldmagazine.com/Default.asp>
- <http://personal.telefonica.terra.es/web/estilosnatacion/>
- <http://www.i-natacion.com/contenidos/articulos/reglamento...>

#### METODOLOGÍA DOCENTE

En la medida de lo posible, las actividades educativas estarán dirigidas al aprendizaje autónomo del alumno, siendo imprescindible el uso de técnicas y habilidades que permitan la consecución de las competencias expuestas.

Se llevarán a cabo:

- Exposiciones de los contenidos desarrollados.
- Debates en clase a partir de los trabajos autónomos realizados por los alumnos.
- Trabajo individual para la realización de una planificación de enseñanza de la natación.
- Sesión magistral por parte del profesor en los contenidos que considere oportunos.
- Trabajo individual y en grupo: revisión documental del estado en la investigación en el tema elegido y presentación en clase de las principales ideas encontradas en torno al mismo.
- Realizar una planificación real con un grupo de alumnos asignado (se indicarán las pautas a seguir, así como los apartados correspondientes a la planificación).

Es obligatoria la asistencia y ejecución de todas las sesiones prácticas impartidas por el profesor (+ de 3 faltas implica la no evaluación del alumno). Las sesiones serán dirigidas por el profesor y se exigirá un mínimo de calidad en las ejecuciones.



Se empleará la instrucción directa y el aprendizaje por descubrimiento como técnicas de enseñanza, aplicando en los mismos sus correspondientes estilos de enseñanza. También se hará uso de las estrategias en la práctica global y analítica con sus variantes.

#### **EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.)**

La evaluación será formativa y continua, teniendo en cuenta los siguientes criterios para la calificación:

- Asistencia y ejecución de las sesiones prácticas en la piscina (40%).
- Realización de trabajos teórico-expositivos (20%).
- Examen práctico en piscina (20%).
- Examen teórico tipo test (10%).
- Participación en clase (10%).

#### **DISEÑO PARA TODOS: NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO (NEAE)**

Siguiendo las recomendaciones de la CRUE y del Secretariado de Inclusión y Diversidad de la UGR, en el caso de estudiantes con discapacidad u otras necesidades específicas de apoyo educativo, los sistemas de adquisición y de evaluación de competencias recogidos en esta guía docente se aplicarán conforme al principio de diseño para todas las personas, realizando las adaptaciones metodológicas, temporales y espaciales precisas para facilitar el aprendizaje y la demostración de conocimientos de acuerdo a las necesidades y la diversidad funcional del alumnado.

#### **DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS QUE FORMARÁN PARTE DE LA EVALUACIÓN ÚNICA FINAL ESTABLECIDA EN LA "NORMATIVA DE EVALUACIÓN Y DE CALIFICACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA"**

En la evaluación única final se aplicarán las siguientes pruebas (criterios):

- Realización de una programación completa de enseñanza que incluya al menos 30 sesiones prácticas (40%).
- Realización de 4 trabajos teórico-expositivos basados en el temario de la asignatura (20%).
- Examen teórico-práctico basado en el temario de la asignatura (30%).
- Entrevista con el profesor sobre los contenidos de la materia (10%).

#### **DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS QUE FORMARÁN PARTE DE LA EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA**

Se aplicarán las mismas que las reflejadas en el apartado anterior.

