Instituto Superior de Educación Física

Nº11"Abanderado Mariano Grandoli"

Profesorado de Educación Física

Plan Dcto. Nº696/01

DEPORTES CERRADOS Y SU DIDÁCTICA I

PLANIFICACIÓN ANUAL

Sub Espacio: Natación

Ciclo Lectivo 2026 – 2027

Cursos: Todos los primeros años, de Turno Mañana, Tarde y Noche

DOCENTES:

- ✓ Arregui, Fernando
- ✓ Guidoni, Ana Laura
- ✓ Mantero, Lucía
- ✓ Rial, Hernán
- ✓ 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.

Se pretende promover la resolución práctica de situaciones de alto valor para la formación docente, porque la natación cumple con varios objetivos del desarrollo del ser humano, como el acrecentamiento de la salud, aptitud física, adquisición de destrezas, educación del movimiento; facilita el conocimiento de sí mismo, proporciona sentimiento de confianza, seguridad y refuerza el valor, educa la voluntad y perfecciona el dominio del propio cuerpo. Por todo esto es que consideramos de suma importancia que el futuro docente se forme desde esta perspectiva en relación al saber desde todas las dimensiones posibles interrelacionadas.

El desarrollo de las capacidades que involucran desempeños prácticos, envuelve una diversidad y complementariedad de atributos que las situaciones prácticas no se reducen a un hacer, sino que se constituyen como un hacer creativo y reflexivo, en el que tanto se ponen en juego los marcos conceptuales disponibles, como el iniciar la búsqueda de aquellos otros nuevos que resulten necesarios para orientar, resolver o interpretar los desafíos de la producción.

La Natación es una actividad que puede practicarse durante toda la vida, puede hacerse en forma recreativa, preventiva, deportiva, competitiva y profesional; entonces los alumnos deben prepararse para saber discernir sobre la manera de actuar en relación a los diferentes contextos que se le pueden llegar a presentar.

Este espacio pretende ser el inicio en la elaboración de proyectos concretos, y supone la ejercitación en capacidades para elegir entre cursos de acciones posibles y pertinentes para cada situación, habilidades para la selección de metodologías, medios y recursos, el diseño de planes de trabajo operativo y la capacidad de ponerlo en práctica, porque esta actividad acuática, es también, una de las formas básicas de la actividad física.

La seguridad y dominio en el agua, son fuentes de alegría, de la que pueden disfrutar niños, jóvenes y adultos; y 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.

Esta es una etapa de experimentación para el trabajo en equipos, lo que constituye una de las necesidades de formación de los docentes.

En este proceso se pretende estimular la capacidad de intercambio, la búsqueda de soluciones originales, y la autonomía del grupo.

Su organización consta de dos cuatrimestres para abordar las unidades correspondientes.

Se le facilitará al estudiante de Educación Física, la base teórica, resultado de la investigación científica, que permita la experiencia práctica, para lograr que principiantes, se conviertan en nadadores seguros**.**

Poner a disposición de los alumnos, acciones motrices básicas, para que gestionen un proceso de asimilación, estabilización y aplicación funcional de la ejecución de las actuales técnicas propulsoras de la natación.

Que por intermedio de las acciones en el medio acuático, puedan acceder a herramientas que ayuden a la comprensión de los procesos pedagógicos, y de los objetivos didácticos involucrados en esta práctica deportiva, como bloque o eje estructural de la Educación Física.

Mostrar y acercarles a los estudiantes 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.

Generar estrategias, para que puedan ampliar sus experiencias motrices, y así producir transformaciones durables en sus estructuras cognitivas bio-psicológicas, y así favorecer al mejoramiento personal y social.

PROPÓSITOS

El propósito de este espacio, es ofrecer a los alumnos, experiencias prácticas y metodológicas que abarquen las diversas etapas del aprendizaje de la natación. Los contenidos propuestos en las unidades, están diseñados para abordar estas etapas, y ser una guía para que los alumnos puedan gestionar el conocimiento específico del aprendizaje de la natación.

La propuesta se enfoca en presentar a los estudiantes, modelos didácticos, metodológicos y prácticos, ampliando así, las posibilidades de experiencias motrices en el medio acuático, relacionando las acciones prácticas, con la teoría de los estilos de natación: Crol y Espalda.

CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS

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

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

ALFABETIZACIÓN ACADÉMICA

El proceso de formación de todo estudiante de Educación Física, se encuentra interpelado por un conjunto de innumerables vivencias y experiencias específicas relacionadas a cada disciplina deportiva. No se trata exclusivamente del desarrollo intelectual del sujeto, sino también de gestar a un futuro docente, capaz de explotar al máximo su sentido del movimiento y de trabajar contenidos como la **alfabetización motriz** en la natación, donde se pueda pasar de “enseñar los estilos" a "construir y optimizar la mayor cantidad de competencias acuáticas". El objetivo es que el alumno se sienta seguro, sea eficiente y sepa desenvolverse frente a cualquier situación dentro del agua.

La cultura académica que conforma a dichos procesos de alfabetización, cuenta con idiosincrasias propias, afines a su disciplinariedad**.** Es decir, que la imagen de cada alumno, estará forjada a gracias a la incidencia de movimientos, hábitos de conducta e higiene, espacios comunes, reglas y normas de convivencia adquiridas dentro del cursado.

La manera de abordar el proceso de “Alfabetización Motriz” queda expuesta a través de los siguientes ejemplos:

- El alumno no realizará sólo la vivencia de las metodologías utilizadas para la enseñanza de los estilos. Descubrirá como se mueve y se comporta su cuerpo en el agua.
- Por qué y cómo logra flotar.
- La incidencia de los diferentes tipos de resistencia al avance.
- Reconocer su centro de gravedad, y los cambios que generan las diversas posturas (ejes y planos, con sus respectivas rotaciones) dentro del fluido.
- Diferencias entre Equilibrio estático y dinámico.

