

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Natación y Actividades Acuáticas II
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Escuela/ Facultad	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Fisioterapia
Curso	3º
ECTS	6
Carácter	Obligatoria
Idioma/s	Español/Inglés
Modalidad	Presencial
Semestre	S5
Curso académico	26-27
Docente coordinador	Alfonso Trinidad Morales

2. PRESENTACIÓN

El ser humano no está acostumbrado al medio acuático, su hábitat natural es el medio terrestre, por lo que no se adapta al agua de forma natural. Para poder conseguirlo, necesita seguir un proceso metódico de aprendizaje para adaptarse, familiarizarse y sobrevivir en el medio acuático. Estas premisas, que se vienen trabajando desde la asignatura Natación I, sientan las bases de la asignatura de Natación II, que corresponde al segundo nivel de uno de los deportes que se pueden cursar en el grado de CAFYD.

En Natación II, se busca que alumno conozca y desarrolle de forma directa, concisa y sistemática, los aspectos técnicos que integran los cuatro estilos de nado: crol, espalda, mariposa y braza. Así, como otros aspectos vinculantes a su progresión como son la salida, los virajes y la llegada. Para ello, y dentro de cada estilo se analizarán: la posición del cuerpo, de la cabeza, la acción de los brazos, de las piernas, la respiración, coordinación cabeza-brazos, coordinación brazos-piernas y errores comunes a corregir, a través de un repertorio gráfico sobre la ejecución técnica para conseguir un correcto aprendizaje técnico.

3. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Conocimientos

CONOCIMIENTO 3. Describir actividades de prevención, adaptación y mejora del rendimiento físico-deportivo y de la salud mediante la condición física y el ejercicio físico.

- Identifica los errores fundamentales de las ejecuciones técnica en los principales estilos de nado.
- Describe la técnica y las progresiones de los virajes, las salidas y las llegadas en natación.
- Identifica los elementos básicos y el reglamento de las disciplinas de Natación Artística, Saltos y Salvamento y Socorrismos, así como los elementos técnico-tácticos del Waterpolo.

Habilidades

HABILIDAD 2. Diseñar tareas, progresiones y estrategias de ejercicio físico orientado a la salud y al rendimiento deportivo en función de las variables individuales y las condiciones del entorno.

- Diseña ejercicios adecuados a la corrección técnica de los principales estilos de nado.
- Diseña un proceso de entrenamiento técnico relativo a la natación, atendiendo a las características individuales y al proceso de Especialización de los estilos de nado.
- Adquiere a nivel práctico habilidades acuáticas específicas mediante el trabajo en equipo.

Competencias

2. Diseñar y aplicar el proceso metodológico integrado por la observación, reflexión, análisis, diagnóstico, ejecución, evaluación técnico-científica y/o difusión en diferentes contextos y en todos los sectores de intervención profesional de la actividad física y del deporte.

3. Comunicar e interactuar de forma adecuada y eficiente, en actividad física y deportiva, en contextos de intervención diversos, demostrando habilidades docentes de forma consciente, natural y continuada.

7. Diseñar y aplicar con fluidez, naturalidad, de forma consciente y continuada ejercicio físico y condición física adecuada, eficiente, sistemática, variada, basada en evidencias científicas, para el desarrollo de los procesos de adaptación y mejora o readaptación de determinadas capacidades de cada persona en relación con el movimiento humano y su optimización; con el fin de poder resolver problemas poco estructurados, de creciente complejidad e imprevisibles y con énfasis en las poblaciones de carácter especial.

37. Comunicación estratégica: Transmitir mensajes (ideas, conceptos, sentimientos, argumentos), tanto de forma oral como escrita, alineando de manera estratégica los intereses de los distintos agentes implicados en la comunicación en el entorno académico y profesional.

39. Liderazgo influyente: Influir en otros para guiarles y dirigirles hacia unos objetivos y metas concretos, tomando en consideración sus puntos de vista, especialmente en situaciones profesionales derivadas de entornos volátiles, inciertos, complejos y ambiguos (VUCA) del mundo actual.

