

Guía docente específica

Aplicación específica deportiva: Natación

Grado, centro y curso académico

GRADO	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
CENTRO	Centro Universitario San Isidoro, adscrito a la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla
CURSO ACADÉMICO	2024-2025

SUMARIO

[1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA](#)

[2. RESPONSABLE DE LA ASIGNATURA](#)

[3. CONTEXTO](#)

[4. COMPETENCIAS QUE SE DESARROLLAN EN LA ASIGNATURA](#)

[5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA](#)

[6. METODOLOGÍA, ACTIVIDADES Y RECURSOS PARA EL APRENDIZAJE](#)

[7. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN Y DE SUS COMPETENCIAS](#)

[8. BIBLIOGRAFÍA](#)

[9. CRONOGRAMA](#)

1. Descripción de la asignatura

DENOMINACIÓN OFICIAL	Anatomía y Fisiología humana
CÓDIGO IDENTIFICATIVO	408037
UBICACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS	Fundamentos de los deportes
CRÉDITOS ECTS	6
DEPARTAMENTO RESPONSABLE	Ciencias Sociales y de la Salud
CARÁCTER	Optativa
IDIOMA DE IMPARTICIÓN	Castellano
NÚMERO DE HORAS DE CLASE QUE SUPONE CADA ACTIVIDAD (Modelo Docencia: C1)	- Enseñanzas Básicas (EB): 23 horas 50% - Enseñanzas Prácticas y Desarrollo (EPD): 22 horas 50%

2. Responsable de la asignatura

CATEGORÍA	Profesora Doctora
NOMBRE COMPLETO	D ^a . Gemma M ^a Sánchez Bernal
EMAIL	gsanchez@centrosanisidoro.es

3. Contexto

Breve descripción de la asignatura

Esta asignatura orientada a la enseñanza, análisis y desarrollo de metodologías de entrenamiento de la natación de alto rendimiento y para la mejora de la salud.

Objetivos en términos de resultados del aprendizaje

Se pretende que el alumno al finalizar la asignatura alcance los siguientes objetivos: o Conocer los fundamentos básicos de la natación y su aplicación. o Descubrir las posibilidades del medio acuático para distintos grupos de población como elemento educativo, deportivo, utilitario, recreativo y de salud. o Dominar los fundamentos y los métodos necesarios para plantear actividades acuáticas acordes con el nivel de los distintos grupos de población. o Alcanzar un nivel de observación que permita la detección y posterior corrección de los defectos técnicos en los distintos estilos técnicos de la natación deportiva.

Prerrequisitos

Saber nadar los cuatro estilos correctamente, ser capaz de aguantar un entrenamiento de natación de 2000 m o más.

Recomendaciones previas a cursar la asignatura

Se recomienda leer e ir asimilando la información que se proporciona a través del material que se irá colgando semanalmente en la plataforma virtual

Consultar la bibliografía recomendada para ir completando la información proporcionada. Participar activamente en las clases teóricas y prácticas.

Entrenar con asiduidad natación u otros deportes acuáticos.

Aportaciones al plan formativo

Esta asignatura denominada "Aplicación Específica Deportiva: Natación, se imparte en el segundo semestre. Al igual que el resto de las asignaturas optativas de este Módulo es de 6 Créditos ECTS, Modelo C1, con 3 créditos teóricos y 3 créditos prácticos, y se imparte en 3º curso del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Al ser una asignatura de especialización deportiva, se profundizará en los conocimientos aplicándolos al entrenamiento, a la competición que de este deporte se impartieron a un nivel básico en el curso 2º del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, dentro de la asignatura de carácter obligatorio "Fundamentos de los Deportes III: Natación".

4. Competencias que se desarrollan en la asignatura

a) Competencias básicas y generales

CB1 - Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de

estudio.

CB2 - Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

CG1 - Poseer y comprender conocimientos básicos, generales y de vanguardia en el campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

CG2 - Adquirir la formación científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.

CG3 - Conocer y comprender los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.

CG5 - Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano, así como sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.

CG8 - Conocer y comprender la estructura y función de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.

