



**UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS HUMANAS**

*Universidad  
de Córdoba,  
comprometida  
con el  
desarrollo  
regional.*

NIT 891080031-3

PROGRAMA DE NATACIÓN

## 1. IDENTIFICACIÓN

Facultad	Educación y Ciencias Humanas			
Departamento	Cultura Física			
Componente	Área	Deportes	Curso	Natación
Código	216332			
Semestre	VI			
Créditos	3			
Profesor	CLEIBER EUSSE LÓPEZ			
Correo	<a href="mailto:cyesid@correo.unicordoba.edu.co">cyesid@correo.unicordoba.edu.co</a>			

## 2. DESCRIPCIÓN DEL CURSO

La responsabilidad de formar profesionales en el Área de la Educación Física, la Recreación y el Deporte implica que conozcan, reconozcan y comprendan en sí mismo y en sus semejantes las complejas, impredecibles y enigmáticas manifestaciones del y el deporte en todas sus esferas de la conducta humana, implica desarrollar estas competencias para que el futuro maestro con fundamentos teóricos y prácticos pueda interactuar en un determinado contexto. Es por ello que el pedagogo y el formador en esta Área debe revisar y conocer una serie de contenidos teóricos conducentes al desarrollo armónico y secuencial de los diferentes procesos que actualmente se imparten y se llevan a cabo en el ámbito de la enseñanza de las actividades acuáticas, de igual forma debe concienciarse que es el vehículo de transmisión de determinada cultura, a todos los pueblos en una misma dirección, a una misma paz, a un ideal de entendimiento que llegase a todos los rincones por encima de la política, la economía o las diferentes creencias del docente de la motricidad en su futuro ejercicio profesional.

La comprensión de los procesos motrices acuáticos y sus diferentes planteamientos, técnicas y procesos metodológicos, didácticos concernientes a consolidar la formación científica del licenciado en educación física, dando soluciones a las necesidades y problemas relacionado con el accionar motriz en contextos acuáticos.



### 3. OBJETIVOS GENERALES

Dar herramientas pedagógicas a los estudiantes de Educación Física, Recreación y Deportes, para el trabajo acuático enriqueciéndome perceptiva y motrizmente, gracias a las múltiples posibilidades que ofrece el agua.

- ① Conozco y valoro mi cuerpo y la actividad física como medio de exploración y disfrute de sus posibilidades motrices y de relación con los demás en el medio acuático.
- ① Establecer relaciones de comunicación con los demás a partir de juegos corporales y con objetos adentro y fuera del agua.
- ① Favorecer la construcción del esquema e imagen corporal a través de las vivencias corporales en un espacio y tiempo con otros.
- ① Acompañar al niño en el dominio y control de patrones motrices básicos a partir de la actividad corporal con otros.
- ① Posibilitar la expresión del propio cuerpo y del movimiento como vía de comunicación de sensaciones, sentimientos, ideas y emociones.
- ① Incentivar el cuidado, la higiene y hábitos posturales del cuerpo mejorando la salud y la calidad de vida.

### 1. COMPETENCIAS

#### COMPETENCIAS GENÉRICAS

- ① Adquiere los conocimientos teóricos y prácticos en el Área Natatoria y en sus múltiples relaciones con otras áreas del saber, participando con actitud crítica y adecuada en la ámbito Motriz Acuático
- ① Asume nuevos retos, toma decisiones y plantea soluciones
- ① Establece metas a corto plazo y propone el curso de acción para lograrlas.
- ① Comunica efectivamente sus ideas de manera verbal y no verbal, escrita o virtual,



**UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS HUMANAS**

*Universidad  
de Córdoba,  
comprometida  
con el  
desarrollo  
regional.*

NIT 891080031-3

**PROGRAMA DE NATACIÓN**

analizando y evaluando la pertinencia y solidez de sus enunciados o discursos.

