

FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
Nombre completo	Fundamentos de los deportes individuales y su didáctica I
Código	E000007248
Título	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel	Reglada Grado Europeo
Cuatrimestre	Anual
Créditos	6,0 ECTS
Carácter	Obligatoria (Grado)
Departamento / Área	Centro de Enseñanza Superior Alberta Giménez (CESAG) Departamento de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Responsable	Dra. María Teresa García Gutiérrez
Horario de tutorías	Solicitar por correo electrónico

Datos del profesorado	
Profesor	
Nombre	María Teresa García Gutiérrez
Departamento / Área	Departamento de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Despacho	mtgarcia@cesag.org Despacho 1
Correo electrónico	mtgarcia@cesag.comillas.edu

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
Aportación al perfil profesional de la titulación
<p>En la presente asignatura se desarrollarán los conocimientos y prácticas necesarias para que el alumno adquiera las competencias y capacidades necesarias para llevar a cabo sesiones individuales y colectivas sobre el deporte de la natación y otras actividades acuáticas. Esta asignatura es fundamental en la formación de los profesionales de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. El objetivo final de la asignatura es dotar al alumnado de los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para elaborar sesiones de actividades acuáticas con diferentes grupos poblacionales y objetivos, de forma segura y eficaz.</p> <p>El profesional de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte debe ser capaz de desarrollar competencias que le permitan evaluar, analizar, planificar, llevar a cabo y volver a analizar programaciones deportivas para diferentes colectivos dentro de los ámbitos de educación, salud, rendimiento y gestión deportiva, siendo los deportes individuales y en concreto la natación uno de las principales disciplinas.</p>

Prerequisitos

Son necesarios conocimientos y habilidades de flotación en el medio acuático.

Son necesarios conocimientos de anatomía, fisiología, desarrollo motor, bases educativas y fundamentos de iniciación deportiva.

Competencias - Objetivos

Competencias

GENERALES

CG03	Capacidad de organización y planificación en su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva
CG05	Capacidad para comunicarse de forma oral y escrita correctamente en el desempeño de su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva
CG08	Capacidad para aprender a tomar decisiones de forma autónoma y fundamentada sobre problemas profesionales del ámbito de la Actividad Física y Deportiva
CG11	Capacidad para desarrollar su profesión con rigor y calidad en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva

ESPECÍFICAS

CE06	Conocer y comprender los fundamentos del deporte
CE12	Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deportiva entre los distintos perfiles de población
CE15	Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, en los diferentes ámbitos de la actividad física y deportiva

BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

Contenidos – Bloques Temáticos

Bloques temáticos

Bloque temático I. Conceptos generales del medio acuático. La natación educativa y recreativa.

Bloque temático II. Análisis de la técnica de la natación competitiva.

Bloque temático III. Perfeccionamiento y planificación de la natación competitiva.

Bloque temático IV. Iniciación a otras disciplinas acuáticas. Adaptaciones a diferentes practicantes.

Bloque temático V. Iniciación al ciclismo. Conceptos generales.

Objetivos/Resultados de aprendizaje

- OR1. Recordar los conceptos básicos de la actividad física en el medio acuático.
- OR2. Comprender las diferencias de los diferentes estilos competitivos y diferentes disciplinas acuáticas.
- OR3. Aplicar los conocimientos a la planificación de actividades acuáticas.
- OR4. Analizar diferentes disciplinas acuáticas, analizar diferentes practicantes en el medio acuático.
- OR5. Evaluar la información procedente de recursos de investigación en actividades acuáticas.

METODOLOGÍA DOCENTE

Aspectos metodológicos generales de la asignatura

Metodología Presencial: Actividades

- Lectura y comprensión de bibliografía
- Prácticas, seminarios y talleres
- Actividad evaluativa

Metodología No presencial: Actividades

- Estudio de contenidos teórico-prácticos.
- Preparación de trabajos.
- Preparación de actividades teórico-prácticas.
- Preparación actividades de evaluación.
- Realización, exposición y evaluación de trabajos individuales y grupales.

RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

HORAS PRESENCIALES			
Lecciones magistrales	Actividades físicas y deportivas en instalaciones deportivas o espacios naturales		
6.70	53.30		
HORAS NO PRESENCIALES			
Actividades prácticas: Ejercicios y/o casos prácticos/resolución de problemas	Trabajos individuales	Trabajos grupales	Estudio personal y documentación



28.40

33.30

33.30

25.00

CRÉDITOS ECTS: 6,0 (180,00 horas)

EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Actividades de evaluación	Criterios de evaluación	Peso
Examen teórico 30% de la calificación total. Examen práctico 20% de la calificación total.	Mínima nota de 5 sobre 10 en todas las partes. El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria.	50 %
Asistencia y realización de las prácticas 10% de la calificación total. Realización y entrega trabajos individuales 20% de la calificación total.	Mínima nota de 5 sobre 10 en todas las partes. El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria.	30 %
Trabajo individual/grupal 20% de la calificación total.	Mínima nota de 5 sobre 10 en todas las partes. El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria.	20 %

Calificaciones

Según se recoge en la actual Normativa del CESAG y en particular en el Punto 2 del Artículo 15 del Capítulo IV Evaluación:

La asistencia a clase y a las actividades docentes presenciales, cuya comprobación corresponde a cada profesor, es obligatoria para todos los alumnos. La inasistencia comprobada e injustificada a más de un tercio de las horas lectivas impartidas en cada asignatura, puede tener como consecuencia la imposibilidad de presentarse a examen en la convocatoria ordinaria del mismo curso académico. En el supuesto de que se aplicara esta consecuencia, la pérdida de convocatoria se extenderá automáticamente a la convocatoria extraordinaria. A todos los efectos, se considerará pendiente de cumplimiento de la escolaridad obligatoria de la asignatura.

Es necesaria la participación activa en las sesiones prácticas salvo justificante médico oficial.

PLAN DE TRABAJO Y CRONOGRAMA

Actividades	Fecha de realización	Fecha de entrega

Bloque temático I	Semana 1-6	
Bloque temático II	Semana 7-12	
Bloque temático III	Semana 14-18	
Bloque temático IV	Semana 19-26	
Bloque temático V	Semana 27-30	

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

Bibliografía Básica

- Caldentey, MA. (1999). La natación y el cuidado de la espalda: método acuático correctivo MAC. Barcelona: Ed. Inde.
- Camarero, S, Tella, V. (1997). Natación: aplicaciones teóricas y prácticas. Valencia: Promolibro.
- Colado, JC. (2004). Acondicionamiento físico en el medio acuático. Paidotribo.
- Colado, JC, Moreno, JA (2001): Fitness acuático. Barcelona. Inde.
- Counsilman, JE. (2002). La natación: ciencia y técnica. Barcelona: Hispano Europea, D.L.
- Del Castillo Obeso, M. (2002). Disfruta de tu embarazo en el agua. Actividades acuáticas para la mujer gestante. Inde.
- González, CA, Sebastiani, EM. (2000). Actividades acuáticas recreativas. Barcelona: Ed. Inde.
- Jimeno, M. (2000). Columna vertebral y medio acuático. Madrid: Ed. Gymnos.