CG9 - Conocer y comprender los fundamentos del deporte.

CG11 - Fomentar una cultura emprendedora en relación con los diferentes perfiles profesionales

CG12 - Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

c) Competencias transversales

CT1 - Que los estudiantes respeten, acepten y valoren a los demás en su diversidad, sin discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.

CT2 - Que los estudiantes sean capaces de interactuar, debatir y colaborar con sus semejantes, cooperando y ayudándose en el trabajo en equipo.

CT3 - Que los estudiantes perciban, descubran y reconozcan las expresiones culturales, identificándolas y

contextualizándolas de manera crítica.

CT4 - Que los estudiantes comprendan, integren y sepan aplicar conceptos científicos y tecnológicos en lo concerniente a la manipulación de las tecnologías de la información y la comunicación.

CT5 - Que los estudiantes respondan con creatividad a los desafíos del entorno, imaginando, diseñando y creando soluciones emprendedoras y sostenibles con las que promover la transferencia del conocimiento.

d) Competencias específicas

AC1-1.1 - Comprender, elaborar y saber aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, desarrollando todo el curso de la acción en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).

AC2-2.5 - Saber readaptar, reentrenar y/o reeducar a personas, grupos o equipos con lesiones y patologías (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), compitan o no, mediante actividades físico-deportivas y ejercicios físicos adecuados a sus características y necesidades.

AC3-3.1 - Analizar, identificar, diagnosticar, promover, orientar y evaluar estrategias, actuaciones y actividades que fomenten la adhesión a un estilo de vida activo y la participación y práctica regular y saludable de actividad física y deporte y ejercicio físico de forma adecuada, eficiente y segura por parte de los ciudadanos con la finalidad de mejorar su salud integral, bienestar y calidad de vida, y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico) atendiendo al género y a la diversidad.

AC3-3.4 - Promover la educación, difusión, información y orientación constante a las personas y a los dirigentes sobre los beneficios, significación, características y efectos positivos de la práctica regular de actividad física y deportiva y ejercicio físico, de los riesgos y perjuicios de una inadecuada práctica y de los elementos y criterios que identifican su ejecución adecuada, así como la información, orientación y asesoramiento de las posibilidades de actividad física y deporte apropiada en su entorno en cualquier sector de intervención profesional.

AC4-4.1 - Elaborar con fluidez procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procesos, actividades, recursos y técnicas que componen las habilidades motrices básicas, actividades físicas, habilidades deportivas, juego, actividades expresivas corporales y de danza, y actividades en la naturaleza de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad y en cualquier sector de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).

AC4-4.2 - Elaborar con fluidez procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procedimientos, actividades, recursos, técnicas y procesos de la condición física y del ejercicio físico de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad y en cualquier sector de intervención profesional de actividad física y deporte.

AC5-5.5 - Articular y desplegar el asesoramiento, certificación, y evaluación técnicocientífica de las actividades físicas y deportivas y los recursos en todos servicios de actividad física y deporte, contextos, entornos y sectores de intervención profesional de actividad física y deporte así como en el diseño y elaboración de informes técnicos en todos servicios de actividad física y deporte.

AC6-6.4 - Articular y desplegar procedimientos, procesos, protocolos, análisis propios, con rigor y actitud científica sobre asuntos de índole social, jurídica, económica, científica o ética, cuando sea preciso y pertinente en cualquier sector profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).

AC7-7.2 - Conocer, elaborar y saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos, estructurales- organizativos, desempeño profesional y las normativas del ejercicio profesional de los Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en cualquier sector profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físicodeportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte); así como ser capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar.

AC7-7.3 - Comprender, saber explicar y difundir las funciones, responsabilidades e importancia de un buen profesional Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte así como analizar, comprender, identificar y reflexionar de forma crítica y autónoma sobre su identidad, formación y desempeño profesional para conseguir los fines y beneficios propios de la actividad física y deporte de forma adecuada, segura, saludable y eficiente en todos los servicios físico-deportivos ofrecidos y prestados y en cualquier sector profesional de actividad física y deporte.

