- 03 -

José C. Paz, 26 DIC 2018

VISTO:

El Estatuto de la UNIVERSIDAD NACIONAL DE JOSÉ CLEMENTE PAZ aprobado por Resolución del entonces MINISTERIO DE EDUCACIÓN Nº 584 del 17 de marzo de 2015, el REGLAMENTO DE FUNCIONAMIENTO DEL CONSEJO DEPARTAMENTAL DE CIENCIAS DE LA SALUD Y EL DEPORTE aprobado por Acta Nº 2 del citado Consejo de fecha 27 de marzo de 2018, el Expediente Nro. 427/2018, del Registro de esta UNIVERSIDAD NACIONAL DE JOSÉ CLEMENTE PAZ, y

CONSIDERANDO:

Que por el Expediente del VISTO tramita la propuesta de programa de la carrera de Profesorado Universitario en Educación Física, correspondiente a la siguiente asignatura: Natación I (502).

Que es competencia de este CONSEJO DEPARTAMENTAL aprobar y supervisar los programas curriculares de las carreras a su cargo, garantizando que aquellos se ajusten a los contenidos mínimos definidos en los correspondientes Planes de Estudios.

UNPAZ

Que habiendo sido puestos a consideración del CONSEJO DEPARTAMENTAL en la Sesión Nº 5, de carácter ordinaria, registrada en el Acta Nº 5 del 31 de mayo de 2018, este Cuerpo Colegiado compartió los términos y

contenidos del referido instrumento, por lo que resulta necesario aprobar el respectivo programa de la asignatura detallada.

Que la presente medida se adopta en ejercicio de las atribuciones conferidas por los artículos 77, inciso f), del Estatuto de la UNIVERSIDAD, y 1º inciso d) y 7º, inciso c), del Reglamento de Funcionamiento de este Consejo Departamental.

Por ello,

EL CONSEJO DEPARTAMENTAL

DE CIENCIAS DE LA SALUD Y EL DEPORTE

DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE JOSÉ CLEMENTE PAZ

DISPONE:

ARTÍCULO 1°.- Apruébase el programa de la carrera de Profesorado Universitario en Educación Física, que se adjunta como Anexo a la presente, correspondiente a la siguiente asignatura: Natación I (502).

UNPAZ

ARTÍCULO 2°.-Establécese que el programa aprobado precedentemente, tendrá DOS (2) años de vigencia, contados a partir del semestre siguiente al de su aprobación.

ARTÍCULO 3°.-Regístrese, comuníquese, publíquese en el Boletín Oficial de la UNIVERSIDAD NACIONAL DE JOSÉ CLEMENTE PAZ y cumplido, archívese.

Lic. Santiago Monaco
Director de Coordinación
de Órganos de Gobierno
Secretaría general UNPAZ

DR. LEONEL DAMIÁN TESLER
Director del Departamento de Ciencias de la Salud y el Deporte
Universidad Nacional de José C. Paz

03

Departamento: Ciencias de la Salud y Deporte		
Carrera: Profesorado Universitario de Educación Física	Código	502
Programa de (la asignatura/ del seminario/ del taller): **Natación 1**	Código	

	Clases teóricas	Clases prácticas	Otras (trabajo de campo, laboratorio, etc.)
Horas de clase semanales	2	2	
Horas de clase totales			

Docentes	
Docente responsable: Pascualini Pablo	Categoría docente: Adjunto

Espacios curriculares correlativos precedentes

Aprobadas	Código de Mat.	Cursadas	Código de Mat.
No corresponde	-	No corresponde	-

UNPAZ

Contenidos mínimos por plan de estudio (los mismos están desglosados en las unidades)

NATACIÓN 1

Principios en Natación. Flotación, respiración relajación propulsión. Proceso de Ambientación y domino del medio acuático. Los juegos en el proceso de ambientación. El proceso metodológico de la ambientación. La ambientación en los distintos niveles. Técnicas de nado. Descripción y ejecución. Errores. Proceso metodológico. Instrumentación y ejecución del proceso metodológico. Conducción del aprendizaje en el natatorio. Normas de seguridad. Conductas Motrices Acuáticas. Soporte investigador. Cómo son las conductas motrices acuáticas.