41. Análisis crítico. Integrar el análisis con el pensamiento crítico en un proceso de evaluación de distintas ideas o posibilidades profesionales y su potencial de error, basándose en evidencias y datos objetivos que lleven a una toma de decisiones eficaz y válida.

4. CONTENIDOS

- TEMA 1. La técnica de nado.
- TEMA 2. El perfeccionamiento de la técnica en el estilo Crol/Libre.
- TEMA 3. El perfeccionamiento de la técnica en el estilo Espalda.
- TEMA 4. El perfeccionamiento de la técnica en el estilo Braza.
- TEMA 5. El perfeccionamiento de la técnica en el estilo Mariposa.
- TEMA 6. Otras disciplinas acuáticas: Natación Artística, Waterpolo, Saltos, y Salvamento y Socorrismo.

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

- Clase magistral.
- Método del caso.
- Aprendizaje cooperativo.
- Aprendizaje basado en enseñanzas de taller/laboratorio.
- Entornos de simulación.

6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

Modalidad presencial:

Actividad formativa	Número de horas
Clases magistrales	12
Clases de aplicación práctica	18
Análisis de casos	8
Trabajo autónomo	56
Debates y coloquios	8
Tutoría	12
Pruebas de evaluación presencial	2
Elaboración de informes y escritos	14
Actividades en talleres y/o laboratorios	20
TOTAL	150

7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

Modalidad presencial:

Sistema de evaluación	Peso
Prueba de evaluación presencial	40-50%
Exposiciones orales	5-10%
Caso/problema	5-15%
Evaluación del desempeño (rúbrica)	20-40%
Informes y escritos	5-10%

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

7.1. Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria el alumno deberá tener una valoración igual o superior a 5,0 en cada una de las partes que componen la asignatura. En caso contrario, al alumno se le guardará la/las parte/es superada/s.

El estudiante podrá superar la asignatura con una evaluación continua siempre y cuando el estudiante haya asistido, al menos, al 80% de las clases presenciales (*Solo se podrá faltar a dos sesiones prácticas en piscina y a cuatro sesiones teóricas*). En el caso de superar el límite de faltas el estudiante pasará directamente a evaluación extraordinaria.

Si el estudiante no participa en una práctica en piscina, se considerará como media asistencia.

7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria el estudiante deberá de tener una valoración igual o superior a 5,0 en cada una de las partes, manteniendo el mismo tipo de evaluación que en convocatoria ordinaria.

Se deben entregar las actividades no superadas en convocatoria ordinaria, tras haber recibido las correcciones correspondientes a las mismas por parte del docente, o bien aquellas que no fueron entregadas.

Por último, el alumno deberá presentar las grabaciones de las sesiones prácticas en piscina, en su rol de entrenador y nadador, en el cual se muestre de forma clara y correcta el desarrollo de la/las sesión/sesiones.

8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

Actividades evaluables	Fecha
Actividad 1. Análisis, diseño y ejecución de sesiones orientadas a la mejora del estilo crol.	Semana 2
Actividad 2. Taller práctico de Salvamento y Socorrismo	Semana 3
Actividad 3. Análisis, diseño y ejecución de sesiones orientadas a la mejora del estilo espalda.	Semana 4
Actividad 4. Taller práctico con un Entrenador de Waterpolo	Semana 5
Actividad 5. Análisis, diseño y ejecución de sesiones orientadas a la mejora del estilo braza.	Semana 6
Actividad 6. Taller práctico con una Entrenadora de Natación Artística	Semana 8
Actividad 7. Análisis, diseño y ejecución de sesiones orientadas a la mejora del estilo mariposa.	Semana 9

