



*Universidad Nacional de La Matanza*  
Florencio Varela 1903 - San Justo - Buenos Aires - Argentina

---

**DEPARTAMENTO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES**

**CARRERA De Licenciatura en Educación Física**

**Programa: Natación I**

**Anual – Ciclo Lectivo 2012**

**Cátedra: Natación**

**Prof. Adj.: Lic. Roberto Rey**

**Prof. Adj: Lic. Martín Pérez Rodríguez**

**Prof. Adjunto ad Honorem: Lic. Carlos Castellanos**

**Lic. Graciela Areces**

**Jefe de Trabajos Prácticos: Lic. Gabriela Pinola**

**Lic. Julia Fulugonio**

**Lic. Claudia Casamajor**

**Carga Horaria:** 2 horas semanales de cursado anual

1) **Fundamentación:** En el marco de la formación de docentes y licenciados en Educación Física se debe destacar el innegable campo de desarrollo en que permite incursionar el área de las actividades acuáticas en general y de la Natación en particular. Entendida desde esta concepción, la natación no es simplemente un deporte que se practica con mayor o menor grado de calidad técnica: es una poderosa herramienta educativa que no solo cubre las expectativas y posibilidades de la formación escolar, sino que atraviesa todas las edades y condiciones del ser humano. Las actividades educativas desarrolladas en el medio acuático tanto en el ámbito formal como no formal, nos obliga a una interpretación más amplia de su origen, actualidad y

**Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales**

*Diseño de los Programas de Estudio*

posibilidades futuras. En el marco de estas consideraciones, la presente propuesta buscará abordar el área temática correspondiente a la introducción en este campo.

## **2) Objetivos Estructurales:**

Que los futuros docentes:

- I ) Conozcan las incumbencias de la labor profesional del docente y licenciado en Educación Física en el área específica de las actividades acuáticas.
- II ) Adquieran la formación necesaria para la enseñanza de la natación en todos los niveles de enseñanza.
- III ) Accedan a las nociones de los fundamentos en los que se sustentan las actividades acuáticas.
- IV ) Desarrollen una formación corporal que esté de acuerdo con las funciones profesionales que deberán cumplir.

## **3) Unidades Didácticas**

### **3.a) Contenidos Temáticos por Unidad Didáctica**

#### **I - Introducción a las Actividades y Deportes Acuáticos:**

Reseña histórica y evolución de los estilos de la natación.

Leyes y principios relacionados con la natación.

División de las Actividades Acuáticas: Programas educativo, recreativo, terapéutico, entrenamiento mantenimiento, salud y deportivo.

Organización Institucional FINA – CADDA

#### **II - La Enseñanza de la Natación:**

Etapas.

La Natación con principiantes: familiarización y dominio del medio acuático.

Normas básicas de seguridad.

La problemática de la hidrofobia.

El juego como herramienta en la clase de natación.

#### **III - Técnica de nado Crol:**

**Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales**

*Diseño de los Programas de Estudio*

Historia.  
Análisis técnico de los movimientos del nado completo.  
Didáctica de la enseñanza.  
Aspectos reglamentarios.

#### IV - Técnica de nado Espalda:

Historia.  
Análisis técnico de los movimientos del nado completo.  
Didáctica de la enseñanza.  
Aspectos reglamentarios.

#### V – Didáctica de la iniciación a la enseñanza orientada a poblaciones específicas

La iniciación a la enseñanza a niños,  
La iniciación a la enseñanza a jóvenes  
La iniciación a la enseñanza a adultos mayores  
La iniciación a la enseñanza a alumnos con problemáticas específicas

### **3.b) Bibliografía Específica por Unidad Temática (Bibliografía Obligatoria)**

#### Unidad I:

- Strnad, Raúl – Arsenio, Osvaldo, Natación I, ED. Gymnos, cap 1 y 3
- Guerrero Luque, Rafael, “Guía de las Actividades Acuáticas”, ed Paidotribo, cap 1, 2º parte
- Percivale, Carlos “Natación, Reglamento comentado, arbitraje y organización” primera parte
- Lewin, Gerhard “Natación” pp 32 a 35

#### Unidad II:

- Franco, Pedro – Navarro Fernando, Habilidades acuáticas para todas las edades, ED. Hispano europea. Cap 4
- Vilte, Enrique – Gómez, Jorge, La enseñanza de la natación, E. Stadium cap 2
- Bucher, Walter “1000 ejercicios y juegos de Natación y Actividades Acuáticas” cap 1

**Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales**

*Diseño de los Programas de Estudio*

- Schmitt, Patrick “Nadar, del descubrimiento al alto nivel” Hispano Europea, primer nivel
- Castellanos, Carlos “Aspectos Básicos a tener en cuenta para dar una clase de Natación” en Revista Emerger

#### Unidades III y IV:

- Maglischo, Costill y Richardson “Natación”, Hispano Europea, cap 7, 9 y 11
- Percivale, Carlos “Natación, Reglamento comentado, arbitraje y organización”. Reglas de estilos libre y espalda
- Bucher, Walter “100 ejercicios y juegos de Natación y Actividades Acuáticas” cap 12
- Franco, Pedro – Navarro Fernando, Habilidades acuáticas para todas las edades, ED. Hispano europea. Cap 5, 167 a 180 y de 193 a 201
- Strnad, Raúl – Arsenio, Osvaldo, Natación I, ED. Gymnos, pp 94 a 103, 128 a 133 y 136 a 137
- FINA reglas de natación en [www.rfen.es](http://www.rfen.es)

#### Unidad V:

- Guerrero Luque, Rafael – Guía de las Actividades Acuáticas, Ed Stadium, cap 2, 3 y 5

Apoyo general de contenidos desde Internet: [www.natacionyacuaticos.blogspot.com](http://www.natacionyacuaticos.blogspot.com)

#### **4) Bibliografía General**

#### **5) Cronograma de Actividades**

Primer cuatrimestre.....Unidades I, II y III.

**Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales**

*Diseño de los Programas de Estudio*

Segundo cuatrimestre.....Unidades IV y V.

- 1- Clase de presentación. Contenidos y desarrollo de la materia. Introducción a la natación.
- 2- La enseñanza de la natación: fundamentos
- 3- Iniciación a la enseñanza: problemática de la seguridad en clase y familiarización al medio acuático
- 4- Iniciación a la enseñanza: dominio del medio acuático
- 5- Circuito de dominio del medio acuático
- 6- Circuito de dominio del medio acuático
- 7- Circuito de dominio del medio acuático
- 8- Presentación de la técnica de nado de crol
- 9- Aprendizajes de nado de crol
- 10- Aprendizajes de nado de crol/Examen Práctico
- 11- Aprendizajes de nado de crol
- 12- Aprendizajes de nado de crol
- 13- Aprendizajes de nado de crol
- 14- Examen Teórico.
- 15- Examen Práctico.
- 16- Recuperatorios teóricos
  
- 17- Presentación de la técnica de nado de espalda
- 18- Aprendizajes de nado de espalda
- 19- Aprendizajes de nado de espalda
- 20- Aprendizajes de nado de espalda
- 21- Aprendizajes de nado de espalda
- 22- Aprendizajes de nado de espalda
- 23- Examen práctico
- 24- Didáctica de la enseñanza a niños
- 25- Didáctica de la enseñanza a jóvenes y adultos mayores
- 26- Didáctica de la enseñanza a alumnos con problemáticas específicas
- 27- Didáctica de la enseñanza a alumnos con problemáticas específicas
- 28- Conclusiones sobre contenidos desarrollados en el ciclo lectivo
- 29- Examen Teórico
- 30- Recuperatorio de exámenes Prácticos
- 31- Recuperatorio de examen teórico.
- 32- Cierre de la cursada

## **6) Modalidades del proceso de orientación del aprendizaje**

- Clases expositivas
- Clases prácticas

**Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales**

*Diseño de los Programas de Estudio*

- Trabajos grupales
- Proyección de videos

## **7) Gestión de Cátedra**

Para el logro de los objetivos propuestos se prevé la utilización de diferentes recursos didácticos derivados de las modalidades manifestadas en el punto 6, pero de entre todos ellos cabe destacar para el ciclo 2012 la introducción, por acuerdo del equipo de cátedra reunido al efecto, de la generación de un blog de contenidos multimediáticos que proporcionará a los alumnos de modernas herramientas para el seguimiento, comprensión y archivo de material de suma utilidad no solo para el cursado de la asignatura, sino también para el futuro desempeño profesional de los alumnos.

## **8) Modalidad de cursado**

Cursada teórico – práctico, cantidad de alumnos previsto por comisión hasta treinta.

## **9) Evaluaciones**

### Unidades I, II y III durante el primer cuatrimestre

- Circuito de dominio del medio acuático
- Nado de la técnica completa de crol sin tiempo. También se realizará un examen oral donde el alumno deberá demostrar conocimientos en el análisis de la observación de la ejecución técnica de otros alumnos
- Examen escrito de las unidades teóricas mencionadas.

### Unidades IV y V evaluadas durante el segundo cuatrimestre

- De ejecución práctica: Nado de la técnica completa de espalda sin tiempo. También se realizará un examen oral donde el alumno deberá demostrar conocimientos en el análisis de la observación de la ejecución técnica de otros alumnos
- Nado 200 m. crol por debajo de los 6 minutos.

**Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales**

*Diseño de los Programas de Estudio*

- Examen escrito de las unidades teóricas mencionadas.
- Evaluaciones semanales sobre el tema dado en clase.
- Exámenes recuperatorios de cada evaluación durante la cursada.

#### **10) Régimen de Promoción**

- Promoción directa con todos los parciales teóricos y prácticos aprobados con 7 (siete) o más puntos.
- Con derecho a examen final parciales aprobados entre 4 (cuatro) y 6 (seis) puntos.
- Reprobado con promedio inferior a 4 (cuatro)

#### **Alumnos Libres**

Los alumnos que se presenten a rendir examen final en tal condición, además de cumplir con la totalidad de los contenidos tanto teóricos como prácticos, deberán presentar un trabajo práctico de su elaboración sobre algunos de los siguientes temas:

- Problemáticas específicas en la clase de natación de adultos mayores
- Utilización de elementos auxiliares en la clase de natación
- La importancia de la enseñanza de la respiración en la clase de natación
- Normas de seguridad en una clase de natación que debe conocer un docente

En todos los casos, el trabajo práctico no debe ser inferior a 8 páginas en letra arial 12 interlineado doble tamaño A4 y debe contener la bibliografía completa utilizada tanto de medios gráficos como electrónicos debiendo superar obligatoriamente en volumen la enunciada en el programa. Una vez defendido y aprobado se podrá rendir el examen teórico práctico que abarcará la totalidad del programa