Implicaciones para el desarrollo motor. Educación Física en el medio acuático: análisis a partir de la Ley Federal de Educación y el Diseño Curricular del G.C.B.A. Diferenciación de las variadas propuestas de actividades acuáticas. Etapas del proceso de aprendizaje. Adaptaciones a distintos niveles.

FUNDAMENTACIÓN:

*"La teoría en sí misma no transforma el mundo. Puede contribuir para su transformación, para eso tiene que salirse de sí misma y tiene que ser asimilada y reelaborada por aquellos que van a causar con sus acciones reales y efectivas esa transformación". (*Paulo Freire; 1970)

Esta frase cobra sentido, en los espacios curriculares pertenecientes a la formación de formadores en el área Educación Física, ya que en estos existen en forma distintiva, las prácticas corporales.

"La Natación" cuenta con un elemento diferenciador, ya que se desarrolla en el medio acuático, necesitando este de estrategias, diferentes y transformadoras.

Las prácticas en el medio acuático son diversas. La pérdida del temor inicial, así como el aprendizaje técnico para aprovechar los apoyos, de modo tal que estos me permitan desenvolverse esfuerzo en este medio, son los pilares fundamentales de este espacio.

"La natación se puede practicar de distintas formas, según el marco donde se desarrolle su actividad o el tipo de esfuerzo que se realice, indudablemente, lo que se necesita es el agua. Y ésta la encuentran en un pantano, en un río, en la playa o en una piscina. Con la natación puedes buscar la diversión a través del buceo, la pesca submarina, el waterpolo o por medio de formas divertidas de juegos acuáticos. Pero también puedes utilizar la natación para mejorar tu salud, nadando periódicamente, bien aprovechando el buen tiempo del verano y practicando en la playa, pantano o río, o durante todo el año en piscinas climatizadas" (Navarro; 1998)

Las prácticas acuáticas datan de mucho tiempo atrás existiendo en la historia de las civilizaciones más antiguas, registro del desarrollo de estas actividades. Los estilos de nado han ido evolucionando, en principio de forma experimental, con "nadadores" que

UNPAZ

intentaban desplazarse con menor resistencia en el agua. Poco a poco se fue profesionalizando y los medios pedagógicos modernos se diferencian, ampliamente de las antiguas prácticas.

En el trascurso de los aprendizajes, los/las estudiantes deben tener una clara idea, como menciona (Bird; 1977) *"La experiencia de los demás no debe ser el muelle dónde nos amarramos, sino el faro que indique el camino a seguir"*. Sabiendo que *"formarse en la prácticas docentes es un proceso permanente, que acompaña toda la vida profesional"* (Davini; 2015).

Por lo mencionado anteriormente, y sabiendo además, que este espacio no solo aborda contenido que brindará herramientas laborales para utilizar en espacios escolares (ya que se incluyen prácticas acuáticas en estos espacios), sino que además conforma un saber indispensable en la vida de las personas, como un medio de supervivencia y como un elemento recreativo que acerca oportunidades de desarrollo de la personalidad.

Objetivos generales y específicos

Objetivos Generales

- Que los estudiantes desarrollen las capacidades necesarias para apropiarse de diversas estrategias de enseñanza y utilizarlas en los procesos educativos prácticos en ámbitos acuáticos.
- Que los/las estudiantes conozcan las técnicas de nado en detalle y se apropien de conocimientos que les permitan desarrollar su futura actividad docente en el ámbito de la Natación, tanto en forma de educación formal y no formal.

UNPAZ

Objetivos Específicos

- Objetivo 1: Trabajar sobre la capacidad de analizar las dificultades en el aprendizaje en el medio acuático para cada nivel de desarrollo y edad, y pongan en práctica metodologías seleccionadas para un mejor desarrollo del aprendizaje de la Natación
- Objetivo 2: Que los/las estudiantes desarrollen un nivel técnico que les permita mostrar la correcta forma de nado en los estilos Crol y Espalda.

