

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**SÍLABO**

**ASIGNATURA:**

**APRENDIZAJE DE LA NATACION**

**SEMESTRE ACADÉMICO: 2022 - A**

**DOCENTE:**

**Dra. Janet Violeta Pastor Molina**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**SILABO**

**I. DATOS GENERALES**

1.1. Asignatura	:	APRENDIZAJE DE LA NATACION
1.2. Código	:	FO301
1.3. Condición	:	Obligatorio
1.4. Requisito	:	Ninguno
1.5. N° de horas de clase	:	9 horas semanales Teóricas : 3 Horas semanales Prácticas : 6 Horas semanales
1.6. Número de Créditos	:	6
1.7. Ciclo	:	V
1.8. Semestre académico	:	2022-A
1.9. Duración	:	17 semanas
1.10. Docente	:	Dra. Janet Violeta Pastor Molina <a href="mailto:viochz@gmail.com">viochz@gmail.com</a>

**II. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA**

El curso del aprendizaje de la natación abarca la enseñanza de las técnicas de natación implica la implementación de un lenguaje de enseñanza común y el empleo de la demostración, la explicación, la repetición y la retroalimentación. Para ello cada profesor debe encontrar sus propios métodos para enseñar mejor y comunicarse con sus nadadores.

**III. SUMILLA**

Esta asignatura pertenece al área de formación especializada, es de naturaleza teórico - práctica, tiene el propósito de brindar los conocimientos teóricos y prácticos de este deporte y su importancia como deporte formativo y su influencia en los aspectos bio psicosocial del educando desarrollando procesos metodológicos de la ambientación en el agua y el análisis teórico y prácticos de los estilos crawl y espalda. Brinda además los métodos y procedimientos teóricos práctico para la enseñanza de los estilos pecho y mariposa, así como el perfeccionamiento de los estilos crawl y espalda, comprensión de las técnicas de rescate en el agua, aplicando métodos que lo capaciten para el salvataje y reanimar a aquellos que lo necesiten aplicando medios de primeros auxilios. Se analizarán el reglamento internacional de natación.

El curso se divide en cuatro unidades de aprendizaje: I Marco conceptual, principios físicos que intervienen en la natación, fases en el proceso metodológico del aprendizaje de la natación, la práctica deportiva y la relación edad y género de sus participantes, II Proceso metodológico de los

fundamentos técnicos, III Marco conceptual, principios físicos que intervienen en la natación y fases en el proceso del aprendizaje de los cuatro estilos y la práctica deportiva como medio de socialización y mejora de su salud, IV Proceso metodológico de los fundamentos técnicos, detección y corrección de errores comunes y conocimiento de las reglas fundamentales de la natación y el proceso metodológico de los fundamentos, detección y corrección de partidas, virajes, relevos y Aqua bebe.

#### **IV. COMPETENCIA DE LA ASIGNATURA**

##### **4.1 COMPETENCIA GENERAL**

Diseña, implementa, ejecuta y evalúa programas de educación física y salud de manera pertinente acorde a las necesidades y características de los estudiantes o deportistas y a su contexto social, histórico, cultural, económico y político.

##### **4.2 COMPETENCIA ESPECÍFICA**

1. Propone actividades que ayuden a facilitar el aprendizaje de la natación.
2. Implementa procesos metodológicos en sus actividades diarias en la enseñanza de la natación.
3. Ejecuta actividades que desarrollan el aprendizaje de los cuatro estilos en la natación.
4. Reconoce el reglamento de la natación aplicándola al ejecutar eventos y aplica las acciones necesarias como complemento a la práctica de la natación.

##### **4.3 COMPETENCIA MODULARES**

###### **MODULO I:**

Marco conceptual, principios físicos que intervienen en la natación, fases en el proceso metodológico del aprendizaje de la natación, la práctica deportiva y la relación edad y género de sus participantes.

###### **MODULO II:**

Proceso metodológico de los fundamentos técnicos.

###### **MODULO III:**

Marco conceptual, principios físicos que intervienen en la natación y fases en el proceso del aprendizaje de los cuatro estilos y la práctica deportiva como medio de socialización y mejora de su salud.

