



## 1. DATOS GENERALES

<b>Asignatura:</b> RENDIMIENTO EN NATACIÓN I	<b>Código:</b> 39339
<b>Tipología:</b> OPTATIVA	<b>Créditos ECTS:</b> 4.5
<b>Grado:</b> 314 - GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE	<b>Curso académico:</b> 2018-19
<b>Centro:</b> 8 - FACULTAD CC. DEL DEPORTE DE TOLEDO	<b>Grupo(s):</b> 40
<b>Curso:</b> 4	<b>Duración:</b> Primer cuatrimestre
<b>Lengua principal de impartición:</b> Español	<b>Segunda lengua:</b> Español
<b>Uso docente de otras lenguas:</b>	<b>English Friendly:</b> N
<b>Página web:</b>	<b>Bilingüe:</b> N

Profesor: <b>FERNANDO LLOP GARCIA</b> - Grupo(s): <b>40</b>				
Edificio/Despacho	Departamento	Teléfono	Correo electrónico	Horario de tutoría
Sabatini 1,59		5520	fernando.llop@uclm.es	

## 2. REQUISITOS PREVIOS

Tener aprobada la materia de Fundamentos de los Deportes individuales II de 2º curso

## 3. JUSTIFICACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS, RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS Y CON LA PROFESIÓN

Rendimiento en Natación I es una asignatura que trata de dar un contenido fundamentalmente didáctico centrado en el proceso de interacción profesor - alumno con una intención pedagógica más dirigida al campo deportivo y de las destrezas específicas en el medio. Utilizando el ejercicio físico en el agua como medio de actividad física para conseguir las competencias necesarias para el dominio del medio acuático y los requisitos para conseguir la mayor eficacia en el rendimiento en las modalidades deportivas de natación.

Se imparte de forma optativa en cuarto curso durante el primer cuatrimestre y tiene un carácter fundamentalmente teórico-práctico. Utilizando la clase magistral mediante instrucción directa, la enseñanza recíproca y medios de autoevaluación.

La sociedad demanda un conocimiento de las técnicas de la natación para ser utilizadas desde diferentes objetivos, deportivo, competitivo, educativo, salud, recreación y ocio. Esta asignatura se centrará prioritariamente sobre el conocimiento de los estilos de natación y otras modalidades de las actividades acuáticas desde la aplicación deportiva y competitiva. También pretende el dominio de estas técnicas para ser introducidas en diferentes objetivos como salud, recreación y fundamentalmente en el marco educativo. Esta asignatura está relacionada con el itinerario de Rendimiento Deportivo y Educación Física Escolar, que están diseñados en el plan de Grado.

Esta asignatura completa desde el marco deportivo la cursada en segundo curso sobre fundamentos de los deportes individuales II y es la base de la optativa de Rendimiento en Natación II que se imparte en el segundo cuatrimestre del cuarto curso. También completa una formación en el marco deportivo unida a las asignaturas de otras modalidades deportivas.

## 4. COMPETENCIAS DE LA TITULACIÓN QUE LA ASIGNATURA CONTRIBUYE A ALCANZAR

## Competencias propias de la asignatura

Código	Descripción
A01	Desarrollar la capacidad de reunir e interpretar datos para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
A02	Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
A03	Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y del deporte en lengua inglesa y en otras lenguas
A06	Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo, independientemente del sexo, credo, raza y discapacidad.
A08	Comprender y utilizar manuales comunes, así como artículos y, en general, bibliografía puntera en materias vinculadas a la actividad física y el deporte, con el fin de elaborar informes o resolver problemas específicos que se les planteen.
B03	Conocer y comprender los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.
B04	Conocer y comprender los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y del deporte.
B05	Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano.
B09	Conocer y comprender los fundamentos del deporte.
B10	Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza- aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características e individuales y contextuales de las personas. Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales a los diferentes campos de la actividad física y del

B13	deporte.
B18	Elaborar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad
M1251	Aplicar las posibilidades educativas (cognitivas, motrices, técnicas y afectivo-sociales) de la Educación Física en su marco de acción.
M1252	Contribuir a través de la Natación a la concienciación del alumno sobre la importancia del conocimiento y dominio del medio acuático y su uso en el ámbito deportivo.
M1253	Transferir el aprendizaje de las actividades más representativas para abrir un cauce de especialización deportiva de alto rendimiento.

## 5. OBJETIVOS O RESULTADOS DE APRENDIZAJE ESPERADOS

### Resultados de aprendizaje propios de la asignatura

Descripción

Aplicar programas específicos de natación con fines deportivos.

Conocer, distinguir y dominar las habilidades y destrezas motrices específicas de la natación.

Conocer, distinguir y dominar las habilidades y destrezas motrices específicas de natación sincronizada y saltos.