- Objetivo 3: Mejorar la capacidad física básica en el medio acuático para poder tener una mayor seguridad a la hora de ejercer la docencia en este medio.
- Objetivo 4: Que los estudiantes conozcan en detalle los conceptos teóricos básicos que fundamentan las metodologías y las formas técnicas, para poder argumentar claramente la selección de las actividades que se proponen realizar
- Objetivo 5: Aprender y perfeccionar habilidades y destrezas que le permitan mejorar las posibilidades de rendimiento motor en la práctica de actividades acuáticas

Organización de los contenidos

UNIDAD 1: **NATACIÓN COMO DEPORTE UTILITARIO**

- *Objetivos de la enseñanza de la natación.*
- *Alcances de la Natación*
- *Principios en Natación. Abordajes desde la física*
- *Del Proceso de Ambientación al domino del medio acuático, abordaje teórico.*
- *Normas de seguridad*
- *Etapas del proceso de aprendizaje*
- *Los juegos en el proceso de ambientación.*
- *El proceso metodológico de la ambientación.*
- *La ambientación en los distintos niveles.*

Unidad 2: **CONOCIMIENTO Y ADAPTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO**

- *El proceso de Adaptación al medio acuático.*
- *Flotación, respiración, relajación, propulsión, abordajes metodológicos*
- *Comprensión del proceso de respiración.*
- *Dominio de las posiciones ventrales y dorsales. Dominio de la flotación vertical. Desplazamientos. Inmersión. Métodos de ingreso al agua.*
- *Desarrollo multilateral de conductas Motrices Acuáticas y sus Implicancias para el desarrollo motor*
- *Metodología de zambullidas.*

Unidad 3: **DIDÁCTICA DEL ESTILO CRAWL**

- *Características del estilo Crawl.*
- *Vocabulario técnico de sus fases de nado. Metodología. Variantes para la enseñanza de patada, brazada y respiración. Coordinación patada-brazada. Coordinación patada-*

UNPAZ

brazada respiración.

- *Coordinación completa. Mención y Corrección de errores comunes.*
- *Driles para enseñanza y corrección de errores*
- *Vivencia práctica*

Unidad 4: **DIDÁCTICA DEL ESTILO ESPALDA**

- *Características del estilo espalda.*
- *Vocabulario técnico de sus fases de nado. Metodología. Variantes para la enseñanza de patada, brazada y respiración. Coordinación patada-brazada. Coordinación patada-brazada respiración.*
- *Coordinación completa. Mención y Corrección de errores comunes.*
- *Driles para enseñanza y corrección de errores*
- *Vivencia práctica*

Unidad 5: APLICACIÓN DE LOS CONTENIDOS EN UNA CLASE

- *Educación Física en el medio acuático: análisis a partir de la Ley Federal de Educación y el Diseño Curricular del G.C.B.A*
- *Fases de la clase.*
- *Adaptaciones de las estrategias didácticas y metodologías a distintos niveles.*
- *Transferencia del vocabulario técnico al vocabulario infantil y popular. Combinación de ejercitaciones posibles a realizarse en una clase.*
- *Actividades recreativas en el medio acuático, tanto para facilitar el aprendizaje, como para utilizar dicho aprendizaje y enriquecer la parte lúdica.*

UNPAZ

Bibliografía (obligatoria y complementaria)

Bibliografía obligatoria:

- *MAGLISCHO ERNEST NATACIÓN/ TÉCNICA, ENTRENAMIENTO Y COMPETICIÓN Editorial Paidotribo. 2009*

- *NAVARRO V. FERNANDO MANUALES PARA LA ENSEÑANZA / INICIACIÓN A LA NATACIÓN – Editorial Gymnos 1998*
- *Rivero Alejandro Power Point digital- Conocer, Adaptarse y Dominar (C.A.D)*
- *Apuntes de la asignatura. EQUIPO DOCENTE UNPAZ*

Bibliografía Complementaria:

