PROGRAMA DE NATACION 1

FUNDAMENTACIÓN

EN PRIMER LUGAR CONSIDERO TOTALMENTE INDISPENSABLE QUE LA NATACIÓN FORME PARTE DE LA CURRICULA DE ESTA CARRERA, YA QUE EN SU FUNCIÓN UTILITARIA Y TENIENDO EN CUENTA EL RIEGO QUE SE PRODUCE AL VIVIR A LA MARGEN DE UN RÍO TAN IMPORTANTE COMO ES EL PARANÁ EL CUAL EN CUALQUIER MOMENTO NOS PUEDE PONER EN LA SITUACIÓN DE QUE DEBEMOS SABER NADAR PARA SALVAR NUESTRAS VIDAS, CONSIDERANDO QUE NADAR ES UNA ACTIVIDAD FÍSICA QUE IMPLICA DESPLAZARSE EN EL AGUA MEDIANTE MOVIMIENTOS CORPORALES CON UNA TÉCNICA APROPIADA DE BAJO COSTO ENERGÉTICO Y EFICÁZ. PARA LOGRARLO SE DEBERÁ DESARROLLAR UN PROCESO METODOLÓGICO EN EL QUE ESTÉN PREVISTOS LOS PASOS DE COMPLEJIDAD CRECIENTE QUE LE PERMITAN AL SUJETO PRIMERAMENTE UNA ADAPTACIÓN AL NUEVO MEDIO, LUEGO DE EXPERIMENTAR LA SENSACIÓN DE FLOTAR Y DOMINAR EL CUERPO EN FLOTACIÓN PARA FINALMENTE ADQUIRIR EL DOMINIO DE LAS TÉCNICAS DE NADO Y PODER DESPLAZARSE EN EL AGUA POR SUS PROPIOS MEDIOS. SON NUESTROS ALUMNOS FUTUROS PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA LOS CUALES DEBERÁN SER LOS RESPONSABLES DE REALIZAR ESTE PROCESO DE ENSEÑANZA APRENDISAJE CON LOS MAYORES CONOCIMIENTOS POSIBLES.
OTRA FUNCIÓN IMPORTANTÍSIMA DE LA NATACIÓN ES LA DE MEJORAR LA SALUD DESDE PROBLEMAS BRONQUIALES HASTA TRAUMATOLÓGICOS, NUEROLÓGICOS, MOTRICES Y PSICOLÓGICOS. EN FUNCIÓN DE LO ANTES EXPUESTO DESARROLLO EL SIGUIENTE PLAN DE CLASE.

ESPECTATIVAS DE LOGRO

- LOGRAR UNA CONCIENTIZACIÓN GENERAL DE LOS ALUMNOS A CERCA DE LA IMPORTANCIA QUE TIENE EL SABER NADAR PARA PRESERVAR LA VIDA Y MEJORAR LA SALUD.
- QUE LOS ALUMNOS ENTIENDAN A LA NATACIÓN COMO UN MEDIO FUNDAMENTAL DE LA EDUCACIÓN FÍSICA.
- QUE LOS ALUMNOSVIVENCIEN Y APRENDAN TEÓRICA Y PRACTICAMENTE LA MANERA DE ENSEÑAR LAS DIFERENTES TÉCNICAS DE NADO CON UN PROFUNDO CONOCIMIENTO TEÓRICO DESDE LO FÍSICO LO PEDAGÓGICO Y LO PSICOLÓGICO.
- ADQUIRIR LOS CONOCIMIENTOS FUNDAMENTALES A CERCA DE LA NATACIÓN.
- CONOCER LOS MÉTODOS A UTILIZAR DE ACUERDO CON EL ESTADO EVOLUTIVO DE LOS ALUMNOS.

UNIDAD I

OBJETIVOS

- COMPRENDER Y RELACIONAR LOS PRINCIPIOS DE LA NATACIÓN Y SU APLICACIÓN CON LAS TÉCNICAS.
- SABER DESARROLLAR LA METODOLOGÍA FUNDAMENTANDO TEÓRICAMENTE LA TÉCNICA Y PROGRESIVIDAD DE ESTA.
- QUE SEPAN DESARROLLAR LOS CONTENIDOS DE LA AMBIENTACIÓN.
- APLICAR EJERCICIOS EN RELACIÓN A LOS ANALIZADORES.
- LUEGO EXPERIMENTAR LA SENSACIÓN DE FLOTAR Y DOMINAR EL CUERPO EN FLOTACIÓN Y FINALMENTE ADQUIRIR EL DOMINIO DE LAS TÉCNICAS DE NADO, PARA PODER DESPLAZARSE EN EL AGUA POR SUS PROPIOS MEDIOS. Y SON NUESTROS ALUMNOS, FUTUROS PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN FÍSICA LOS CUALES DEBERÁN SER LOS RESPONSABLES DE REALIZAR ESTE PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE CON LOS MEJORES CONOCIMIENTOS POSIBLES AL RESPECTO.
- OTRA FUNCIÓN IMPORTANTÍSIMA DE LA NATACIÓN ES LA DE MEJORAR LA SALUD DESDE PROBLEMAS BRONQUIALES HASTA TRAUMATOLÓGICOS, NUEROLÓGICOS, MOTRICES Y PSICOLÓGICOS. POR LO TANTO EN FUNCIÓN DE LO ANTES EXPUESTO DESARROLLASE EL PLAN DE CÁTEDRA QUE A CONTINUACIÓN DETALLO.

