Instituto Superior de Educación Física

Nº11 “Abanderado Mariano Grandoli”

Profesorado de Educación Física – Plan Dcto. Nº696/01

DEPORTES CERRADOS Y SU DIDÁCTICA III

PLANIFICACIÓN ANUAL

Sub Espacio: Natación III

Ciclo Lectivo 2026 – 2027

Cursos: todos Los 3er años
Turno mañana, tarde y noche

DOCENTES:

Arregui, Fernando
Lizzi, Alberto
Fregiaro, Gustavo
Rivero, Natalia

MARCO REFERENCIAL

El desarrollo de este subespacio será a modo de Taller porque está orientado a la producción e instrumentación de saberes para la acción profesional.

La natación cumple, con varios los objetivos del desarrollo físico, acrecentamiento de la salud, aptitud física, adquisición de destrezas, educación del movimiento. Facilita además el conocimiento de sí mismo, proporciona sentimiento de confianza y seguridad, acrecienta el valor, educa la voluntad y perfecciona el dominio del propio cuerpo.

Es una actividad que puede practicarse durante toda la vida, puede hacerse en forma recreativa, preventiva, deportiva, competitiva y profesional.

Pero por sobre todas las cosas es un reaseguro para la salvaguarda de la vida, en un planeta en el que el setenta por ciento de su superficie está ocupada por el agua, es relevante el saber nadar.

Es también, una de las formas básicas de la actividad física, conjuntamente con el juego, el atletismo, la gimnasia, la danza, y la vida en la naturaleza. La seguridad y dominio en el agua son fuentes de alegría, de la que pueden disfrutar niños, jóvenes y adultos.

Quienes poseen capacidades diferentes no están tampoco excluidos de este deporte.

La natación no es un fin en sí misma, ya que las técnicas de salvamento la convierten en un medio de educación al servicio de los demás.

Debe facilitarse al estudiante de Educación Física la base teórica resultado de la investigación científica que habrá de convertirse en experiencia práctica, que le permita lograr que principiantes se conviertan en nadadores seguros**.**

El hombre al aprender a nadar recupera una facultad que al igual que otros seres poseía en un estado anterior de mayor unión con la naturaleza.

Durante los tres años de obligatoriedad del sub espacio se pretende:

- Por medio de la practica en la pileta que los alumnos puedan transitar experiencias motoras que lo lleven a demostrar un grado mínimo de asimilación, estabilización y aplicación funcional de la ejecución de las actuales técnicas propulsoras de la natación
- Desarrollar metodologías para que el alumno atraviese esos procesos y pueda adquirir un dominio técnico que le permita acceder a la comprensión de los procesos pedagógicos y de los objetivos didácticos involucrados en esta práctica deportiva, como bloque o eje estructurarte de la Educación Física.
- Apropiarse de las técnicas actuales de la natación, considerándolas como parte de un proceso que jamás termina, en el que tendrá permanentemente cosas que aprender y donde es posible mejorar y perfeccionar continuamente las habilidades ya incorporadas.
- Desarrollar una posibilidad motriz producida por transformaciones durables en su estructura cognitivas bio-psicológicas que permiten mejoramiento personal y a la sociedad.

PROPÓSITOS

El espacio tiene el propósito de ofrecer experiencias motrices relacionadas con las cuatro técnicas de nado, crol, espalda, pecho y mariposa. Desarrollar tareas en donde puedan experimentar asumiendo el rol docente en el análisis biomecánico, orientarlos en cómo se relacionan principios metodológicos y técnicas, para la detección de errores y la instrumentación metodológica para su corrección.

Que los estudiantes conozcan las problemáticas, acciones, precauciones y todos los aspectos organizativos de un Torneo de Natación.

Que los estudiantes tomen dimensión y conozcan sobre la organización, problemáticas y pautas generales y específicas para la organización de una Escuela de Natación.

Que los estudiantes conozcan y ejecuten las maniobras básicas de salvataje.

CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS

Descubrimiento por ensayos de los principios esenciales relacionados con la flotación, hidrodinámica, desplazamiento, resistencias y apoyos.

