

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Natación y actividades acuáticas II
Titulación	CAFYD
Escuela/ Facultad	Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y fisioterapia
Curso	Tercero
ECTS	6 ECTS
Carácter	Optativa
Idioma/s	Castellano
Modalidad	Presencial
Semestre	Primer semestre
Curso académico	2020/2021
Docente coordinador	Germán Díaz Ureña

2. PRESENTACIÓN

Este programa corresponde al segundo nivel de uno de los 12 deportes que pueden cursar en el grado de CAFYD.

Esta asignatura trata de dar un contenido teórico- práctico 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 acuático y a la utilización del ejercicio físico en el agua como medio de actividad física para la salud y posibilidades terapéuticas

3. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Competencias básicas:

- CB2: Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.
- CB3: Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
- CB4: Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
- CB5: Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

Competencias transversales:

- CT1: Aprendizaje Autónomo: Habilidad para elegir las estrategias, las herramientas y los momentos que considere más efectivos para aprender y poner en práctica de manera independiente lo que ha aprendido.

- CT4: Capacidad de análisis y síntesis: ser capaz de descomponer situaciones complejas en sus partes constituyentes; también evaluar otras alternativas y perspectivas para encontrar soluciones óptimas. La síntesis busca reducir la complejidad con el fin de entenderla mejor y/o resolver problemas.
- CT11: Planificación y gestión del tiempo: Capacidad para establecer unos objetivos y elegir los medios para alcanzar dichos objetivos usando el tiempo y los recursos de una forma efectiva.

Competencias específicas:

- CE2: Capacidad para transmitir actitudes y valores en la práctica profesional en todos los ámbitos de la actividad física y del deporte, participando en la mejora de la sociedad.
- CE4: Capacidad para analizar y aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales a los diferentes campos de la actividad física, el deporte y la recreación.
- CE5: Capacidad para identificar prácticas inadecuadas que supongan riesgo para la salud, con el fin de evitarlas y corregirlas en los diferentes tipos de población.
- CE6: Capacidad para evaluar el nivel de condición física y habilidad motriz prescribiendo y programando ejercicios físicos orientados a la salud en las diferentes edades.
- CE7: Capacidad para promover y evaluar hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deporte orientados a la salud.
- CE8: Capacidad para diseñar, planificar, organizar, ejecutar y evaluar programas de actividades deportivas y recreativas de carácter continuado y/o eventual, atendiendo a todos aquellos factores que condicionan su desarrollo en los diferentes contextos profesionales, sociales y económicos.

Resultados de aprendizaje:

- RA1: Diseño de un proceso de entrenamiento técnico relativo a la natación atendiendo a las características individuales y asumiendo los principios específicos del deporte de la natación.
- RA2: Diseño y elaboración de sesiones orientadas a la natación y al proceso de tecnificación en natación.
- RA3: Diseño de programas de tecnificación del entrenamiento en natación.
- RA4: Diseño y elaboración de sesiones orientadas a las actividades acuáticas orientadas a la salud en función de las características individuales de las personas participantes
- RA5: Diseño de programas de entrenamiento de actividades acuáticas orientadas a la salud

En la tabla inferior se muestra la relación entre las competencias que se desarrollan en la asignatura y los resultados de aprendizaje que se persiguen:

Competencias	Resultados de aprendizaje
CB2, CB3, CB4, CB5, CT1, CT4, CT11, CE2, CE4, CE5, CE8	RA1, RA2 y RA3
CB2, CB3, CB4, CB5, CT1, CT11, CE2, CE4, CE5, CE6, CE7	RA4 y RA5

4. CONTENIDOS

Tema 1.- La técnica. Entrenamiento de la técnica
 Tema 2.- El crol
 Tema 3.- La espalda
 Tema 4.- La braza
 Tema 5.- La mariposa
 Tema 6.- Actividades acuáticas enfocadas para la salud

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 autónomo.
- Aprendizaje basado en problemas.

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
Lecciones magistrales	20
Debates y coloquios	10
Análisis y resolución de casos prácticos	60
Actividades en talleres y/o laboratorios	60
TOTAL	150

7. EVALUACIÓN

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

Sistema de evaluación	Peso
Prueba de conocimiento	20-40%
Informes y escritos	20-40%
Caso/problema	20-40%

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 deberás alcanzar una puntuación igual o superior a 5 en todas las partes de la asignatura

7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria deberás alcanzar una puntuación igual o superior a 5 en todas las partes de la asignatura

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 7
Actividad 2. Análisis, diseño y ejecución de sesiones orientadas a la mejora del estilo espalda	Semana 10
Actividad 3. Análisis, diseño y ejecución de sesiones orientadas a la mejora del estilo braza	Semana 13
Actividad 4. Análisis, diseño y ejecución de sesiones orientadas a la mejora del estilo mariposa	Semana 16
Actividad 5. Elaboración de informe de actividades orientadas a la salud	Semana 18

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:

Navarro, F; Díaz-Ureña, G; González Vega, M (2012). Cómo nadar bien. Ed. Editec@red. Madrid

A continuación, se indica bibliografía recomendada:

- Arellano, R (2010). Entrenamiento técnico de natación. Ed. Culturalibros Madrid
- Maglisco, E (2009). Natación: técnica, entrenamiento y competición. Ed. Paidotribo. Madrid
- Lloret, M (2007). Natación terapéutica. 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.
- 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.
- Chollet, D., Chabies, S., & Chatard, J. C. (2000). A new index of coordination for the crawl: description and usefulness. *International Journal of Sports Medicine*, 21(01), 54-59.
- Takagi, H., Sugimoto, S., Nishijima, N., & Wilson, B. (2004). Swimming: Differences in stroke phases, arm-leg coordination and velocity fluctuation due to event, gender and performance level in breaststroke. *Sports Biomechanics*, 3(1), 15-27.
- Leblanc, H., Seifert, L., Baudry, L., & Chollet, D. (2005). Arm-leg coordination in flat breaststroke: a comparative study between elite and non-elite swimmers. *International Journal of Sports Medicine*, 26(09), 787-797.
- Seifert, L., Leblanc, H., Chollet, D., & Delignières, D. (2010). Inter-limb coordination in swimming: effect of speed and skill level. *Human Movement Science*, 29(1), 103-113.
- Hayden, J. A., Van Tulder, M. W., & Tomlinson, G. (2005). Systematic review: strategies for using exercise therapy to improve outcomes in chronic low back pain. *Annals of internal medicine*, 142(9), 776-785.

10. UNIDAD DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo:

Las adaptaciones o ajustes curriculares para estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo, a fin de garantizar la equidad de oportunidades, serán pautadas por la Unidad de Atención a la Diversidad (UAD).

Será requisito imprescindible la emisión de un informe de adaptaciones/ajustes curriculares por parte de dicha Unidad, por lo que los estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo deberán contactar a través de: unidad.diversidad@universidadeuropea.es al comienzo de cada semestre.

11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN

¡Tú 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.