- *Bujosa Marta. Fichero de Actividades acuáticas Básicas. Madrid: INDE 2001*
- *De Lanuza Arús Francesc y Beltrán Antonio Torres. 1060 ejercicios de natación - 10a ed., 3a reimp. - Badalona: Paidotribo, 2011*
- *Moore Juan/ Ilustrado por Enrique Demarchi Actividades de entrenamiento y aprendizaje: Recreación en el agua - Buenos Aires: Novedades Educativas, 2000*
- *Navarro Fernando, Raúl Arellano, Carlos Carnero, Moisés Gonsálvez. Natación. Comité Olímpico Español. Edición 1990*
- *Wilke/Madsen. El entrenamiento del nadador juvenil Stadium 2015*

Metodología de enseñanza- Estrategias para el aprendizaje

- Vivencia práctica de las metodologías de enseñanza y sus pasos.
- Conceptualización escrita de las metodologías analizadas
- Exposición Oral y escrita de la fundamentación teórica
- Análisis de videos
- Puesta en común de los conceptos que contienen los textos de estudio y debate.

UNPAZ

Evaluación, Requisitos para la aprobación y criterios de calificación del estudiante

Para acceder al final los alumnos deberán aprobar las dos instancias de parciales teóricos o bien sus respectivos recuperatorios, y para rendir en condición de regulares, deberán respetar para ello el régimen de regularidad dispuesto en los artículos 27 y 28 del reglamento académico.

Para acreditar y aprobar la materia en final, deberán tener aprobados todos los exámenes prácticos del año, pudiendo rendir estos inclusive en la fecha de final.

La evaluación respetará los artículos detallados en el capítulo V del reglamento académico

Los exámenes prácticos a su vez serán condición para poder rendir el final oral que permita aprobar la materia.

Modelos de Trabajos Prácticos:

- Elaboración de una Carpeta o fichero de seguimiento, que contenga:
  - ✓ Los conceptos observados y practicados durante las clases prácticas, el nombre de los/las profesores/as observados, la fecha de la clase, etc.
  - ✓ Los conceptos teóricos que apoyan las metodologías y todos los contenidos vistos en clase
- Elaboración de un trabajo de investigación en grupo sobre SEGURIDAD. Este abarca todos los requisitos legales de seguridad con los que debe contar un natatorio, la responsabilidad de los docentes, guardavidas y responsables, etc.
- Construcción de un trabajo en pequeños grupos que contenga distintos tipos de juegos acuáticos, ya sea con objetivos de enseñanza, familiarización, conocimiento y adaptación al medio, etc.

Parciales Teóricos:

- Uno por cuatrimestre con los temas que abarcan los contenidos vistos hasta el momento.

UNPAZ

Exámenes Prácticos:

<u>Primer Cuatrimestre</u>

- Dominio del cuerpo en el Agua (circuito de destrezas con recorrido de 25mts que incluye flotación y otras habilidades)
- 25 mts de nado en estilo crol con técnica específica
- 25 mts espalda con técnica específica

Segundo Cuatrimestre

- 50 mts de crol con técnica específica
- 100 mts estilo crol en forma continua

Cronograma de actividades teóricas y prácticas

Clase nº1

Unidad 1

Teórica. Presentación de la asignatura y sus docentes. Breve abordaje de los objetivos generales de la misma. Requisitos de cursada. Explicitación de modos de evaluación.

Clase nº2

Unidad 1

Teórica. Breve abordaje teórico de la historia de la natación como deporte y sus diversas utilidades. La Natación como medio de seguridad y prevención de accidentes.

Clase nº3

Teórica.

Unidad 2

Presentación de un modo de entender el aprendizaje Conocer, Adaptarse y Dominar. Conceptualización de las metodologías de enseñanza. Desarrollo del punto "Conocer", ambientación y familiarización con el medio.

Clase nº4

Unidad 2

Teórica

Conocer, Adaptarse y Dominar. Conceptualización de las metodologías de enseñanza. Desarrollo del punto "Adaptarse", La respiración en el medio acuático, adaptaciones posturales y fisiológicas en el medio acuático

Clase nº5

Teórico- Práctica

Diagnóstico de las características del grupo de estudiantes. Vivencia práctica de métodos de familiarización con el medio.