###### **MODULO IV:**

Proceso metodológico de los fundamentos técnicos, detección y corrección de errores comunes y conocimiento de las reglas fundamentales de la natación y el proceso metodológico de los fundamentos, detección y corrección de partidas, virajes, relevos y Aqua bebé.

#### **IV. CAPACIDAD**

C1: Posee una sólida base sobre las actividades que se pueden proponer según las características propias de la discapacidad del estudiante.

C2: Analiza e interpreta las necesidades psicoterapeutas para las personas de alto riesgo y discapacidad.

C3: Propone actividades adecuadas para el desarrollo de la fuerza y flexibilidad para las personas con discapacidad según sus características propias.

C4: Investiga y difunde el conocimiento relacionado a la atención de las personas con discapacidades.

## V. ESTRATEGIAS DIDACTICAS

### 5.1 PAUTAS

La Universidad Nacional del Callao, Licenciada por la SUNEDU tiene con fin supremo la formación integral del estudiante, quien es el eje central del proceso educativo de formación profesional. Por tanto, nuestro modelo pedagógico se fundamenta en las teorías educativas constructivista y conectivista, que orientan el proceso educativo basado en Competencias en la Escuela de Posgrado de la Universidad Nacional del Callao, promoviendo el aprendizaje significativo en el marco de la construcción o reconstrucción cooperativa del conocimiento y toma en cuenta los saberes previos de los participantes; para el fortalecimiento de las competencias profesionales. Teniendo en cuenta lo mencionado, la propuesta metodológica para el desarrollo de la asignatura será la siguiente:

**Clases dinámicas e interactivas:** el docente genera permanentemente expectativa por el tema a través de actividades que permiten vincular los saberes previos con el nuevo conocimiento, promoviendo la interacción mediante el diálogo y debate sobre los contenidos.

Como soporte de comunicación el aula virtual, el Google Drive, plataforma virtual (SGA)

**Tutorías individualizadas y grupales:** De la demostración, presentación y corrección de los avances del proyecto.

**Talleres de aplicación:** el docente genera situaciones de aprendizaje para la transferencia de los aprendizajes a contextos reales o cercanos a los participantes que serán retroalimentados en clase.

**Portafolio de evidencias:** Permite dar seguimiento a la organización y presentación de evidencias de investigación y recopilación de información (marco teórico), para poder observar, contrastar, sugerir, incentivar, preguntar.

**Aprendizaje basado en proyectos:** Permite que el estudiante adquiriera conocimientos y competencias mediante la elaboración de proyectos para dar respuesta a problemas del contexto.

**Foro de investigación:** a través de la plataforma virtual

### 5.2 MATERIALES, INSTRUMENTOS Y EQUIPOS

- Materiales flotadores, tablas, gusanos, paletas, aletas, planchas flotadoras, juguetes pequeños, pelotas plásticas, etc.
- fichas de registro de progreso.
- materiales de uso personal como lentes de piscina, gorra de goma o tela, ropa de baño, acuachus, sandalias y útiles de aseo.

