

# Guía Docente

## DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Rama de Conocimiento: Ciencias de la Salud

Facultad/Escuela: Ciencias de la Salud

Asignatura: Fundamentos e Iniciación Deportiva de los Deportes Individuales y su Didáctica:  
Natación

Tipo: Obligatoria

Créditos ECTS: 4,50

Curso: 1

Código: 4013

Periodo docente: Primer semestre

Materia: Fundamentos de los Deportes

Módulo: Formación Específica

Tipo de enseñanza: Presencial

Idioma: Castellano

Total de horas de dedicación del alumno: 112,50

Equipo Docente	Correo Electrónico
Berta Moreno Heredero	b.moreno@ufv.es

## DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

En esta asignatura se conocen los fundamentos de la Natación. Para ello se hace recorrido por su historia en el tiempo, cómo es contemplada en sociedades anteriores y en la nuestra. El alumno/a recorrerá la técnica básica y sus diferentes modalidades, así como por los aspectos psicológicos. Este deporte es practicado por diferentes núcleos y edades de población, motivo por el cuál decidimos abarcarla desde el punto de vista u objetivo del practicante.

El alumno UFV deberá ser muy consciente del poder educativo del deporte, pero también del daño que puede ocasionar cuando es un deporte en el que el proceso no importa, sino los resultados, y en el que no haya un compromiso o la excelencia, la rigurosidad y la búsqueda de la calidad profesional. Un deporte irresponsable (o unas prácticas irresponsables) suelen llevar daños físicos, estructurales, fisiológicos y psicológicos. Una actividad responsable es garantía de una mejora de la calidad de vida del sujeto y de su educación integral.

## OBJETIVO

Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza - aprendizaje relativos a la Natación, atendiendo a las características individuales y contextuales de las personas.

## CONOCIMIENTOS PREVIOS

Saber desplazarse en posición ventral y dorsal en el medio acuático.

## CONTENIDOS

TEMA 1: Aspectos históricos, sociológicos y reglamento.

TEMA 2: Actividades acuáticas.

TEMA 3: Modalidades de la natación.

TEMA 4: Habilidades Específicas.

4.1 La enseñanza y sus etapas.

4.2 Estilos.

4.3 Salidas y Virajes.

TEMA 5: Planificación básica deportiva.

## ACTIVIDADES FORMATIVAS

Las actividades formativas, así como la distribución de los tiempos de trabajo, se pueden ver modificadas y adaptadas en función de los distintos escenarios establecidos siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias

En las Actividades Formativas se solicitará una alta participación activa y esfuerzo individual:

Clases expositivas.

Seminarios/Talleres/Lecturas/Mesas redondas.

Estudio teórico/práctico.

Trabajo Individual y en grupo

Evaluación.

Clases prácticas

Trabajo virtual en red.

## DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
45 horas	67,50 horas

## COMPETENCIAS

### Competencias básicas

---

### Competencias generales

Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de intervención educativa, entrenamiento deportivo y actividades físico deportivas orientadas a la salud con el fin de prevenir los riesgos derivados de la práctica deportiva inadecuada.

Promover y evaluar la formación de hábitos saludables y autónomos mediante actividad física y deporte.

Conocer, interpretar y desarrollar intervenciones mediante las manifestaciones del movimiento humano.

Conocer y actuar dentro de los principios éticos y deontológicos necesarios para el correcto desempeño profesional.

### Competencias específicas

Comprender, elaborar y saber aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, desarrollando todo el curso de la acción en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).

Analizar, identificar, diagnosticar, promover, orientar y evaluar estrategias, actuaciones y actividades que fomenten la adhesión a un estilo de vida activo y la participación y práctica regular y saludable de actividad física y deporte y ejercicio físico de forma adecuada, eficiente y segura por parte de los ciudadanos con la finalidad de mejorar su salud integral, bienestar y calidad de vida, y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico) atendiendo al género y a la diversidad.

Conocer y comprender las bases de la metodología del trabajo científico.

Conocer, elaborar y saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos, estructurales organizativos, desempeño profesional y las normativas del ejercicio profesional de los Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en cualquier sector profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte); así como ser capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar.