- Un alumno alfabetizado motrizmente es aquel que "entiende" el agua y sabe adaptar su cuerpo a ella.

CONTENIDOS

Unidad 1

La Natación.

La natación como habilidad cerrada. Ubicación del sub-espacio en el plan de estudio. Conceptos introductorios y de ponderación en la formación del docente en Educación Física. Reseña histórica de la natación como deporte.
A esta unidad se le dedicará una clase.

Unidad 2

Principios Físicos aplicados a la Natación.

Principio de Arquímedes, Leyes de Newton y Principio de Bernoulli. Ley del cuadrado. Principios aplicados a la natación. Flotabilidad de los cuerpos en el agua. Influencia de la composición corporal y de la respiración. Vivenciar la aplicación de las leyes físicas y principios que sustentan la mecánica de la natación.
A esta unidad, se le dedicará dos clases (una teórica y otra práctica).

Unidad 3

El Proceso de Ambientación.

El Profesor de Natación, consideraciones generales, principios pedagógicos, objetivos, metodologías, precauciones. Criterios para la conformación de grupos. Actividades conducentes a los objetivos de esta etapa, los juegos de aplicación, variantes. Equilibrios.
A esta unidad se le dedicará 4 clases, y se tomará un Trabajo Práctico/Exámen, relacionando los contenidos planteados.

Esta unidad se relaciona con: Campo de la Formación General Pedagógica (Filosofía, Pedagogía y Taller de Docencia I) y con, Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz I), y Fundamento Anátomo Fisiológico.

Unidad 4

Flotación y Onda Mariposa.

Metodología para la acción de la onda mariposa. Los movimientos que componen la flotación vertical. Acción de piernas, acción de los brazos y la posición del cuerpo. Consideraciones metodológicas.
Esta unidad se trabajará conjuntamente con la UNIDAD 2 Y LA UNIDAD 3.
Esta unidad se relaciona con: Campo de la Formación General Pedagógica (Filosofía, pedagogía y Taller de Docencia I) y con, Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz I), y Fundamento Anátomo Fisiológico.

Unidad 5

Técnica, Metodología y Reglamento de Crol.

Descripción y análisis de la técnica de Crol. Errores frecuentes. Metodologías para su aprendizaje, ejercitaciones para posición del cuerpo, patada, brazada, respiración, y

coordinación. Técnica y metodología de partidas, giros y llegada. El nado sub acuático. Aspectos reglamentarios.
Esta unidad se empezará en el primer cuatrimestre y se continuará luego del receso escolar dedicándole 5 clases.
Esta unidad se relaciona con: Campo de la Formación General Pedagógica (Filosofía, pedagogía y Taller de Docencia I) y con, Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz I), y Fundamento Anátomo Fisiológico.

Unidad 6

Técnica, Metodología y Reglamento de Espalda.

Descripción y análisis de la técnica de Espalda. Errores frecuentes. Metodologías para su aprendizaje, ejercitaciones para la posición del cuerpo, patada, brazada, respiración, y coordinación. Técnica y metodología de partidas, giros y llegada. El nado subacuático. Aspectos reglamentarios.
Esta unidad se dictará en 5 clases.
Esta unidad se relaciona con: Campo de la Formación General Pedagógica (Filosofía, pedagogía y Taller de Docencia I) y con, Campo de la Formación Orientada (Formación Motriz I), y Fundamento Anátomo Fisiológico.

EVALUACIÓN
Criterios de evaluación:
Trabajos Prácticos de Desempeño Teórico:

Descripción y fundamentación teórica desde un caso de la práctica. Deberán relacionar los conceptos teóricos de leyes y principios básicos que sustentan la natación al momento de diagnosticar un caso concreto puesto a consideración.

Descripción y diagramación del proceso de ambientación teniendo en cuenta un caso en particular.

Análisis de las técnicas, metodologías, y reglamento de crol y espalda con sus respectivas partidas, giros y llegadas; utilizando la teoría cómo fundamentación al momento de pensar en caso concretos de formación que se pondrán a consideración para que los alumnos trabajen sobre ellas.

Podrá ser evaluado mediante examen escrito con modalidad de preguntas o múltiple choice.

Trabajos Prácticos de Desempeño motriz:
Nadar 100 mts. Crol, con partida y giros correspondientes.
Nadar 50 mts. Espalda, con partida y giros correspondientes.
Recorrer 25 mts. Patada espalda, con brazos extendidos sobre la cabeza.
Recorrer 25 mts. Patada crol con elemento y brazos extendidos sobre la cabeza.
Recorrer 25 mts. Onda mariposa sin elemento, con brazos extendidos al frente.
Flotar verticalmente, durante 2 minutos.
TODAS LAS INSTANCIAS DE EVALUACIÓN, CUENTAN CON UN RECUPERATORIO.

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:
75% de asistencia anual.
100% de los trabajos prácticos entregados (los teóricos) y ejecutados (los de desempeño motriz).
75% de los trabajos prácticos teóricos aprobados con 6 (seis). En los trabajos prácticos de desempeño motriz, tener aprobados con una nota mínima de 6 (seis) las siguientes exigencias: 100mts Crol, 50mts Espalda y 2´ de flotación vertical. Y respecto al resto de las evaluaciones, se podrá desaprobar las patadas y uno de los giros y partidas.

Alumno "semi presencial"
40% de asistencia anual.
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 mas 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 este subespacio, 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.
- 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 I forma parte del espacio curricular Deportes Cerrados y 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.