

## FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

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

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

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
<b>Aportación al perfil profesional de la titulación</b>
<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 llevar a cabo sesiones de diferentes deportes y disciplinas acuáticas, siendo la natación uno de las principales disciplinas.</p>
<b>Prerrequisitos</b>

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

## Competencias - Objetivos

### Competencias

#### GENERALES

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

#### ESPECÍFICAS

<b>CE06</b>	Conocer y comprender los fundamentos del deporte
<b>CE12</b>	Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deportiva entre los distintos perfiles de población
<b>CE15</b>	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

#### Objetivos/Resultados de aprendizaje

OR1. Conocer las diferentes disciplinas acuáticas.

OR2. Aprender a diseñar y elaborar un programa de actividades en el medio acuático.

OR3. Conocer la técnica de los diferentes estilos de natación. Saber reconocer errores en la técnica y conocer las principales herramientas para corregirlos.

OR4. Saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad.

OR5. Aplicar las posibilidades educativas para la enseñanza de la natación desde diferentes niveles.

### Bloques temáticos

- Bloque temático I. Natación educativa y recreativa.
- Bloque temático II. Natación y rendimiento deportivo.
- Bloque temático III. Natación en poblaciones especiales.
- Bloque temático IV. Deportes y federaciones acuáticas.
- Bloque temático V. Precauciones y prevenciones en el ámbito acuático.

## METODOLOGÍA DOCENTE

### Aspectos metodológicos generales de la asignatura

#### Metodología Presencial: Actividades

- Lectura y comprensión de bibliografía
- Seminarios y talleres
- Actividad evaluativa

#### Metodología No presencial: Actividades

- Estudio de teoría
- Preparación de trabajos
- Preparación de sesiones
- Preparación actividades de evaluación
- Realización, exposición y evaluación de trabajos grupales

## RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

HORAS PRESENCIALES			
Lecciones magistrales	Actividades físicas y deportivas en instalaciones deportivas o espacios naturales		
10.00	50.00		
HORAS NO PRESENCIALES			
Actividades prácticas: Ejercicios y/o casos prácticos/resolución de problemas	Trabajos individuales	Trabajos grupales	Estudio personal y documentación
20.00	30.00	10.00	30.00
<b>CRÉDITOS ECTS: 6,0 (150,00 horas)</b>			



## EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Actividades de evaluación	Criterios de evaluación	Peso
Exámenes teórico/prácticos	El mínimo es el 50% de la calificación El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria	50 %
Ejercicios prácticos, resolución de problemas	El mínimo es el 50% de la calificación El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria	20 %
Trabajos individuales/grupales	El mínimo es el 50% de la calificación El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria	30 %

### 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, Maglischo, 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.
- Maglischo, 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: Gymnos.
- 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.