Conocer, distinguir y dominar las habilidades y destrezas motrices específicas de waterpolo

Saber aplicar los procesos de adquisición de las destrezas específicas en el medio acuático

## 6. TEMARIO

**Tema 1: Aplicación práctica y conocimientos para la enseñanza y perfeccionamiento del estilo de crol.**

**Tema 2: Aplicación práctica y conocimientos para la enseñanza y perfeccionamiento del estilo de espalda.**

**Tema 3: Aplicación práctica y conocimientos para la enseñanza y perfeccionamiento del estilo de braza.**

**Tema 4: Aplicación práctica y conocimientos para la enseñanza y perfeccionamiento del estilo de mariposa.**

**Tema 5: Aplicación práctica y conocimientos básicos para la realización de las salidas y virajes fundamentales en los diferentes estilos.**

**Tema 6: Aplicación práctica y conocimientos básicos para la enseñanza del Waterpolo.**

**Tema 7: Aplicación práctica y conocimientos elementales para la enseñanza de las modalidades de sincronizada y saltos.**

## 7. ACTIVIDADES O BLOQUES DE ACTIVIDAD Y METODOLOGÍA

Actividad formativa	Metodología	Competencias relacionadas (para títulos anteriores a RD 822/2021)	ECTS	Horas	Ev	Ob	Rec	Descripción
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL]	Método expositivo/Lección magistral	A01	0.6	15	S	N	N	Se imparten los contenidos conceptuales y se resuelven dudas sobre los diferentes temas impartidos. Mediante instrucción directa
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL]	Aprendizaje cooperativo/colaborativo	A01 A02 A03 A06 A08 B03 B04 B05 B09 B10 B13 B18 M1251 M1252 M1253	1.1	27.5	S	S	S	Puesta en práctica de los contenidos conceptuales impartidos en las sesiones presenciales teóricas, utilizando aprendizajes cooperativos y enseñanzas recíprocas.
Tutorías individuales [PRESENCIAL]	Prácticas	A01 A02 A03 A06 A08 B03 B04 B05 B09 B10 B13 B18 M1251 M1252 M1253	0.1	2.5	S	N	S	Tiempo dedicado a los alumnos que no han asimilado correctamente los contenidos prácticos de los estilos de natación
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA]	Aprendizaje cooperativo/colaborativo	A06	2.7	67.5	S	S	N	
<b>Total:</b>			<b>4.5</b>	<b>112.5</b>				
<b>Créditos totales de trabajo presencial: 1.8</b>			<b>Horas totales de trabajo presencial: 45</b>					
<b>Créditos totales de trabajo autónomo: 2.7</b>			<b>Horas totales de trabajo autónomo: 67.5</b>					

Ev: Actividad formativa evaluable

Ob: Actividad formativa de superación obligatoria

Rec: Actividad formativa recuperable

## 8. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y VALORACIONES

Sistema de evaluación	Valoraciones		Descripción
	Estudiante presencial	Estud. semipres.	
Prueba final	60.00%	0.00%	Prueba escrita donde se muestran los conocimientos adquiridos desde el marco teórico y práctico.
Valoración de la participación con aprovechamiento en clase	40.00%	0.00%	Se valorará el nivel práctico alcanzado en los cuatro estilos de natación y la participación, implicación y asistencia a las sesiones prácticas.
<b>Total:</b>	<b>100.00%</b>	<b>0.00%</b>	

### Criterios de evaluación de la convocatoria ordinaria:

Se evaluarán los conocimientos teóricos adquiridos en las explicaciones realizadas por el profesor durante las sesiones de trabajo y las ampliaciones de los apuntes efectuadas por el alumno.

El dominio de las competencias relacionadas con las sesiones prácticas serán valoradas teniendo en cuenta la asistencia y participación del alumno en las diferentes objetivos de la materia.

Los alumnos podrán ampliar el nivel de competencias alcanzado mediante cuaderno de ejercicios o trabajos dirigidos sobre alguno de los temas que componen la asignatura.

Deben ser superados con una nota igual o superior a cinco los dos apartados siguientes.

1.- Las competencias adquirida por el alumno de los conocimientos teóricos y prácticos, serán valorados mediante una prueba escrita valorada en un 55% o un 65% de la nota final. Se podrán presentar voluntariamente cuadernos y trabajos dirigidos por el profesor con un valor máximo del 10 % de la nota, siempre que sean acordados previamente con el profesor a comienzo del cuatrimestre.

2.- Las competencias asimiladas mediante las prácticas se valorarán por la realización de una prueba de cada uno de los estilos, así como, de la participación y de la asistencia del alumno en todos los contenidos. No permitiéndose más de tres faltas sin justificar. Por cada falta sin justificar se descontará 0,33 puntos. Por cada ausencia justificada se descontará 0,20 puntos. Se descontarán 0,10 puntos de la nota práctica cuando el alumno asista a clase pero no se introduzca en el agua.

La nota de este apartado será del 35 %.

**Particularidades de la convocatoria extraordinaria:**

Los alumnos de la convocatoria extraordinaria se presentarán exclusivamente a los contenidos no superados en la convocatoria ordinaria.