Bibliografía Complementaria

- AHR, B. (1997). Nadar con bebés y niños pequeños: ejercicios lúdicos para favorecer el movimiento precoz en el agua. Barcelona: Ed. Paidotribo.
- Bucher, W. (1995). 1000 ejercicios y juegos de natación y actividades acuáticas. Barcelona: Hispano Europea.
- Cabello, A. (1997). Natación para adultos. Madrid: Ed. Gymnos.
- Cancela, JM, Pariente, S, Camiña, F, Lorenzo, R. (2008) Tratado de Natación, de la Iniciación al Perfeccionamiento. Barcelona: Paidotribo.
- Cancela, JM, Ramírez, E. (2003). La iniciación deportiva: la natación. Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.
- Chollet, D. (2003). Natación Deportiva. Barcelona: INDE



- Costill, DL, Maglisco, EW, Richardson, AB. (1998). Natación: aspectos biológicos y mecánicos. Técnica y entrenamiento. Tests, controles y aspectos médicos. Barcelona. Hispano Europea.
- Counsilman, J. (1992). La natación. Barcelona: Hispano Europea.
- De Lanuza, F, y Torres, A. (2000). 1060 Ejercicios y juegos de natación. Barcelona: Paidotribo
- Franco, P., Navarro, F. (1980). Natación, Habilidades acuáticas para todas las edades. Barcelona: Hispano Europea.
- García, S., (1997) Historia de la Educación Física. La educación Física entre los mexica. Madrid: Gymnos.
- Gosalvez, M, Joven, A. (1997). La natación y sus especialidades deportivas. Madrid: Ministerio Educación y Cultura.
- Guerrero Luque, R. (1995). Guía de las actividades acuáticas. Barcelona: Paidotribo.
- Haase, J. (1984). Juegos en el agua. Argentina: Stadium.
- Jardi Pinyol, C. (2000). Movernos en el agua. Barcelona: Ed. Paidotribo.
- Lloret, M, Conde, C, Fagoaga, J, Leon, C, Tricas, C. (1999). Natación terapéutica. Barcelona: Ed. Paidotribo.
- Maglisco, E. (1999). Nadar más rápido: tratado completo de natación. Barcelona: Ed. Hispano Europea.
- Martín, O. (1993). Juegos y recreación deportiva en el agua. Madrid: Gymnos.
- Moreno Murcia, JA. (2001). Juegos Acuáticos Educativos. Barcelona: INDE
- Moreno Murcia, JA, Gutiérrez Sanmartín, M. (1998). Actividades acuáticas educativas. Barcelona: INDE
- Navarro Valdivielso, F. (1995). Hacia el dominio de la natación. Madrid: Ed. Gymnos.
- Navarro, F. (1978). Pedagogía de la natación. Valladolid: Miñón.
- Navarro, F. (1996). Hacia el dominio de la natación. Madrid: Gymnos
- Navarro, F. y cols. (1990). Natación. Madrid: Comité Olímpico Español.
- Palacios, J., y cols. (2000). Salvamento acuático y primeros auxilios. Madrid: Federación Española de Salvamento y Socorrismo.
- Reischle, K. (1993). Biomecánica de la natación. Madrid. Gymnos.
- Rivas Feal, A, Navarro, F. (2001). Planificación y control del entrenamiento en natación. Gymnos, S.L
- Sanders, ME, Rippee, NE. (2001): Fitness acuático: Agua poco profunda. Madrid: Gynmos.
- Schneider, M. (2000). Aquafitness: gimnasia acuática en grupos reducidos. Barcelona: Ed. Inde.
- Soler, A, Jimeno, M. (1998). Actividades acuáticas para personas mayores. Madrid: Gymnos.
- Thomas, DG. (2006). Guía completa de natación: programas progresivos, paso a paso, desde la iniciación hasta los niveles avanzados para todas las edades. Ediciones Tutor, S.A.

Troyano, J, Viejo, A. (2000) Reglamento de Competiciones. Federación Española de Salvamento y Socorrismo.

Vazquez, J. (1999). Natación y discapacitados. Intervención en el medio acuático. Madrid: Ed. Gymnos.

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de **protección de datos de carácter personal**, le informamos y recordamos que puede consultar los aspectos relativos a privacidad y protección de datos que ha aceptado en su matrícula entrando en esta web y pulsando "descargar"

[https://servicios.upcomillas.es/sedelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792](https://servicios.upcomillas.es/sedeelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792)