## VI. PROGRAMA DE LA ASIGNATURA

<b>PRIMERA UNIDAD:</b> Marco conceptual, principios físicos que intervienen en la natación, fases en el proceso metodológico del aprendizaje de la natación, la práctica deportiva y la relación edad y género de sus participantes.					
No. Sesión Horas Lectivas	Nº de Cap.	Evidencias de aprendizaje calificadas del curso	Indicador (es) de logro de la evidencia de aprendizaje del curso	Evidencia de aprendizaje por Sesión	Temario por Sesión
SESIÓN 1	1	La presentación de las exposiciones, presentación de mapas conceptuales y mentales se deben subir por MEDIO DEL CORREO INSTITUCIONAL y la demostración práctica de lo tratado en la teoría.	Elaboración de mapas conceptuales, elaboración de PPT de los materiales usados en la clase de natación y propuesta del uso de los materiales.	Productos como mapas metales, videos, PPT, hacer resumen, mapa conceptual con la debida bibliografía y la demostración práctica de lo tratado en la teoría.	Orientación de la asignatura Materiales usados en las clases de natación
SESIÓN 2	1		Elaboración de mapas conceptuales, elaboración de PPT informativos de las instalaciones de las piscinas		Instalaciones de las piscinas
SESIÓN 3	1		Reconoce y propone las actividades necesarias para la ambientación en el medio acuático.		Ambientación
SESIÓN 4	1		Reconoce y propone las actividades necesarias para el logro de la flotación		Flotación
<b>SEGUNDA UNIDAD:</b> Proceso metodológico de los fundamentos técnicos.					
No. Sesión Horas Lectivas	Nº de Cap.	Evidencias de aprendizaje calificadas del curso	Indicador (es) de logro de la evidencia de aprendizaje del curso	Evidencia de aprendizaje por Sesión	Temario por Sesión
SESIÓN 5	2	La presentación de las exposiciones, presentación de mapas conceptuales y mentales se deben subir por MEDIO DEL CORREO INSTITUCIONAL y la demostración práctica de lo tratado en la teoría.	Reconoce y propone las actividades necesarias para el desplazamiento en el medio acuático.	Productos como mapas metales, videos, PPT, hacer resumen, mapa conceptual con la debida bibliografía y la demostración práctica de lo tratado en la teoría.	Deslizamiento
SESIÓN 6	2		Reconoce y propone las actividades necesarias para el logro de la propulsión		Propulsión / piernas
SESIÓN 7	2		Reconoce y propone las actividades necesarias para el movimiento de los brazos y la coordinación de brazos y piernas.		Movimiento de brazos / Coordinación de brazos y piernas
SESIÓN 8	<b>EVALUACIÓN PARCIAL</b>				

**TERCERA UNIDAD:** Marco conceptual, principios físicos que intervienen en la natación y fases en el proceso del aprendizaje de los cuatro estilos y la práctica deportiva como medio de socialización y mejora de su salud.

No. Sesión Horas Lectivas	Nº de Cap.	Evidencias de aprendizaje calificadas del curso	Indicador (es) de logro de la evidencia de aprendizaje del curso	Evidencia de aprendizaje por Sesión	Temario por Sesión
SESIÓN 9	3	La presentación de las exposiciones, presentación de mapas conceptuales y mentales se deben subir por MEDIO DEL CORREO INSTITUCIONAL y la demostración práctica de lo tratado en la teoría	Ejecuta el estilo libre	Productos como mapas metales, videos, PPT, hacer resumen, mapa conceptual con la debida bibliografía y la demostración práctica de lo tratado en la teoría.	Nado estilo libre
SESIÓN 10	3		Ejecuta el estilo de espalda		Nado estilo espalda
SESIÓN 11	3		Ejecuta el estilo mariposa		Mariposa
SESIÓN 12	3		Ejecuta el estilo braza o pecho		Braza o pecho
<b>CUARTA UNIDAD:</b> Proceso metodológico de los fundamentos técnicos, detección y corrección de errores comunes y conocimiento de las reglas fundamentales de la fina y el proceso metodológico de los fundamentos, detección y corrección de partidas, virajes, relevos y Aqua bebé.					
No. Sesión Horas Lectivas	Nº de Cap.	Evidencias de aprendizaje calificadas del curso	Indicador (es) de logro de la evidencia de aprendizaje del curso	Evidencia de aprendizaje por Sesión	Temario por Sesión
SESIÓN 13	4	La presentación de las exposiciones, presentación de mapas conceptuales y mentales se deben subir por MEDIO DEL CORREO INSTITUCIONAL y la demostración práctica de lo tratado en la teoría.	Identifica los tipos de partidas al nadar	Productos como mapas metales, videos, PPT, hacer resumen, mapa conceptual con la debida bibliografía y la demostración práctica de lo tratado en la teoría.	Partidas, virajes
SESIÓN 14	4		Identifica y realiza el viraje al nadar		Relevos y reglamento
SESIÓN 15	4		Identifica y ejecuta los tipos de relevos al nadar		Aqua bebé
16	<b>EVALUACIÓN FINAL</b>				
17	<b>EVALUACIÓN SUSTITUTORIA</b>				

## VII. ACTIVIDADES ACADEMICAS

### Docente:

- Compartir y exposición de documentos de cada uno de los temas programados.
- Evaluar y calificar los avances de los estudiantes.
- Sugerir, orientar y monitorear la elaboración así mismo la ejecución del proyecto enfocado a los temas propuestos.

