



INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE N° 186

CARRERA: Profesorado de Educación Física

MATERIA/PERSPECTIVA: Didáctica de las Prácticas Acuáticas

CARGA HORARIA: 2hs

CURSO: 1°

CICLO LECTIVO: 2019

PROFESOR/A: Gustavo Leiva



PROGRAMA

UNIDAD N° 1

La natación como practica socio-cultural. Diferentes manifestaciones de las prácticas acuáticas. Principios físicos y mecánicos aplicados a la técnica de nado. Historia de las técnicas de nado. Reglamento. La escuela de natación, niveles, clases evaluaciones técnicas y de rendimiento, auto evaluaciones.

BIBLIOGRAFÍA

- Arsenio. Sornad, (1990) "Natación 1" - Fundación Natación y Vida
- F. Navarro (1990) "Hacia el Dominio de la Natación" - Ed. Gymos

UNIDAD N° 2

Ambientación e iniciación de formas de nado. El proceso de adaptación al medio acuático, objetivos, ambientación según la edad. Los juegos acuáticos Ejercicios de locomoción inmersión, saltos, zambullidas, respiración y flotación. Enseñanza de una técnica en forma global para su iniciación.

BIBLIOGRAFÍA

- Navarro F, (1995) "Iniciación a la natación"- Ed. Gymos
- Moreno-Gutierrez, (1998) "Bases metodológicas para el aprendizaje de actividades acuáticas"-Barcelona
- Jardi (2006)"Movernos en el agua"-Paidotribo

UNIDAD N°3

La didáctica de la natación. Normas básicas de prevención y seguridad. Didáctica de las formas de nado: procesos de construcción metodológica. Técnica y metodología de crol, movimientos de brazos, piernas, respiración. Partidas y vueltas de la técnica crol. Detección y corrección de errores.

BIBLIOGRAFIA

- Arsenio. Sornad, (1990) "Natación 1"- Fundación Natación y Vida
- Arsenio. Sornad, (1990) "Natación 2"- Fundación Natación y Vida

UNIDAD N°4

Desempeño de rol en diferentes ámbitos y contextos. Técnica y metodología de espalda, movimientos de brazos, piernas, respiración. Partidas y vueltas de la técnica espalda. Detección y corrección de errores.



BIBLIOGRAFIA

- Arsenio. Sornad, (1990) "Natación 2"- Fundación Natación y Vida
- Pariente-Camiña-Lorenzo (2008) "Tratado de natación del perfeccionamiento al alto rendimiento"
- Maglischo "Nadar más rápido"- Hispano Europea