5. Contenidos de la asignatura

Parte I: ANALISIS DE LA COMPETICION.

Parte II: ANALISIS DE LOS ESTILOS, CORRECCIÓN DE ERRORES.

Parte III: FISILOGIA APLICADA AL ENTRENAMIENTO Y RENDIMIENTO DEL NADADOR.

Parte IV: MEJORAS DE LAS CAPACIDADES AEROBICAS Y ANAEROBICAS CON EL ENTRENAMIENTO DE NATACIÓN.

Parte V: PLANIFICACIÓN Y PERIODIZACION DE LA TEMPORADA DE NATACION.

Parte VI: PREPARACIÓN DE LAS PRUEBAS DE NATACIÓN, ESTRATEGIA Y CALENTAMIENTO.

Parte VI: NATACIÓN PARA LA SALUD.

6. Metodología y recursos para el aprendizaje

Las metodologías docentes quedarían divididas de acuerdo a las actividades formativas, según la Memoria de Verificación y atendiendo a la asignatura, en:

		HORA S	PRESENCIALIDA D
<p>Actividades Presenciales (AP)</p> <p>Clases magistrales/expositivas (AP); Resolución de problemas (AP); Realización de presentaciones en clase (AP); Ejemplificación y estudio de casos (AP); Prácticas de aula (AP); Debates (AP); Exposición de trabajos en grupo (AP)</p>	<p>Actividades Básicas (EB)</p> <p>Se imparten sobre el grupo completo y comprende la lección magistral del profesor, así como el análisis de supuestos, debates y proyección</p>	23	100%
	<p>Enseñanzas de Prácticas y de Desarrollo (EPD)</p> <p>Se imparten sobre grupos reducidos y su contenido versa sobre prácticas y casos que faciliten la adquisición de competencias por parte del estudiante</p>	22	

<p>Actividades Autónomas (AA)</p> <p>Tutorías programadas (AA); Revisión de trabajos y ejercicios prácticos (AA); Resolución de casos de forma interactiva (AA); Preparación de trabajos de curso (AA); Estudio personal (AA); Realización de actividades prácticas (AA); Búsqueda de recursos en biblioteca e Internet (AA); Preparación de presentaciones (AA); Campus virtual (AA); Trabajo y permanencia en el centro para realizar las prácticas</p>	<p>El alumno realizará una serie de trabajos individuales y en grupo en los que se trabajarán los distintos contenidos de la asignatura</p>	<p>90</p>	<p>0%</p>
<p>Actividades de Evaluación (AE)</p> <p>Conjunto de pruebas orales, escritas, prácticas, proyectos y trabajos utilizados en la evaluación del progreso de cada estudiante (AE)</p>	<p>Se realizarán una serie de pruebas orales y escritas. Además se realizará un examen escrito teórico práctico al final del periodo</p>	<p>15</p>	<p>0%</p>

7. Criterios generales de evaluación

El sistema de evaluación se regirá conforme a lo establecido por la [Normativa de Evaluación de los Estudiantes de Grado de la Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla, de 3 de junio de 2014](#). La evaluación de la asignatura se hará de forma continua y se valorarán todas las actividades formativas realizadas durante el periodo de impartición de la materia, es decir, conceptos y procedimientos transmitidos a través de las clases magistrales, enseñanzas de prácticas y de desarrollo y realización de ejercicios individuales o en equipo. La valoración de cada tipo de actividad se hará en función de la dedicación definida para cada una de ellas a través de los siguientes porcentajes.

1ª convocatoria ordinaria (convocatoria de curso)

- La prueba objetiva de evaluación final (examen), representa el 50% de la calificación final de la asignatura.
- La evaluación de trabajos o proyectos, individuales o en grupo, realizados por el alumno durante el periodo de impartición de la materia (evaluación continua) supone el 50% de la nota final de la asignatura.
- Para aprobar la asignatura es necesario aprobar las dos partes (puntos a y b): la prueba

objetiva de evaluación final (examen) y la evaluación continua.

- d) La calificación de la asignatura será el resultado de sumar ponderadamente las notas anteriores.
- e) Habrá una prueba práctica de natación que será requisito indispensable superar para aprobar la asignatura.