Facilitar el dominio de movimientos en el agua mediante el descubrimiento guiado, resolución de problemas y comando directo.

Asimismo, se considera fundamental el desarrollo de la alfabetización motriz, entendida como el proceso mediante el cual los sujetos adquieren un repertorio básico de habilidades motrices que les permite interactuar de manera eficaz, segura y autónoma con diferentes entornos, en este caso el medio acuático. En natación, esto implica no solo la apropiación de técnicas específicas, sino también la construcción de esquemas corporales, el dominio del equilibrio, la flotación, la respiración y la orientación en el agua. Desde esta perspectiva, se promoverán propuestas que favorezcan la exploración, la variabilidad de experiencias y la construcción significativa del movimiento, respetando los tiempos y características individuales de los estudiantes.

En caso que se presenten situaciones que se requieran accesibilidad se contemplaran modalidades de evaluación que tengan en cuenta la singularidad de los sujetos[1].

CONTENIDOS

Unidad 1

Jerarquización de la técnica de Crol y Espalda.

- ✓ Ejercicios de sensibilidad, contraste y equilibrio. Observación y análisis técnico. Detección de errores, determinación de causas y consecuencias en nado, partidas, giros y toques de llegada.
- ✓ Elaboración de planillas de observación y calificación a un compañero (filmar y analizar los videos).
- ✓ Diferentes aspectos metodológicos adaptados a la diversidad psico neuro motora.
- ✓ Implementación de ejercicios tendientes al mejoramiento técnico. Concepto de eficiencia de nado, longitud de brazada, frecuencia de brazada.
- ✓ Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia III); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente y Psicología del Adulto y la Tercera Edad) y

1 En el Artículo 24, la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad aborda el derecho a la educación de las personas con discapacidad. Reconoce el derecho de las personas con discapacidad a acceder a una educación inclusiva, de calidad y gratuidad en todos los niveles, incluyendo la educación superior.

con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz III), Fundamento Anátomo Fisiológico.

Unidad 2

Perfeccionamiento técnico de Pecho y Mariposa.

- ✓ Observación y análisis técnico. Detección de errores, determinación de causas y consecuencias en nado, partidas, giros y toques de llegada.
- ✓ Elaboración de planillas de observación y calificación. Implementación de ejercicios tendientes al mejoramiento técnico. Concepto de eficiencia de nado, longitud de brazada, frecuencia de brazada.
- ✓ Elaboración de planillas de observación y calificación a un compañero (filmar y analizar los videos).
- ✓ Diferentes aspectos metodológicos adaptados a la diversidad psico neuro motora.
- ✓ Implementación de ejercicios tendientes al mejoramiento técnico. Concepto de eficiencia de nado, longitud de brazada, frecuencia de brazada.
- ✓ La prueba combinada, orden, giros, sub acuáticas y toques. El relevo de los cuatro estilos, orden y toques.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia III); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente y Psicología del Adulto y la Tercera Edad) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz III), Fundamento Anátomo Fisiológico.

A estas dos unidades se les dedicará 4 clases, debiendo conformarse en las mismas las parejas pedagógicas para realizar el T.P de dictar una clase, que empezarán a dictarse en el primer cuatrimestre para continuar en el segundo.

Unidad 3

Organización de Escuelas de Natación

Distintos tipos de Escuelas de Natación. Tipos de gestión. Trazado de objetivos. Alcances. Ámbitos en particular. Organización en niveles de aprendizaje. Organigrama. Personal. Administración. Mantenimiento. Plan metodológico. Variantes.

A esta unidad se le dedicará 2 clases y al finalizar deberán entregar los alumnos un T.P. de organizar una escuela de natación.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Organización y Gestión Institucional) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz III)

Unidad 4

Natación en Adultos

Pautas generales para el trabajo con adultos. Pautas específicas para edad, nivel, objetivo y patología si las hubiere. Natación y salud. Capacidades físicas a

desarrollar por medio de la natación como aporte a la salud. Organización de jornadas competitivas, recreativas y sociales.

Diferentes aspectos metodológicos adaptados a diversidad psico neuro motora.

A esta unidad se le dedicará 3 clases (teóricas y prácticas).