CONTENIDOS CONCEPTUALES

- CONCEPTO DE VIDA.
- PRINCIPIOS DE LA NATACIÓN.
- ZONAS DE DIVISIONES DE CNC Y LOS APRENDIZAJES (1-2-3) ESTÍMULOS EXTERNOS.
- AMBIENTACIÓN Y FAMILIARIZACIÓN AL MEDIO ACÚATICO.
- LEY DE EFECTO DE FORDIKE TEMPERATURA DEL AGUA, DEL AMBIENTE LÍQUIDO Y FUERZA ASENCIONAL.
- CONTENIDOS DE LA ETAPA DE AMBIENTIZACIÓN, INMERSIÓN, ENTRADA, FLOTACIÓN, DESPLAZAMIENTO Y DESLIZAMIENTO.
- COORDINAR (TÉCNICA Y METODOLOGÍA).
- EL PAPEL DE LOS ANALIZADORES EN LA INFORMACIÓN APARENTE Y REFERENTE COMO LOS ELEMENTOS ESENCIALES DE LA COORDINACIÓN EN LA MOTRICIDAD HUMANA.

UNIDAD II

OBJETIVOS

- SABER DESARROLLAR LA METODOLOGÍA DE ESPALDA FUNDAMENTANDO TEORICAMENTE LA TÉCNICA Y LA PROGRESIVIDAD DE ESTA.
- VIVENCIAR PRÁCTICAS BÁSICAS DE RESCATE Y PRIMEROS AUXILIOS.
- COMPRENDER Y APLICAR LOS PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS DE LA NATACIÓN COMO PILAR FUNDAMENTAL DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDISAJE DE ESTE MEDIO.
- APRENDER LAS REGLAS FUNDAMENTALES DE LOS ESTILOS CROL Y ESPALDA.
- ADQUIRIR NOCIONES BÁSICAS ACERCA DE LA RECREACIÓN ACÚATICA.

CONTENIDOS CONCEPTUALES

- TÉCNICA Y METODOLOGÍA DE ESPALDA.
- PRIMEROS AUXILIOS DENTRO Y FUERA DEL AGUA.
- PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS DE LA NATACIÓN.
- ADAPTACIÓN.
- LA TÉCNICA EN EL PROCESO DEPORTIVO.
- REGLAMENTO DEL CROL Y ESPALDA.
- RECREACIÓN ACÚATICA.

UNIDAD III

OBJETIVOS

- CONOCER LOS CONTENIDOS A DESARROLLAR DE ACUERDO A LA EDAD Y AL ESTADO AUDITIVO, COMO ASÍ TAMBIÉN A LA EXPERIENCIA MOTRIZ DE LOS ALUMNOS Y LA TÉCNICA DE APRENDIZAJE A ABORDAR.
- ADQUIRIR ELEMENTOS TEÓRICOS PRÁCTICOS PARA TRABAJAR ANTE CASOS DIFÍCILES.
- APRENDER A PLANIFICAR UNA SEMANA Y UNA SESIÓN DE CLASE DE NATACIÓN.
- ADQUIRIR NOCIONES BÁSICAS SOBRE LA ORGANIZACIÓN DE UNA ESCUELA DE VERANO.

CONTENIDOS CONCEPTUALES

- NATACIÓN PARA LOS MÁS PEQUEÑOS. TÉCNICA DE ENSEÑANZA: INDAGACIÓN, BUSQUEDA, DESCUBRIMIENTO GUIADO, RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS. CASOS DIFÍLES. PLANIFICACIÓN DE UN MICROCICLO DE SESIÓN.
- ESCUELA DE VERANO, ORGANIZACIÓN. NATACIÓN PARA LOS ADULTOS TERCERA EDAD.