2ª convocatoria ordinaria (convocatoria de recuperación de curso)

- a) Si el estudiante superó con éxito las tareas desarrolladas durante el periodo de docencia, la prueba o pruebas de evaluación tendrán el mismo valor porcentual que en la convocatoria de curso, y la calificación final de la asignatura será el resultado de sumar las calificaciones obtenidas en las pruebas de evaluación continua con las obtenidas en la prueba o pruebas de evaluación de la convocatoria de recuperación de curso, respetando las ponderaciones que tengan.
- b) Los alumnos que no hayan seguido el proceso de evaluación continua o no superaron las pruebas de evaluación, en la prueba o pruebas de evaluación finales correspondiente a la convocatoria de recuperación de curso, se les evaluará del total de los conocimientos y competencias que figuran en la guía docente, a través del formato de prueba única.
- c) Aunque el estudiante haya superado con éxito el conjunto de las tareas desarrolladas durante el periodo de docencia, tendrá derecho a ser evaluado del total de los conocimientos y competencias que figuran en la guía docente, optando al 100% de la calificación total de la asignatura, siempre que renuncie expresamente a la calificación obtenida en aquellas. El estudiante deberá comunicar esta circunstancia de modo expreso y por escrito al profesor responsable de la asignatura con un plazo mínimo de 10 días antes de la celebración de las pruebas, de cara a facilitar la organización del proceso evaluador.
- d) Los alumnos que no superen la asignatura en la convocatoria ordinaria de curso y de recuperación, deberán matricularse de nuevo de la asignatura y desarrollar la misma iniciando el proceso de aprendizaje y evaluación continua sin que quepa acudir a convocatoria extraordinaria, salvo lo dispuesto en el apartado siguiente.

Convocatoria extraordinaria

Esta convocatoria es la correspondiente al mes de noviembre, que se activa a petición del alumno siempre y cuando esté matriculado en todas las asignaturas que le resten para finalizar sus estudios de Grado, tal y como establece la Normativa de Progreso y Permanencia de la Universidad Pablo de Olavide, de Sevilla, así como la Normativa de Evaluación de los alumnos de Grado de dicha Universidad. Se evaluará del total de los conocimientos y competencias que figuren en la guía docente del curso anterior, de modo que permita obtener el 100% de la calificación correspondiente a la asignatura.

Los estudiantes inmersos en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, así como los afectados por razones laborales, de salud grave o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, tendrán derecho a que en la convocatoria de curso se les evalúe mediante un sistema de evaluación de prueba única. Para ello, deberán comunicar la circunstancia al profesor responsable de la asignatura antes del fin del periodo de docencia presencial.

La evaluación de la asignatura se hará de forma continua y se valorarán todas las actividades formativas realizadas durante el periodo de impartición de la materia, es decir, conceptos y procedimientos transmitidos a través de las clases magistrales, enseñanzas de prácticas y de desarrollo y realización de ejercicios individuales o en equipo. La valoración de cada tipo de actividad se hará en función de la dedicación definida para cada una de ellas a través de los siguientes porcentajes:

Para evaluar el cumplimiento de las competencias, se dispone de una tabla detalle donde se indica dónde se adquiere cada una de las competencias asociadas a la asignatura.

SISTEMA DE EVALUACIÓN		PORCENTAJES
PRUEBA OBJETIVA ESCRITA U ORAL		50 %
Contenido	Descripción	Porcentajes
Examen escrito	Constará de: Preguntas tipo test, preguntas cortas teórico prácticas y supuesto práctico	50 %
COMPETENCIAS: CG2, CG3, CG5, CG8, CG9, CG11, CG12, CB1, CB2, CB3, CB4, CB5, CT4, CT5, AC1-1.1, AC4-4.1, AC4-4.2		
EVALUACIÓN DE TRABAJOS O PROYECTOS, INDIVIDUALES O EN GRUPO REALIZADOS POR EL ALUMNO DURANTE EL PERIODO DE IMPARTICIÓN DE LA MATERIA		50 %
Contenido	Descripción	Porcentajes
EXPOSICIONES	Se realizará por parejas una exposición enfocada a la mejora de la técnica de un estilo de nado. La otra opción será, que la exposición irá enfocada a la mejora de la condición física de nadadorxs de un nivel medio, se podrá usar sala gimnasio o piscina. La profesora repartirá los diferentes temas a exponer y lxs alumnxs elegirán.	15 %
COMPETENCIAS: CG2, CG3, CG5, CG8, CG9, CG11, CG12, CB1, CB2, CB3, CB4, CB5, CT1, CT2, CT3, CT4, CT5,		

