

PROVINCIA DE BUENOS AIRES

DIRECCIÓN GENERAL DE CULTURA

INSTITUTO SUPERIOR DE FORMACIÓN DOCENTE Y TÉCNICA N° 209

PROFESORADO DE EDUCACIÓN FÍSICA

PRIMER AÑO: "DIDÁCTICA DE LA PRÁCTICAS ACUÁTICAS"

Silva Nancy . // 4,5 HORAS CÁTEDRAS // AÑO: 2024

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA:

De acuerdo con el modelo perfil del alumno, que la institución persigue, es el lugar para ubicar

al alumno en el rol que asume, preparándolo para actuar en la comunidad educativa y en su

incorporación al mundo del trabajo.

En el espacio para sentar redes construyendo estructuras educativas para formar a las nuevas

generaciones de maestros y profesores en el compromiso con el saber (conocimiento), el

hacer (trabajo) y el ser (valores).

PROPÓSITOS DEL DOCENTE:

1) Capacitar a los futuros docentes para la enseñanza de la natación,

2) Lograr que obtengan una formación corporal de acuerdo con las funciones profesionales que deberán desarrollar.

3) Brindarles todos los conocimientos técnicos y metodológicos necesarios para el buen

desempeño de su función.

OBJETIVOS:

Que los alumnos:

1) Enseñen a nadar correctamente.

2) Tengan mayores elementos para la enseñanza de la natación a nivel social, recreativo y

educativo.

3) Tengan una formación teórica-práctica sobre los aspectos básicos de las técnicas de natación.

EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE:

PRIMER CUATRIMESTRE: TEÒRICO: apuntes que entrega la cátedra durante el ciclo lectivo.

PRÀCTICO: un integrante de cada grupo, actuará como docente exponiendo una clase, según el contenido que le asigne el profesor de la cátedra.

SEGUNDO CAUTRIMESTRE: TEÒRICO: apuntes que entrega la cátedra durante el ciclo lectivo.

PRÀCTICO: partiendo desde adentro del agua, el alumno deberá nadar 50 metros de técnica de crol y 50 metros de técnica de espalda, con vuelta convencional.

EVALUACIÓN FINAL: TEÒRICO: apuntes que entrega la cátedra durante el ciclo lectivo.

PRÀCTICO: partiendo desde el cubo de partida (zambullida), realizar subacuático y buscar un elemento. Cuando emerge del agua, realizar flotación ventral (boca abajo), rol adelante, flotación dorsal (boca arriba), flotación vertical. Luego, se acomoda

tomándose de la pared y nadar 200 metros de la siguiente manera:

100 metros: 25 metros de técnica de crol con vuelta americana, 25 metros de técnica de

espalada con vuelta americana,

100 metros: 50 metros de técnica de crol con vuelta americana, 50 metros de técnica de

espalda con vuelta americana.

UNIDAD 1. Iniciación a la natación

CONTENIDOS:

Enseñanza de la natación en el nivel inicial, primarios, secundario, adultos, clubes.

Rol docente en la natación: diferente desempeño.

Juegos acuáticos y su didáctica.

Prevención y seguridad

Familiarización, adaptación y conquista del medio acuático.

Principios pedagógicos de las tres progresiones: flotación, respiración propulsión.

El diagnóstico.

Leyes y principios aplicados a la natación.

UNIDAD 2: Estudio de las técnicas de nado: crol- espalda

CONTENIDOS:

Posición del cuerpo, rolido (hidrodinámica).

Movimiento de brazos (recorrido aéreo y acuático), sub-partes de la propulsión.

Movimiento de piernas (recorrido ascendente y descendente).

Entrada al agua (con sus variantes).

Zambullida de cabeza.

UNIDAD 3: Aspectos metodológicos.

CONTENIDOS:

Métodos. Aplicación. Fases de la misma. Ejercitaciones para al enseñanza-aprendizaje

elemental de la técnica de crol espalda:

° Movimientos de brazos.

° Movimientos de piernas.

° Respiración.

° Coordinación.

° Vuelta convencional y americana.

UNIDAD 4: Bebes y discapacidad.

CONTENIDOS:

Rol del profesor de natación.

Tipos de discapacidades.

Recreación y juegos.

Actividades.

BIBLIOGRAFÍA GENERAL:

“Juegos para contar o cuentos para jugar” (Hugo Guinguis, Ed. Stadium, Bs. As. 2005,

Argentina).

“Los juegos de los pequeños” (Marcela Troiano, Ed. Cultura Librera-Americana, Bs. As. 2008,

Argentina).

“Serie los 1000 juegos” (Ministerio de Educación y Justicia-D.N. de Ed. Física, Deporte y

Recreación, Bs. As. 1964-1965, Argentina).

BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA:

“La natación-ciencia y técnica para la preparación de campeones” (James E. Counsilman, 3º

edición, Ed. Hispano Europea, Barcelona, España, 1978).

“Iniciación a la natación” (Fernando Navarro, Ed. Gymnis, Madrid, España, 1995).

“El entrenamiento del nadador juvenil” (Kurt Wilke, Orjan Madsen, Ed. Stadium, Bs. As, 2000,

Argentina).

“1000 ejercicios y juegos de natación y actividades acuáticas (Walter Bucher, Ed. Hispano

Europea, Barcelona 1999, España).

“Natación I, manual de enseñanza y entrenamiento formativo” (Osvaldo Arsenio, Raúl Strnd,

Inst. Bonaerense del deporte, Bs. As. 2000, Argentina).

“Natación II (Osvaldo Arsenio, Raúl Strnd, Inst. Bonaerense del deporte, Bs. As. 2000,

Argentina).

“Tu hijo y el agua, natación precoz para bebés y niños” (Martha Sanz-Magdalena Sanz, Ed.

Ediciones B, Bs. As. 2006, Argentina)