



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 de la Asignatura: Natación II

Anual

Cátedra: Natación

Prof. Titular:

Prof. Adjunto: Carlos Castellanos

Roberto Luis Rey

Jefe de Trabajos Prácticos: Gabriela Pinola

Claudia Casamajor

Julia Fulugonio

Graciela Areces

Hernán Castro

Ayudantes: Micaela Monzón

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

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

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 posibilidades futuras. En el marco de estas consideraciones, la presente propuesta buscará abordar el área temática correspondiente al segundo nivel de contenidos específicos.

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 - Técnica de nado pecho:

Historia.

Análisis técnico de los movimientos del nado.

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

Didáctica de la enseñanza.
Aspecto reglamentario.

II - Vueltas y partidas:

Vueltas americana, de espalda y de pecho.
Partidas desde la plataforma y desde el agua (espalda)
Análisis técnico de los movimientos.
Didáctica de la enseñanza.
Aspecto reglamentario.

III – Deportes Acuáticos:

Historia
Análisis técnico del polo acuático, clavados, nado sincronizado y aguas
abiertas
Aspectos reglamentarios

IV - Escuela de natación y orientación docente para el trabajo en la misma:

La gestión en las actividades acuáticas. Programas públicos y privados.
Organización y funcionamiento de la escuela de natación
Planificación de actividades para los distintos niveles.
La clase de Natación, sus contenidos y expectativas de logro.
Proceso de corrección de las técnicas de nado.
Prevención de accidentes. Actitud docente.
La Iniciación al entrenamiento de natación

V – Técnica de nado mariposa:

Historia.
Análisis técnico de los movimientos del nado, partida y vuelta.
Didáctica de la enseñanza.
Aspecto reglamentario.

VI- Actividades Acuáticas: Teoría y Didáctica

Para pre-post parto

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

Para bebés
Masters
3° Edad
Gimnasia Acuática
Rehabilitación
Prevención de Accidentes

VII - Técnica de las pruebas combinadas y de relevos:

Historia.

Análisis técnico de las vueltas combinadas y de la partida de relevos.

Didáctica de la enseñanza.

Aspecto reglamentario.

VIII – Manejo de las competencias, actividades y Deportes Acuáticos: Teoría y Didáctica

Deportes acuáticos teoría y didáctica.

Actividades acuáticas para jóvenes y adultos. Para poblaciones con problemáticas especiales

La iniciación al entrenamiento en natación:

Las capacidades físicas y su desarrollo en el agua. Requisitos médicos

Métodos de desarrollos principales, planificación, evaluación e iniciación en la natación deportiva en diferentes poblaciones

El Torneo de Natación: Tipos, objetivos y organización

Aspecto reglamentario. Arbitraje.

Clases abiertas, fiestas del agua, jornadas de Juegos.

4) Bibliografía General

- Maglischo, E. – Richardson K., Natación, ED. Hispano europea.
- Apuntes elaborados por la cátedra Rey Roberto, Casamajor, Claudia, Areces, Graciela.
- Reglamento de Natación.

- Bucher, Walter “1000 ejercicios y juegos de Natación y Actividades Acuáticas”, Hispano Europea
- Pinola, Gabriela; Fulugonio, Julia; Areces, Graciela; Castellanos, Carlos. “La Gestión en Natatorios y Programas Acuáticos (en edición)”
- Castellanos Carlos “Aprendizaje de Relevos” en fenonline, www.fen.org.ar
- Strnad, Raúl , Arsenio Osvaldo “Natación 1” pág. 104 a 116

Unidad III y VI:

- Vilte, E. – Gómez J., La enseñanza de la Natación, ED. Stadium
- Guerrero Luque, Rafael – Guía de las Actividades Acuáticas, Ed Stadium
- Franco, P. – Navarro, F., Habilidades acuáticas para todas las edades, ED. Hispano europea.
- Navarro, Fernando, Pedagogía de la natación, ED. Miñon.
- Bucher, Walter “1000 ejercicios y juegos de Natación y Actividades Acuáticas”, Hispano Europea
- Sanz, Martha; Sanz, Magdalena, “Tu Hijo y el Agua”, Ediciones B

Unidad V:

- Percivale Carlos, Reglamento comentado de Natación.
- FINA reglas de competencias de natación en www.rfen.es

Apoyo general de contenidos desde Internet:
www.natacionyacuaticos.blogspot.com

5) Cronograma de Actividades

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

Segundo cuatrimestre.....Unidades III (continuación) a VI.