Clase nº6

Teórico- Práctica

Vivencia práctica con fundamentación teórica de las metodologías para desarrollar una mejor familiarización con el medio

UNPAZ

Clase nº7
Teórico- Práctica
Vivencia práctica con fundamentación teórica de las metodologías desarrollar habilidades que garanticen un Dominio del Cuerpo en el Agua (DCH2O), necesario para el desarrollo técnico.
Clase nº8
Teórica
Examen parcial, presencial y escrito.
<u>Unidades 2 y 3</u>
Clase nº9
Teórico- Práctica
Diagnóstico de habilidades en zona profunda (cuidado de riesgos, autocuidado, trabajo en equipo). Desarrollo de juegos con vivencia práctica de los mismos, todos ellos pertenecientes a la etapa de Ambientación al medio.
Desarrollo metodológico para la enseñanza de la patada en el estilo Crol, variantes, métodos y medios.

Clase nº10
Teórico- Práctica
Juegos presentados por estudiantes. Desarrollo metodológico para la enseñanza de la brazada Global en el estilo Crol, variantes, métodos y medios.

<u>Unidades 2, 3 y 4</u>
Clase nº11
Teórico- Práctica
Juegos presentados por estudiantes. Desarrollo metodológico para la enseñanza de la patada en el estilo espalda, variantes, métodos y medios. Repaso de patada y brazada de crol.
Clase nº12
Teórico- Práctica
Juegos presentados por estudiantes. Desarrollo metodológico para la enseñanza de la respiración lateral en el estilo crol. Iniciación hacia la coordinación del estilo crol. Práctica de la patada de espalda

Clase nº13
Teórico- Práctica
Juegos presentados por estudiantes. Metodología para la coordinación del estilo crol, correcciones, errores comunes. Práctica del circuito de habilidades

UNPAZ

Clase nº14

Desarrollo metodológico para la enseñanza de la brazada de espalda. Coordinación del estilo espalda. Nado crol con correcciones. Revisión con nota del circuito de habilidades

<u>Segunda parte</u>

Clase nº1

Práctica

Repaso de las técnicas vistas hasta el momento. Repetición para el desarrollo de la resistencia técnica

Clase nº2

Teórico-Práctica

Coordinación del estilo crol y del estilo espalda.

Clase nº3

Teórico-Práctica

Driles técnicos correctivos en el estilo crol. Explicación de las fases de la brazada. Nado estilo espalda

Clase nº4

Teórico-Práctica

Driles técnicos correctivos en el estilo crol. Desarrollo de la técnica específica. Nado estilo espalda.

Clase nº5

Teórico-Práctica

Driles técnicos correctivos en el estilo espalda. Desarrollo de la técnica específica. Nado estilo crol.

Clase nº6

Práctica

Revisión con nota del estilo crol. Desarrollo de la resistencia técnica con correcciones.

Clase nº7

Revisión con nota del estilo espalda .Desarrollo de la resistencia técnica con correcciones

Clase nº8

Práctica

Desarrollo de la resistencia para examen de 200mts. Explicación de trabajo práctico que consta de la confección de una clase.

Clase nº9

Desarrollo de la resistencia para examen de 200mts. Recuperatorio de las notas prácticas que no estén aprobadas

Clase nº10

UNPAZ

Desarrollo de la resistencia para examen de 200mts. Recuperatorio de las notas prácticas que no estén aprobadas
Clase nº11
2do parcial teórico presencial.
Clase nº12
Examen de resistencia de 200 mts y práctica general
Clase nº13
Recuperatorio de exámenes prácticos y práctica de estilos.
Clase nº14
Cierre y preparación de examen final o información sobre al promoción
***Si la cursada se diera en forma cuatrimestral, se duplicarían la cantidad de estímulos semanales pero respetando el orden de desarrollo de la programación mencionada**

Agenda de exámenes		
Clase 8 y clase 24 (sujeto a modificación) Entrega de trabajo práctico clase 16 Parciales prácticos con oportunidad de rendir todo el año		
Docentes responsables de la planificación del presente documento		
Lic. Pascualini Pablo		
Vigencia año:	2017	2018

UNPAZ