

# **INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE N° 186**

CARRERA: Profesorado de EDUCACIÓN FÍSICA

MATERIA/PERSPECTIVA: “DIDÁCTICA DE LAS PRÁCTICAS  
ACUÁTICAS”

CARGA HORARIA: 2HS

CURSO: 1º AÑO

CICLO LECTIVO: 2023

PROFESOR/A: FERNÁNDEZ OTERO JULIÁN





## PROGRAMA

### **UNIDAD Nº 1**

#### ADAPTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO

Diferentes manifestaciones de las prácticas acuáticas. Desempeño del rol en diferentes ámbitos y contextos. Los juegos acuáticos. Ambientación e iniciación de formas de nado. El proceso de adaptación en el medio acuático.

#### BIBLIOGRAFÍA.

- Moreno, J. A.; Estrade, M.; Rosa, A.; Sánchez, L.; Vicente, G. y Zomeño, T. (2000). Juegos acuáticos educativos. *NSW*, 3, *XXII*, 10-22.

- F.I.N.A. (s/año) Adaptación al medio acuático. En *Manual de referencia para la enseñanza y perfeccionamiento técnico en natación*. Extraído de: [https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep\\_sfa\\_sfl\\_manual\\_de\\_referencia\\_esp.pdf](https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep_sfa_sfl_manual_de_referencia_esp.pdf)

- Navarro Valdivieso, F. (1995) *Hacia el dominio de la natación*. Madrid: Gymnos.

### **UNIDAD 2:**

#### LA ENSEÑANZA DE LAS HABILIDADES ACUÁTICAS.

Primera infancia (6 meses – 3 años) Contenidos y progresión pedagógica de las actividades acuáticas en la primera infancia. Los estilos de enseñanza en las actividades acuáticas en la primera infancia. A partir de la segunda infancia (3 o más años). Adaptación al medio acuático y concepto de “preparación acuática”. Contenidos y progresión pedagógica de adaptación al medio acuático. Los estilos de enseñanza y la adaptación al medio acuático. Estructura de los niveles de enseñanza en escuelas de natación. Programas de actividades acuáticas.

#### BIBLIOGRAFÍA.

- Mirkin, A. y Suárez, R. (s/año) *Actividades acuáticas en escuelas y colegios*. Escuela Universitaria de Educación Física, Universidad Nacional de Tucumán.

- Moreno Murcia, J.A. y Gutiérrez Sanmartín, M. (1998). Programas de actividades acuáticas. En *Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas*. INDE Publicaciones.

- F.I.N.A. (s/año) Adaptación al medio acuático. En *Manual de referencia para la enseñanza y perfeccionamiento técnico en natación*. Extraído de: [https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep\\_sfa\\_sfl\\_manual\\_de\\_referencia\\_esp.pdf](https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep_sfa_sfl_manual_de_referencia_esp.pdf)



### **UNIDAD 3:**

#### LA ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN.

Requisitos. Fases. La natación y sus especialidades. Planteamiento utilitario, educativo escolar, competitivo, recreativo, de salud. Los contenidos en la natación: respiración, percepción y orientación, propulsión. Hidrodinámica, conceptos básicos. Tipos de natatorios. Elementos, material auxiliar. Las especialidades deportivas: natación, waterpolo, nado sincronizado, saltos. Actitudes y valores.

#### BIBLIOGRAFÍA.

- Navarro Valdivieso, F. (1995) *Hacia el dominio de la natación*. Madrid: Gymnos.
- Moreno Murcia, J.A. y Gutiérrez Sanmartín, M. (1998). Programas de actividades acuáticas. En *Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas*. INDE Publicaciones.

### **UNIDAD 4:**

#### LA NATACION:

Didáctica de las formas de nado: procesos de construcción metodológica. Técnica y metodología de estilos alternados y simultáneos. La natación como práctica socio – cultural. La didáctica de la natación. Normas básicas de prevención y seguridad. Leyes y principios físicos aplicados a la natación. Salidas y virajes.

#### BIBLIOGRAFÍA.

- F.I.N.A. (s/año) El aprendizaje y el entrenamiento técnico en actividades acuáticas. En *Manual de referencia para la enseñanza y perfeccionamiento técnico en natación*. Extraído de: [https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep\\_sfa\\_sfl\\_manual\\_de\\_referencia\\_esp.pdf](https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep_sfa_sfl_manual_de_referencia_esp.pdf)
- Maglischo, E.W. Dr. (2003) La técnica. En *Natación. Técnica, entrenamiento y competición*. Barcelona: Ed. Paidotribo.
- Maglischo, E.W. Dr. (2003) La propulsión. En *Natación. Técnica, entrenamiento y competición*. Barcelona: Ed. Paidotribo.
- F.I.N.A. (s/año) *Técnicas de nado alternadas*. En *Manual de referencia para la enseñanza y perfeccionamiento técnico en natación*. Extraído de: [https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep\\_sfa\\_sfl\\_manual\\_de\\_referencia\\_esp.pdf](https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep_sfa_sfl_manual_de_referencia_esp.pdf)
- F.I.N.A. (s/año) *Técnicas de nado simultáneas*. En *Manual de referencia para la enseñanza y perfeccionamiento técnico en natación*. Extraído de: [https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep\\_sfa\\_sfl\\_manual\\_de\\_referencia\\_esp.pdf](https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep_sfa_sfl_manual_de_referencia_esp.pdf)



- F.I.N.A. (s/año) *Técnicas de salidas y virajes. En Manual de referencia para la enseñanza y perfeccionamiento técnico en natación.* Extraído de:  
[https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep\\_sfa\\_sfl\\_manual\\_de\\_referencia\\_esp.pdf](https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep_sfa_sfl_manual_de_referencia_esp.pdf)