- 1- Clase de presentación. Desarrollo y contenidos de la materia. Revisión.
- 2- Gestión en las actividades acuáticas. Detección y corrección de errores.
- 3- Detección errores en pareja. Metodología de pecho: posición del cuerpo y patada.
- 4- Metodología de pecho: patada.
- 5- Metodología de pecho: brazada.
- 6- Orientación Docente: Introducción. Diagnóstico.
- 7- Metodología de pecho: coordinación.
- 8- Metodología de las vueltas de competencia. Ejercicios correctivos.
- 9- Técnica de pecho: patada, brazada, respiración y coordinación. Aspecto reglamentario
- 10- Metodología de las vueltas de competencia. Ejercicios correctivos. Partida desde el cubo
- 11- Metodología de la partida desde el cubo y desde el agua
- 12- Orientación Docente: Planificación.
- 13- Pecho, partida y vuelta: Ejercicios correctivos.
- 14- Parcial Teórico
- 15- Parcial Práctico
- 16- Entrega de Notas

- 17- Metodología de mariposa: desplazamiento ondulatorio y patada
- 18- Orientación Docente: Evaluación.
- 19- Metodología de mariposa: brazada y respiración.
- 20- Metodología de mariposa: brazada y respiración. Coordinación.
- 21- Metodología de mariposa: coordinación y vuelta. Ejercicios correctivos.
- 22- Técnica de mariposa: patada, brazada, respiración y coordinación. Aspecto reglamentario.
- 23- Metodología de las vueltas combinadas: mariposa – espalda y pecho - crol.
- 24- Metodología de las vueltas combinadas: espalda – pecho. Partida para relevos. Over.
- 25- Parcial Práctico Mariposa. Recuperatorio de Pecho.
- 26- Over side: aproximación, toma y remolques simples.

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

- 27- Técnica y reglamento del nado combinado. Manejo de las competencias.
- 28- Parcial Teórico.
- 29- Parcial Práctico Medley y Over.
- 30- Recuperatorios Teóricos.
- 31- Recuperatorios Prácticos.
- 32- Entrega de notas. Cierre de la cursada.

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

- Clases expositivas
- Clases prácticas
- Trabajos grupales
- Proyección de videos

7) **Gestión de cátedra**

La metodología educativa de las Unidades didácticas estará orientada hacia un aprendizaje eficaz y significativo, en el que los recursos disponibles, los procedimientos a cumplir, las técnicas a aplicar y los instrumentos y recursos didácticos estarán en pos de los objetivos propuestos en cada Unidad.

El método de elección será el socio constructivo desde una pedagogía participativa, liberadora y autogestionante, humanizante, crítica, dialogal y concientizadora con el propósito de favorecer la maduración personal de los estudiantes así como también la capacidad de autoafirmación y la posibilidad de aplicar los conocimientos.

Su didáctica contemplará:

Los fundamentos o contenidos de cada unidad serán programados de lo general a lo particular conformando el *Núcleo básico* de la misma.

El abordaje será *Interdisciplinar* y *grupal* buscando la mayor heterogeneidad posible, ya que los conocimientos individuales pre-existentes en situación grupal configuran un nuevo esquema referencial que

emerge de la producción del grupo. En él, los estudiantes participarán activamente, pensarán, analizarán, cuestionarán y competirán jerarquizando el proceso metacognitivo y el docente cumplirá el rol de asistente/consultor.

Instrumental y operacionalmente los contenidos serán abordados desde lo cotidiano para que sean comprensibles y puedan dar valor de uso a las herramientas en la praxis.

Se prevé el desarrollo de actividades aúlicas y prácticas en la pileta distribuidas en 2hs una vez por semana, estimulando el desarrollo de una actitud crítica.

Se convocará y presidirá reuniones de trabajos periódicas con los docentes integrantes de la misma para tratar y valorar el desarrollo de los contenidos mínimos del programa, el proceso de enseñanza de acuerdo con los objetivos de la asignatura, las unidades didácticas y la interrelación entre teoría y práctica. La suficiencia de la carga horaria para el desarrollo de éstas y la adecuación de la bibliografía a utilizar.

8) Modalidad de cursado

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

9) Evaluaciones

Unidades I y II evaluadas al finalizar el primer cuatrimestre

De ejecución práctica: Nado técnico de pecho sobre 100 m.
Ejecución de vueltas y partidas.

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

Examen escrito de las unidades teóricas mencionadas.

Elaboración de un trabajo práctico grupal

Unidades III a VII evaluadas al finalizar el segundo cuatrimestre

De ejecución práctica: Nado técnico sobre 50 m mariposa.
Nado técnico de Over sobre 25 metros.
Ejecución de las vueltas combinadas.

Examen escrito de las unidades teóricas mencionadas.

Elaboración de un trabajo práctico grupal

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 y el trabajo práctico aprobado.

Con derecho a examen final parciales aprobados entre 4(cuatro) y 6 (seis) puntos y el trabajo práctico presentado.

Reprobado con promedio inferior a 4 (cuatro) o la no presentación del trabajo práctico.

Alumnos Libres

Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales

Diseño de los Programas de Estudio

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:

- Planificación de la enseñanza: diagnóstico, desarrollo de expectativas de logro y contenidos durante un año para:

- alumnos principiantes de 10 años de edad.

- alumnos principiantes y con temor al agua.