AC1-1.1, AC3-3.1, AC3-3.4 , AC4-4.1, AC4-4.2.		
CORRECCIÓN DE ERRORES	<p>Se realizará por parejas un vídeo, en el que grabaremos a unx de la pareja para que sea valorado a través del visionado en diferentes perspectivas.</p> <p>Se elegirá un estilo a trabajar (crol, espalda o braza).</p> <p>Se deberá de identificar los errores por cada uno de los aspectos principales del estilo.</p> <p>Proponer 1 tarea por cada error, para su posible mejora.</p>	15 %
COMPETENCIAS: CG2, CG9, CG11, CG12, CB1, CB2, CB3, CB4, CB5, CT3, CT4, CT5, AC1-1.1, AC3-3.1, AC3-3.4, AC4-4.1, AC4-4.2		
PRUEBA DE NADO	<p>Prueba de medio fondo 400 metros estilo libre y 100 metros estilos (Nadar 25 metros con un estilo diferente sin parar. Se valorará la técnica.)</p> <p>Prueba indispensable para la superación de la asignatura.</p>	10 %
COMPETENCIAS: CG2, CG9, CG11, CG12, CB1, CB2, CB3, CB4, CB5, CT3, CT4, CT5, AC1-1.1, AC3-3.1, AC3-3.4, AC4-4.1, AC4-4.2		
OTRAS TAREAS	<p>Se plantean una serie de tareas de evaluación continua. Estas actividades son las siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tareas y dinámicas de clase. ▪ Parcial. 	10%
COMPETENCIAS: CG2, CG3, CG5, CG8, CG9, CG11, CG12, CB2, CB3, CB4, CB5, CT1, CT2, CT3, CT4, CT5, AC1-1.1, AC3-3.1, AC4-4.1, AC4-4.2		

Sin menoscabo de la relación de ejercicios reseñados anteriormente, se podrán incluir alguno más cuando las necesidades de aprendizaje del grupo de estudiantes así lo requieran. Al respecto, debe entenderse como una intensificación en el proceso de adquisición de competencias vinculadas a la asignatura, y no como una alteración de la programación docente.

Al constituirse la evaluación continua como preferente, y en pos de valorar adecuadamente la adquisición de competencias, la entrega de los ejercicios se regirá por los siguientes criterios:

- La vía y modo de entrega será determinado específicamente en la ficha de descripción del ejercicio en cuestión, disponible en el Campus Virtual G Suite, en cada asignatura. Se establece en todos los casos una fecha de entrega concreta, variable según la carga del curso. No se podrán entregar los ejercicios fuera de fecha. Hasta un máximo de XXX ejercicios podrán ser suplidos por otros, presentes en la lista de ejercicios voluntarios.
- Para superar la asignatura, será imprescindible aprobar las distintas partes que la componen y acaban de ser descritas en el sistema de evaluación.