- ① Comprende y produce textos académicos e investigativos cohesivos y coherentes de acuerdo con el área de estudio y las condiciones contextuales de producción.
- ① Sustenta y defiende sus puntos de vista, relacionados con temáticas específicas, frente a diversos auditorios y cuando las circunstancias lo ameriten.
- ① Trabaja efectivamente en equipo, estableciendo relaciones de colaboración y cooperación, participando activamente y potenciando las fortalezas de cada integrante para la obtención de una meta común.
- ① Gestiona conocimiento de forma autónoma.
- ① Planifica, lidera y direcciona estratégicamente actividades y proyectos en beneficio de las comunidades, reconstruyendo y comprendiendo las realidades sociales desde una perspectiva sistémica, donde sea capaz de establecer relaciones de causa efecto y proponer alternativas de solución a través de propuestas de investigación.
- ① Utiliza profesional y éticamente los medios y entornos TIC para trabajar y comunicarse efectivamente, considerando el acceso a las fuentes de información y los requerimientos del contexto.

**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

- ① Capacidad para dominar contenidos disciplinares que se han de trabajar en la Educación Física, Recreación y el Deporte para la toma de decisiones didácticas en el medio acuático.
- ① Capacidad para resolver problemas concretos del contexto educativo, usando como herramientas la investigación pedagógica y didáctica.
- ① Habilidad para comprender la complejidad de los cambios psicológicos, físicos y emocionales del estudiante y su dinámica de aprendizaje.
- ① Capacidad para observar, interpretar e intervenir los contextos en los diferentes niveles del sistema educativo colombiano.
- ① Capacidad para interpretar procesos evaluativos adecuados a las condiciones del contexto de la institución, y de los sujetos con los que se trabaja.
- ① Habilidad para diseñar y aplicar propuestas curriculares, según las características del



**UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS HUMANAS**

*Universidad  
de Córdoba,  
comprometida  
con el  
desarrollo  
regional.*

NIT 891080031-3

PROGRAMA DE NATACIÓN

estudiante y su contexto sociocultural.

- ① Capacidad para orientar y supervisar el desarrollo pedagógico de los estudiantes, procediendo como facilitador, guía y acompañante de los procesos de aprendizaje.
- ① Capacidad del estudiante de analizar una problemática social desde diferentes perspectivas
- ① Capacidad del estudiante de reconstruir y comprender la realidad social desde una perspectiva sistémica

## 4. UNIDADES DEL APRENDIZAJE

### UNIDAD 1

Generalidades del medio acuático y técnica de estilo libre o crol.

- ① Normas de seguridad en la piscina.
- ① Referentes histórico
- ① Familiarización, Flotación e inmersión
- ① Deslizamiento y propulsión
- ① Respiración en medios acuáticos.
- ① Referentes conceptuales sobre el estilo libre
- ① Batida de pierna.
- ① Brazada.
- ① Respiración

### UNIDAD 2

Técnica del Estilo espalda y pecho - Salidas.

- ① Teoría de la fisiología de la natación
- ① Referentes conceptuales sobre los estilos espalda y pecho



**UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS HUMANAS**

*Universidad  
de Córdoba,  
comprometida  
con el  
desarrollo  
regional.*

NIT 891080031-3

PROGRAMA DE NATACIÓN

- ① Batida de pierna.
- ① Brazada.
- ① Respiración
- ① Salidas y relevos.

UNIDAD 3

Técnica del Estilo Mariposa y virajes.

- ① Referentes conceptuales sobre el estilo mariposa
- ① Batida de pierna.
- ① Brazada.
- ① Respiración
- ① Virajes