Actividad 8. Taller de aprendizaje relacionado con la técnica de los estilos de crol, espalda, braza, mariposa, salidas o virajes	Semana 10
Actividad 9. Taller práctico de Saltos en el Centro de Tecnificación M86.	Semana 12
Actividad 10. Coreografía vinculada con la Natación Artística	Semana 13
Actividad 11. Pregunta de investigación.	Semana 14
Actividad 12. Prueba de conocimiento.	Semana 15

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

9. BIBLIOGRAFÍA

La obra de referencia para el seguimiento de la asignatura es:

- Arellano, R (2010). Entrenamiento técnico de natación. Ed. Cultivalibros Madrid.
- Maglisco, E (2009). Natación: técnica, entrenamiento y competición. Ed. Paidotribo. Madrid.
- Blanksby, B., Nicholson, L., & Elliott, B. (2002). Swimming: Biomechanical analysis of the grab, track and handle swimming starts: an intervention study. *Sports Biomechanics*, 1(1), 11-24.
- Chollet, D. (2003) Natación deportiva : enfoque científico : bases biomecánicas, técnicas y psicológicas : aprendizaje, evaluación y corrección de las técnicas de natación Ed. INDE. Barcelona.
- De Jesus, K., Figueiredo, P., Gonçalves, P., Pereira, S., Vilas-Boas, J. P., & Fernandes, R. J. (2011). Biomechanical analysis of backstroke swimming starts. *International Journal of Sports Medicine*, 32(07), 546-551.
- Gómez Cadenas, José Manuel (2012) Enseñanza de la natación: salidas, llegadas y virajes: biomecánica, barridos, acción de piernas. Sevilla: ed. Wanceulen.
- López-Contreras, G., Morales-Ortiz, E., Mercadé Torra J., Arellano Colomina, R. (2019). Fundamentos de la enseñanza de los deportes: Natación. CopiDeporte-Servicio de Reprografía S.L. Granada
- Navarro, F., Gosálvez, M., Juárez, D (2017) Natación + . Madrid: Real Federación Española de Natación.

A continuación, se indica la bibliografía complementaria:

- Revistas Nacionales relacionadas (NSW, Comunicaciones técnicas, Apunts...)
- Revistas Internacionales (Swimmin research, BMS...)
- Bases de datos (sport discus, google academic...)

A continuación, se indica algunos enlaces recomendados con la asignatura:

- <http://www.rfen.es/publicacion/>
- <http://www.masnatacion.com/>
- <http://www.i-natacion.com/>
- <https://revistas.innovacionumh.es/index.php/investigacionactividadesacuatica/index>
- <https://www.worldaquatics.com/>
- <https://www.omegatiming.com/>
- <https://www.swimrankings.net/>

10. UNIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y DIVERSIDAD

Desde la Unidad de Orientación Educativa y Diversidad (ODI) ofrecemos acompañamiento a nuestros estudiantes a lo largo de su vida universitaria para ayudarles a alcanzar sus logros académicos. Otros de los pilares de nuestra actuación son la inclusión del estudiante con necesidades específicas de apoyo educativo, la accesibilidad universal en los distintos campus de la universidad y la equiparación de oportunidades.

Desde esta Unidad se ofrece a los estudiantes:

1. Acompañamiento y seguimiento mediante la realización de asesorías y planes personalizados a estudiantes que necesitan mejorar su rendimiento académico.
2. En materia de atención a la diversidad, se realizan ajustes curriculares no significativos, es decir, a nivel de metodología y evaluación, en aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo persiguiendo con ello una equidad de oportunidades para todos los estudiantes.
3. Ofrecemos a los estudiantes diferentes recursos formativos extracurriculares para desarrollar diversas competencias que les enriquecerán en su desarrollo personal y profesional.
4. Orientación vocacional mediante la dotación de herramientas y asesorías a estudiantes con dudas vocacionales o que creen que se han equivocado en la elección de la titulación

Los estudiantes que necesiten apoyo educativo pueden escribirnos a:

orientacioneducativa@universidadeuropea.es

11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN

¡Tu opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.