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia III); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente y Psicología del Adulto y la Tercera Edad) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz III), Fundamento Anátomo Fisiológico; cabe aclarar que mucho de los contenidos se tomaran de los diferentes espacios.

Unidad 5

Organización de Torneos de Natación

Objetivos, niveles. Diferenciación de torneos, campeonatos y encuentros. Confección de planillas básicas, invitación, reglamento y programa de pruebas. Premiación, diferentes modalidades. El arbitraje, roles y funciones. Reglamento. Elementos indispensables para el desarrollo.

En este cuatrimestre se tomará todo el desempeño motriz con sus respectivos recuperatorio y un examen integrando todas las unidades.

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Organización y Gestión Institucional) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz III)

Unidad 6

Salvamento Acuático

Valorizar la importancia de una eficiente flotación del profesor de natación. Metodologías para su aprendizaje. Técnica básica para la flotación forzada. La flotación con el sostenimiento de otra persona.

Actividades básicas y fundamentales para un salvataje. (Aproximación, dominación, remolque de la víctima).

Esta unidad se relaciona con Campo de la Formación General Pedagógica (Taller de Docencia III); Campo de la Formación Especializada (Psicología y cultura del niño y el adolescente y Psicología del Adulto y la Tercera Edad) y con el Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz III), Fundamento Anátomo Fisiológico.

Esta unidad se desarrollará en 3 clases.

EVALUACIÓN

Trabajos Prácticos de Desempeño Teórico:

Organización de un encuentro, torneo o campeonato de natación. Organización de Escuelas de Natación.

Prácticas pedagógicas con sus compañeros, atendiendo a subsanar errores técnicos.

Trabajos Prácticos de Desempeño motriz:
Ejecución práctica.

- Nadar 300 mts. Crol, con la correspondiente partida y giros.
- Nadar 100 mts. Combinados, con la correspondiente partida y giros.
- Realizar flotación forzada en forma vertical, durante 2 minutos 30 segundos con la técnica correspondiente
- Salvataje: Aproximación, Dominación, Remolque utilizando alguna de las técnicas aprendidas (Menton o Banda).15mts

PARA PROMOCIONAR este Subespacio:

- 75% de asistencia.
- 100% trabajos prácticos aprobados con nota mínima 8 (ocho) ya sean de carácter teórico o de desempeño motriz.
- Aprobar Parciales teóricos con una instancia final integradora con nota mínima 8 (ocho).

PARA REGULARIZAR este subespacio:

- Debe acreditar como mínimo el 75% de asistencia anual. Entrega del 100% de los trabajos prácticos.
- Aprobar de por lo menos del 75% de los mismos. Aprobar todas las evaluaciones parciales.
- Aprobar:

- Nadar 300 mts. Crol. (Evaluado durante el primer cuatrimestre con su respectivo recuperatorio).
- Nadar 100 mts. Combinados.
- Realizar flotación forzada en forma vertical, durante 2 minutos y 30 segundos, o en el mismo tiempo manteniendo un compañero abrazado sobre hombros. (Evaluado durante el primer cuatrimestre con su respectivo recuperatorio).
- Salvataje: Aproximación, Dominación, Remolque

Deberán aprobar por lo menos una aproximación. Y una Partidas y dos giros.

<u>Alumno “semi presencial”</u>

- 40% de asistencia.
- 100% de los trabajos prácticos entregados (los teóricos) y ejecutados (los de desempeño motriz).
- 100% de los trabajos prácticos teóricos aprobados con 6(seis). Todas las instancias cuentan con recuperatorio, el que debe ser aprobado con 6(seis) o más de 6.

Aprobará el sub espacio con un examen integrador final teórico escrito u oral.
Todo alumno que no alcance la condición de Alumno Regular, se considerara ALUMNO LIBRE

Alumno libre

El alumno en condición libre deberá ajustarse a todos los contenidos que se encuentran en esta planificación.

Aprobará esta sub espacio demostrando ante un examen de desempeño motriz y teórico escrito u oral los contenidos teóricos y metodológicos del sub espacio. En cuanto a los contenidos que se exigen para acreditar en esta condición son los mismos que para los regulares. Los alumnos en condición de libre acreditan en mesa de examen con nota mínima 6 (seis).