**Particularidades de la convocatoria especial de finalización:**

Si no se supera los criterios de evaluación en la convocatoria extraordinaria la asignatura deberá ser repetida con todos los contenidos.

9. SECUENCIA DE TRABAJO, CALENDARIO, HITOS IMPORTANTES E INVERSIÓN TEMPORAL	
No asignables a temas	
Horas	Suma horas
<b>Comentarios generales sobre la planificación:</b> Los contenidos teóricos son impartidos mediante lección magistral. Utilizando la instrucción directa. Los contenidos se ampliarán mediante la búsqueda de documentos relacionados con el tema. - los contenidos prácticos son impartidos mediante instrucción directa y aprendizaje cooperativo por el profesor y completados con un aprendizaje de enseñanza reciproca por los alumnos. También se utiliza métodos de autoevaluación.	
<b>Tema 1 (de 7): Aplicación práctica y conocimientos para la enseñanza y perfeccionamiento del estilo de crol.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	2.5
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	4.5
Tutorías individuales [PRESENCIAL][Prácticas]	.5
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	12
<b>Periodo temporal:</b> Septiembre	
<b>Tema 2 (de 7): Aplicación práctica y conocimientos para la enseñanza y perfeccionamiento del estilo de espalda.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	2.5
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	4.5
Tutorías individuales [PRESENCIAL][Prácticas]	.4
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	12
<b>Periodo temporal:</b> Octubre	
<b>Tema 3 (de 7): Aplicación práctica y conocimientos para la enseñanza y perfeccionamiento del estilo de braza.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	2.5
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	4.5
Tutorías individuales [PRESENCIAL][Prácticas]	.5
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	12
<b>Periodo temporal:</b> Octubre	
<b>Tema 4 (de 7): Aplicación práctica y conocimientos para la enseñanza y perfeccionamiento del estilo de mariposa.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	2.5
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	4.5
Tutorías individuales [PRESENCIAL][Prácticas]	.5
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	12
<b>Periodo temporal:</b> Octubre-noviembre	
<b>Tema 5 (de 7): Aplicación práctica y conocimientos básicos para la realización de las salidas y virajes fundamentales en los diferentes estilos.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	1.5
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	3
Tutorías individuales [PRESENCIAL][Prácticas]	.2
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	6.5
<b>Periodo temporal:</b> Octubre-noviembre	
<b>Tema 6 (de 7): Aplicación práctica y conocimientos básicos para la enseñanza del Waterpolo.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	1.75
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	2
Tutorías individuales [PRESENCIAL][Prácticas]	.2
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	6.5
<b>Periodo temporal:</b> Noviembre-diciembre	
<b>Tema 7 (de 7): Aplicación práctica y conocimientos elementales para la enseñanza de las modalidades de sincronizada y saltos.</b>	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	1.75
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	4.5
Tutorías individuales [PRESENCIAL][Prácticas]	.2
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	6.5
<b>Periodo temporal:</b> Diciembre	

Actividad global	
<b>Actividades formativas</b>	<b>Suma horas</b>
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	15
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	27.5
Tutorías individuales [PRESENCIAL][Prácticas]	2.5
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Aprendizaje cooperativo/colaborativo]	67.5
<b>Total horas: 112.5</b>	

10. BIBLIOGRAFÍA, RECURSOS					
Autor/es	Título/Enlace Web	Editorial	Población	ISBN	Año Descripción
Bucher, W.	1000 ejercicios y juegos de natación y actividades acuáticas: natación, buceo, natación sincronizada, salvamento, waterpolo, saltos	Hispano Europea	Barcelona		2006
Bucher, W.	1000 ejercicios y juegos de natación y actividades asiáticas	Hispano Europea	Barcelona		1995
Camarero, S.; Tella, V.	Natación: aplicaciones teóricas y prácticas.	Promolibro.	Valencia		1997
Chollet, Didier	Natación deportiva: enfoque científico: bases biomecánicas, técnicas y psicológicas: aprendizaje, evaluación y corrección de las técnicas de natación	Inde	Barcelona		2003
Consejo Superior de Deportes	Análisis biomecánico de la técnica en natación: programa de control del deportista de alta competición. Deportes	Superior de	Madrid		2002
Evans, Janet	Manual de natación total: entrenamiento olímpico para mejorar la condición física y alcanzar el máximo rendimiento.	Tutor	Madrid		2009
Francisco Camiña Fernández	Tratado de natación: del perfeccionamiento al alto rendimiento.	Paidotribo	Badalona		2008
Llana, S. y Pérez, P	Natación y actividades acuáticas.	Marfil	Alcoy		2007
Lloret, M.	Waterpolo	Gymnos	Madrid		1998
Maglischo, Ernest W.	Natación: técnica, entrenamiento y competición.	Paidotribo	Badalona		2009
Navarro, F.	Hacia el dominio de la natación.	Gymnos	Madrid.		1995
Thomas, David	Guía completa de natación: programas progresivos, paso a paso, desde la iniciación hasta los niveles avanzados para todas las edades	Tutor	Madrid		2006