8. Bibliografía

- Ahr, B. (1997). Nadar con bebés y niños pequeños: ejercicios lúdicos para favorecer el movimiento precoz en el agua. Barcelona: Ed. Paidotribo.
- ALARCÓN LÓPEZ, F. y UREÑA ORTÍN, N. (2006): *La importancia de la hidratación para la competición endeportes de equipo*. Revista Digital. Año 11, nº 100. Buenos Aires.
- ARAYA, R., PALAZZI, D. y ANTIVERO, E. (2005): *Velocidad de Reacción en Natación. Descripción y Comparativa de Tiempos de Reacción de Integrantes de la Selección Nacional Juvenil con Velocistas de Nivel Internacional*. Secretaría de Deporte. JGM, Buenos Aires.
- AYBAR GONZÁLEZ, J. I. (2001): *Iniciación a la técnica en los estilos en natación. Primera parte: Estilo Crol*. Revista Digital. Año 7, nº 34. Buenos Aires.
- AYBAR GONZÁLEZ, J. I. (2001): *Iniciación a la técnica en los estilos en natación. Tercera parte: EstiloBraza*. Revista Digital. Año 7, nº 41. Buenos Aires.
- AYBAR GONZÁLEZ, J. I. (2003): *Iniciación a la técnica en los estilos en natación. Cuarta parte: EstiloMariposa*. Revista Digital. Año 8, nº 58. Buenos Aires.
- Cabello, A. (1997). Natación para adultos. Madrid: Ed. Gymnos.
- Caldentey, MA. (1999). La natación y el cuidado de la espalda: método acuático correctivo M.A.C. Barcelona: Ed. Inde.
- Camarero, S., Tella, V. (1997). Natación: aplicaciones teóricas y prácticas. Valencia: Promolibro.
- Cancela, JM., Ramírez, E. (2003). La iniciación deportiva: la natación. Sevilla: Wanceulen EditorialDeportiva.
- CANCIO, J. (2008): *Natación: ejercicios técnicos*. Revista Digital. Año 13, nº 123. Buenos Aires.
- CANCIO, J. (2009): *Técnica de nado espalda. Secuencia de aprendizaje*. Revista Digital. Año 13, nº 124. Buenos Aires.
- CholleT, D. (2003). Natación Deportiva. Barcelona: INDE
- Colado JC. (2004). Acondicionamiento físico en el medio acuático. Paidotribo.
- Colado JC., Y Moreno, JA (2001): Fitness acuático. Barcelona. Inde.
- Costill, DL,.. Maglischo, EW; Richardson, AB. (1998). Natación: aspectos biológicos y mecánicos. Técnica y entrenamiento. Tests, controles y aspectos médicos. Barcelona. Hispano Europea.

- Counsilman JE. La natación: ciencia y técnica. Barcelona: Hispano Europea, D.L. 2002.
- CRISTINA PÉREZ, B. y MORENO GARCÍA, J. A. (2007): *Importancia de la respiración en el aprendizaje acuático: fundamentación teórica e implicaciones prácticas*. Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales. Nº 27, 39-56.
- Del castillo obeso, M. (2002). Disfruta de tu embarazo en el agua. Actividades acuáticas para la mujer gestante. Inde.
-

9. Cronograma

SEMANA	U.D.	MODALIDAD		DESCRIPCIÓN
		E.B.	E.P.D.	
01	0-1	x	x	Presentación general de la asignatura: contenidos, metodología, sistema de evaluación Práctica 1. Evaluación inicial práctica
02	1	x	x	El calentamiento y fisiología aplicada Práctica 2. Calentamiento específico + entrenamiento enfocado al crol y la espalda. Grabación estilos.
03	2	x	x	Análisis de los estilos Práctica 3. Análisis estilos, técnica específica
04	2	x	x	Análisis de los estilos 2ª parte Práctica 4. Correcciones estilos. Uso del material.
05	3	x	x	Mejoras de las capacidades aeróbicas y anaeróbicas con el entrenamiento de la natación Práctica 5. Análisis estilo II, técnica específica.
06	3	x	x	Métodos de entrenamiento enfocados a la natación Práctica 6. Correcciones estilo II
07	4	x	x	Preparación física específica Práctica 7. Acondicionamiento físico en el agua
08	4	x	x	Estrategia y análisis de la competición Práctica 8.. Métodos de entrenamiento
09	5	x	x	Planificación y periodización Práctica 9. Métodos de entrenamiento II

10	5	x	x	Planificación y periodización Natación enfocada a otras modalidades del acondicionamiento físico en el agua
11	6	x		Natación para la salud y patologías de espalda
12	7	x		Exposición en sala
13	8			Exposición en piscina