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Realizar una adecuada iniciación deportiva en la natación atendiendo a las diferentes edades y contextos deportivos

Detectar, evaluar y corregir los posibles errores que surjan en la técnica

Dominar el gesto técnico deportivo para realizar las oportunas correcciones en el proceso de enseñanza aprendizaje.

Página

Valorar y utilizar los recursos educativos propios de la Natación.

Aprender a realizar una planificación básica.

Aprender a ajustarse a las diferentes situaciones en el medio acuático.

Demostrar ejercicios deportivos basados en el juego limpio y la solidaridad.

Implementar análisis técnicos basado en las tecnologías.

## SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

### EVALUACIÓN:

Los exámenes serán presenciales siempre y cuando la situación lo permita

En el caso de natación la evaluación se mantendrá con los mismos pesos y apartados que en la evaluación ordinaria y alternativa.

Las conductas de plagio, así como el uso de medios ilegítimos en las pruebas de evaluación, serán sancionados conforme a lo establecido en la Normativa de Evaluación y la Normativa de Convivencia de la universidad.

Sistema de evaluación ordinario:

Según la normativa interna de la UFV, la asistencia a clase es obligatoria.

Ponderación de las distintas partes de la evaluación:

Pruebas teóricas: 25%

Pruebas prácticas: 30%

Trabajos individuales y grupales: 15%

Actividades diarias y ejercicios: 20%

Asistencia y participación del alumno en clase (teniendo en cuenta que la asistencia es obligatoria, sólo se evaluará la participación del alumno): 10%

"La asistencia a clase es obligatoria. No obstante, el simple hecho de asistir no garantiza la superación positiva de la asignatura. Se pide compromiso y participación proactiva."

Sistema alternativo de evaluación (alumnos de 2º o más matrículas, aquellos con dispensa académica, alumnos de intercambio y/o posibles escenarios de exclusividad en remoto):

Ponderación de las distintas partes de la evaluación:

Pruebas teóricas: 30%

Pruebas prácticas: 35%

Trabajos individuales y grupales: 15%

Actividades diarias y ejercicios: 20%

Para alumnos de 1º matrícula:

Se acogerán al sistema de evaluación ordinario. Será necesario obtener una calificación de 5 en todos los apartados descritos anteriormente para poder aprobar la asignatura. En el caso de suspender la asignatura en convocatoria ordinaria, para la convocatoria extraordinaria el alumno deberá someterse a las pruebas necesarias marcadas por el profesor para superar cada una de las partes suspensas, guardándose la nota de las partes aprobadas.

Para alumnos de 2º o más matrículas:

Se podrán acoger al sistema de evaluación ordinario o al sistema de evaluación alternativo, previo acuerdo con el profesor al inicio de la asignatura, y siempre que se haya cursado la asignatura de forma presencial previamente. Será necesario obtener una calificación de 5 en todos los apartados descritos anteriormente para poder aprobar la asignatura. En el caso de suspender la asignatura en convocatoria ordinaria, para la convocatoria extraordinaria el alumno deberá someterse a las pruebas necesarias marcadas por el profesor para superar cada una de las partes suspensas, guardándose la nota de las partes aprobadas

Para alumnos de Estancias de Intercambio que no tienen la asignatura convalidada:

Se acogerán al sistema alternativo de evaluación, siendo su obligación el conocimiento del mismo.

Para alumnos con Dispensa Académica:

Según normativa de la UFV, la dispensa académica supone la autorización del director de la titulación para que un alumno en 1ª matrícula se someta al sistema alternativo de evaluación. Será concedida con carácter extraordinario en aquellos casos debidamente justificados, previa solicitud del alumno a la Dirección de la titulación.

## **BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS**

### **Básica**

Arellano, R. y Navarro, F. (2010). Entrenamiento técnico de Natación. Madrid: Cultivalibros.

Cancela, J. M. y Ramírez, E.(2003). La iniciación deportiva: la natación. España: Wanceulen.

Hannula, D. y Thornton, N. (2007). Entrenamiento óptimo en natación. España: Hispano Europea.

Ramírez, F. (2009). Bases metodológicas del entrenamiento en natación. Teoría y práctica. Sevilla: Wanceulen.

Thomas, D. (2006). Guía completa de Natación. Madrid: Tutor.

Federation Internationale de Natation. Recuperado de <http://www.fina.org/>

Real Federación Española de Natación. Recuperado de <https://rfen.es/>