

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACION FISICA
"PROFESOR FEDERICO W. DICKENS"

Asignatura: NATACION

Curso: 1^a Año

Horas Semanales: 2

Profesora: Maria Cristina Clerici

Presupuesto de Tiempo: 1^a Cuatrimestre: Unidad 1 y 2

2^a Cuatrimestre: Unidad 3 y 4

Eje Organizador:

Interacción para reconocer, identificar y modificar la problemática propia y la de los otros, para de esta forma relacionar los conceptos técnicos con los prácticos, teniendo en cuenta la futura práctica docente.

Objetivos de la asignatura:

- Capacitar al alumno para el correcto desempeño de la tarea docente en los niveles pre-escolar, primario
- Desarrollar en el-ella, el sentido de responsabilidad e idoneidad, a través del conocimiento de métodos, técnicas, recursos y actividades a emplear en la enseñanza de la natación y otras disciplinas acuáticas.

UNIDAD 1:

La Natación como Punto de Partida; proceso de familiarización y dominio del medio acuático y sus opciones, niveles evolutivos desde el punto de vista motor.

UNIDAD 2:

Formas de Conducta en el Agua, desde el punto de vista de las Leyes de la Física y su aplicación en: la inmersión, los saltos, los deslizamientos, la propulsión y la respiración.

UNIDAD 3:

Presentación morfológica-funcional de la natación desde el punto de vista hidrodinámico y biológico en situaciones tales como empujes, propulsión, reducción de la resistencia, respiración, alternancia, efectividad, aprendizaje motor.

UNIDAD 4:

Técnica de Crol, partidas (grab y convencional) y vuelta. Proceso Metodológico.

Metodología y Actividades del alumno:

Trabajos prácticos y grupales

Presentación de la natación desde el punto de vista hidrodinámico y biológico en situaciones tales como empujes, propulsión, reducción de la resistencia, respiración, alternancia, efectividad, aprendizaje motor.

BIBLIOGRAFIA

- La Enseñanza de la Natación Enrique Vilte Stadium
- Natación Metodología para su enseñanza Jua C. Bird Instituto de Deportes
- Hacia el dominio de la Natación Fernando N. Valdivieso
- Reglamento de Natación
- Nadar mas Rápido D.L.Costill Hispano Europea

EVALUACION

-Evaluación escrita sobre los Contenidos del curso en dos exámenes cuatrimestrales.

-1ª Cuatrimestre:

Evaluación Motora: circuito de Dominio del Cuerpo en el agua: zambullida de cabeza, flotación vertical, flotación ventral, rol adelante, flotación dorsal, rol atrás, nado subacuático.

-2ª Cuatrimestre:

Evaluación: 200 metros Nado Crol (eliminadorio), Técnica de Crol, partida y vueltas.