BIBLIOGRAFÍA SUGERIDA

- Alarcón Norberto (2011). Nadando. Rosario, Argentina. Homo Sapiens Ediciones.
- Counsilman James (1995). Entrenamiento Técnico y Táctico. España. Hispano Europea.
- Diaz Kelly, Florencia. (2017). Educación Física en el Agua. Rosario, Argentina. Grupo 757 Ediciones.
- Díaz Kelly, Florencia. Gazzola, Mario (2012). Natación, Técnica, Metodología, Organización. Rosario, Argentina. Grupo 757 Ediciones.
- Jardí Pinyol Carles. Movernos en el agua. Madrid, España. Paidotribo.
- Johannes Haase (1984). Juegos en el agua. Buenos Aires, Argentina. Stadium.
- Lanuza Arús, Francesc; Torres Beltrán, Antonio (2000). 1060 Ejercicios y juegos de Natación. Barcelona, España. Paidotribo.
- Loughin Terry; Delves, John (2006). Inmersión Total. Barcelona, España. Paidotribo.
- Navarro Fernando (1990). Hacia el Dominio de la Natación. Madrid, España. Editorial Gymnos.
- Maglischo Ernest (2010). Natación. Técnica, Entrenamiento y Competición. Barcelona, España. Paidotribo.
- Perciavale C. Reglamento y Arbitraje en Natación. FINA.
- Paresenda D. Ed. Aguas Seguras.Salvamento Acuático.
- Wilke, Kurt y Madsen, Orjan(2015). El entrenamiento del nadador juvenil. Buenos Aires, Argentina. Stadium.

Anexo para Todos los Espacios Curriculares de Deportes.

El presente espacio curricular se enmarca en los principios establecidos por la Ley de Educación Superior N.º 24.521 y la Ley de Educación Nacional N.º 26.206, entendiendo a la educación superior como un derecho personal y un bien público social.
Este Sub Espacio Natacion IIIforma parte del espacio curricular Deportes Cerradoy sus Didacticas y la planificación presentada es abalada por todos los docentes del mismo.
A su vez la propuesta pedagógica promueve prácticas de enseñanza inclusivas, democráticas y participativas, orientadas a garantizar el acceso, permanencia y egreso de las y los estudiantes.
El **Marco Normativo para la Inclusión Educativa en la Provincia de Santa Fe** tiene como objetivo fundamental garantizar el derecho a la educación inclusiva para todos los estudiantes, promoviendo su aprendizaje y participación en igualdad de condiciones. Este marco busca transformar las culturas, políticas y prácticas escolares para responder a la diversidad del estudiantado, asegurando que cada persona, independientemente de sus condiciones físicas, sensoriales, cognitivas, culturales o lingüísticas, pueda acceder a un entorno educativo equitativo.
Entre los**principios**que rigen este marco se destacan la **inclusión**, entendida como un proceso que promueve la participación activa de todos los estudiantes; la **no discriminación**, que implica acciones positivas para facilitar el ingreso y permanencia de todos en el sistema educativo; y la **corresponsabilidad**, que enfatiza que la garantía del derecho a la educación inclusiva es una tarea compartida entre el Estado, las instituciones educativas y la comunidad. Estos principios son esenciales para construir un sistema educativo que valore la diversidad y elimine las barreras que impiden el pleno ejercicio del derecho a la educación.
La presente propuesta curricular promoverá prácticas corporales y deportivas inclusivas, contemplando la diversidad de trayectorias, experiencias motrices, contextos sociales, culturales y de género presentes en el grupo de estudiantes.
Se favorecerán adecuaciones metodológicas, pedagógicas y organizativas que permitan la participación activa y el acceso igualitario a los aprendizajes, respetando las singularidades y posibilidades de cada estudiante.
Asimismo, se promoverán vínculos basados en el respeto, la cooperación, la empatía, la convivencia democrática y la construcción colectiva del aprendizaje, en articulación con los principios de la Educación Sexual Integral y los enfoques actuales de derechos humanos.