CONTENIDOS PROCEDIMENTALES

- QUE LOS ALUMNOS COMPRENDAN LOS PRINCIPIOS DE LA NATACIÓN COMO BASE FUNDAMENTAL DE CUALQUIER ACTIVIDAD DENTRO DEL AGUA.
- APRENDER A EJECUTAR Y A ENSEÑAR LA TÉCNICA DE LOS ESTILOS CROLL Y ESPALDA CON LA METODOLOGÍA CORRESPONDIENTE.
- COMPRENDER EL PAPEL DE LOS ANALIZADORES COMO HERRAMIENTA FUNDAMENTAL PARA LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS MOTRICES.
- QUE LOS ALUMNOS COMPRENDAN LOS PRINCIPIOS PEDAGÓGICOS DE LA NATACIÓN PARA OBTENER EL ORDEN NECESARIO A LA HORA DE EMPRENDER UN PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDISAJE EN ESTE DEPORTE.
- DIFERENCIAR LOS CONTENIDOS A DESARROLLAR DE ACUEDO A LAS EDADES Y A LA EXPERIENCIA MOTRÍZ DE LOS ALUMNOS EMPLEANDO EL MÉTODO ADECUADO.
- COMPRENDER Y DESARROLLAR LOS CONTENIDOS DE LA ETAPA DE AMBIENTACIÓN Y SU SECUENCIA Y FUNCIÓN DENTRO DE LOS ESTILOS.
- PLANIFICAR MICROCICLOS Y SECIONES.
- CONOCER LA ORGANIZACIÓN DE UNA ESCUELA DE VERANO.

ACTITUDINALES

- ADQUIRIR HÁBITOS DE ESTUDIO Y PRÁCTICA.
- ESFORZARSE POR SOLUCIONAR LOS PROBLEMAS DE APRENDISAJE PLANTEADOS YA SEAN TEÓRICOS O PRÁCTICOS.
- PARTICIPAR ACTIVAMENTE EN CLASES.
- COLABORAR CON SUS PARES.
- SER CONCIENTES DEL PAPEL A DESEMPEÑAR COMO FUTUROS PROFESIONALES DE LA EDUCACIÓN.
- COOPERAR CON EL BUEN FUNCIONAMIENTO DE LA CÁTEDRA.

METODLOGÍA

- ASIGNACIÓN DE TARÉAS, DESCUBRIMIENTO GUIADO, COMANDO DIRECTO. RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS.

EVALUACIÓN

TEÓRICO PRÁCTICO

TENIENDO DOS PARCIALES TEÓRICOS UNO POR CADA UNIDAD DIDÁCTICA Y UN RECUPERATORIO DE LO NO APROBADO DESPUÉS DEL TERCERPARCIAL.
DOS PARCIALES PRÁCTICOS UNO DE CROL Y OTRO DE ESPALDA CON UN RECUPERATORIO AL FINAL DE LO NO APROBADO.
LA CÁTEDRA NO ACEPTA ALUMNOS LIBRES SI VOCACIONALES.

PROMOCIÓN DIRECTA

- 85% DE AISITENCIAS.
- TOTAL DE TRABAJOS PRÁCTICOS APROBADOS.
- TOTAL DE PARCIALES APROBADOS CON SIETE O MÁS DE SIETE.
- COLOQUIO FINAL: SE TOMARÁ ANTES DE FINALIZAR EL CICLO.

REGULARIDAD

- 75% DE ASISTENCIAS.
- TOTAL DE TRABAJOS PRÁCTICOS APROBADOS.
- PARCIALES APROBADOS CON SEIS O MÁS DE SEIS.
- PARA LOS ALUMNOS QUE PRESENTEN CERTIFICADO LABORAL Y UN PARCIAL TEÓRICO APROBADO Y UN TRABAJO PRÁCTICO APROBADO.
- EN LAS CLASES PRÁCTICAS SE PODRÁN TENER SOLO TRES (SIN ACTIVIDAD FÍSICA) A PARTIR DE LA CUARTA, CORESPONDE INASISTENCIA.

INTERDICIPLINARIEDAD

- EL PAPEL DE LOS ANALIZADORES CON PSICOLOGÍA Y BASQUET.
- TÉCNICAS DE APRENDISAJE CON CURRICULO.

BIBLIOGRAFÍA

- ALARCON NORBERTO “NADANDO” HOMO SAPIENS 2005.
- DIPLOMATURA EN NATACIÓN MÓDULOS 1-2 Y 3 GRUPO 757 UNI.CAT. DE LA PLATA.
- APUNTES DE CÁTEDRA “NATACIÓN ALTO RENDIMIENTO” ISEF Nº 11.
- NAVARRO FERNANDO “PEDAGOGÍA DE LA NATACIÓN”.