### Estudiante:

- Diseña proyectos de implementación pedagógica para la atención de personas con deficiencias y discapacidades.
- Indaga e investiga sobre los temas desarrollados en cada una de las clases.
- Elabora documentos, comparte y expone sus conocimientos logrados.

## VIII. EVALUACION

### REQUISITOS PARA APROBAR LA ASIGNATURA

De acuerdo a los artículos 83°, 84° y 85° del Reglamento General de Estudios de la Universidad Nacional del Callao, aprobado con Res. N° 185-2017-CU, de fecha 27 de Junio del 2017, se tendrá a consideración lo siguiente:

- Participación activa en todas las tareas de aprendizaje.
- Asistencia al 70% como mínimo.
- El alumno aprueba si su nota promocional es mayor o igual a 10.5.
- El examen sustitutorio se realizará de acuerdo a la normativa vigente.

### CRITERIOS DE EVALUACIÓN:

La ponderación de la calificación será la siguiente:

N° de Cap.	Evaluación (producto de Aprendizaje evaluados con nota)	Evaluación	Siglas	Pesos
1	Presentación de la sesión 1,2,3,4,5,6,7 EN EL CORREO	Ev. Parcial	GEC1	0.20
2			GEC2	0.15
2	Presentación de la sesión 9,10,11,12,13,14,15 EN EL CORREO	Ev. Final	GEC3	0.20
3			GEC4	0.20
4			GEC5	0.25
TOTAL				1.00

**Fórmula para la obtención de la nota final:**

$$NF= (GEC1*0.2) + (GEC2*0.15) + (GEC3*0.20) + (GEC4*0.2) + (GEC5*0.25)$$

## IX. REQUISITO DE APROBACIÓN

De acuerdo a los artículos 83°, 84° y 85° del Reglamento General de Estudios de la Universidad Nacional del Callao, aprobado con Res. N° 185-2017-CU, de fecha 27 de junio del 2017, se tendrá a consideración lo siguiente:

- Participación activa en todas las tareas de aprendizaje.
- Asistencia al 70% como mínimo.
- El alumno aprueba si su nota promocional es mayor o igual a 10.5.
- El examen sustitutorio se realizará de acuerdo a la normativa vigente.

## X. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

## 10.1 Básicas

### REFERENCIAS ELECTRÓNICAS

- <https://1968.com.ve/wp-content/uploads/2020/04/Natacion-Tecnica-entrenamiento-y-competicion-Ernest-W.-Maglischo.pdf>
- <https://natacion4fitness.files.wordpress.com/2010/09/inmersion-total-libro-natacion.pdf>
- <http://fmn.es/ene06/docs/AR/doc1nov17AR3603.pdf>
- <http://www.i-natacion.com/articulos/tecnica/crol/viraje.html>
- <https://www.monografias.com/docs/Ejercicios-de-nataci%C3%B3n-de-virajes-y-salidas-PKJJLXSZBZ>
- [https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep\\_sfa\\_sfl\\_manual\\_de\\_referencia\\_esp.pdf](https://resources.fina.org/fina/document/2021/02/15/f5558807-9b0f-4ffc-a5f2-b073df2d684d/sportsdep_sfa_sfl_manual_de_referencia_esp.pdf)
- <https://mediateca.educa.madrid.org/streaming.php?id=9qxrcnmggc9fdi3c&otros=1&ext=.pdf>

### NORMAS DE CONVIVENCIA.

- Respeto
- Asistencia
- Puntualidad
- Presentación oportuna de los entregables

**Dra. Janet Violeta Pastor Molina**