**UNIVERSIDAD DE CORDOBA**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS HUMANAS**

*Universidad  
de Córdoba,  
comprometida  
con el  
desarrollo  
regional.*

NIT 891080031-3

unidad	Semana	Contenidos	Metodología	Recursos/material
<b>UNIDAD 1 GENERALIDADES DE LA NATACIÓN Y TÉCNICA DE ESTILO LIBRE O CROL</b>	1,2,3,4, 5 y 6	Socialización de programa. Origen , Historia y Evolución de la Natación Caracterización y Denominación de la Natación Conceptualización de la Natación Fundamentos Técnicos y conceptuales del estilo libre. Clases de Natación, Clases de piscinas Modalidades de la natación. Principio pedagógicos y didácticos en la enseñanza de la natación Planteamientos pedagógicos actuales en la enseñanza de la natación	Para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje y teniendo en cuenta los enfoques teóricos del modelo pedagógico de la Licenciatura en educación física, recreación y deportes, el curso se caracteriza entre otras cosas por ser colaborativo favoreciendo la construcción del conocimiento: Para ellos se aplican: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias metodológicas para el grado de participación de los estudiantes que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje: Observación, Experimentación, Trabajo con material bibliográfico.</li> <li>• Estrategias metodológicas para la actividad del profesor e independencia del estudiante, o el carácter de la actividad cognoscitiva: Métodos problémicos, Métodos investigativos, Planificación y evaluación.</li> <li>• Estrategias metodológicas para la estimulación de la actividad cognoscitiva-productiva en los estudiantes: Informes, Artículos, Mapa conceptual, Redes, Diagramas y Protocolos.</li> </ul>	Humanos: Cuerpo docente encargado de la asignatura, estudiantes, invitados expertos a las clases o encuentros presenciales y virtuales.  Físicos: Bibliotecas, periódicos, revistas impresas o digitales, documentos offline, aula de informática con conexión a internet y piscina semiolímpica.  Didácticos: materiales pedagógicos, virtuales, videos,
<b>UNIDAD 2 TÉCNICA DEL ESTILO ESPALDA Y PECHO Y SALIDAS FUNDAMENTACION Y ELEMENTOS TACTICOS BASICOS</b>	7,8,9,1 0,11 y 12	Fundamentos Técnicos de la natación. Definición del concepto de Técnica y estilo en Natación Métodos para la enseñanza de los F.T en natación. Adquisición y dominio de las Habilidades. Acciones técnicas básicas de la Natación .Tendencias de las Actividades Acuáticas Ejercicios técnicos básicos Ejercicios correctivos y de afianzamiento técnico de las salidas Evaluación procesos técnicos Evaluación de procesos tácticos	Para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje y teniendo en cuenta los enfoques teóricos del modelo pedagógico de la Licenciatura en educación física, recreación y deportes, el curso se caracteriza entre otras cosas por ser colaborativo favoreciendo la construcción del conocimiento: Para ellos se aplican: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias metodológicas para el grado de participación de los estudiantes que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje: Observación, Experimentación, Trabajo con material bibliográfico.</li> <li>• Estrategias metodológicas para la actividad del profesor e independencia del estudiante, o el carácter de la actividad cognoscitiva: Métodos problémicos, Métodos investigativos, Planificación y evaluación.</li> <li>• Estrategias metodológicas para la estimulación de la actividad cognoscitiva-productiva en los estudiantes: Informes, Artículos, Mapa conceptual, Redes, Diagramas y</li> </ul>	Humanos: Cuerpo docente encargado de la asignatura, estudiantes, invitados expertos a las clases o encuentros presenciales y virtuales.  Físicos: Bibliotecas, periódicos, revistas impresas o digitales, documentos offline, aula de informática con conexión a internet y piscina semiolímpica.  Didácticos: materiales pedagógicos, virtuales, videos,



**UNIVERSIDAD DE CORDOBA**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS HUMANAS**

*Universidad  
de Córdoba,  
comprometida  
con el  
desarrollo  
regional.*

NIT 891080031-3

			Protocolos.	
<b>UNIDAD 3 TÉCNICA DEL ESTILO MARIPOSA Y VIRAJES REGLAMENTACION , ACCIONES Y SITUACIONES DEL DEPORTE</b>	13,14,1 5,16,17 y 18	Fundamentos Técnicos de la natación. Definición del concepto de Técnica y estilo en Natación Métodos para la enseñanza Evaluación procesos técnicos Evaluación de procesos tácticos Arbitraje Organización y Desarrollo de Festivales y Organización de Clubes y Torneos de Natación Ley de piscinas Diseño Metodológico de Cartilla	Para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje y teniendo en cuenta los enfoques teóricos del modelo pedagógico de la Licenciatura en educación física, recreación y deportes, el curso se caracteriza entre otras cosas por ser colaborativo favoreciendo la construcción del conocimiento: Para ellos se aplican: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrategias metodológicas para el grado de participación de los estudiantes que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje: Observación, Experimentación, Trabajo con material bibliográfico.</li> <li>• Estrategias metodológicas para la actividad del profesor e independencia del estudiante, o el carácter de la actividad cognoscitiva: Métodos problémicos, Métodos investigativos, Planificación y evaluación.</li> <li>• Estrategias metodológicas para la estimulación de la actividad cognoscitiva-productiva en los estudiantes: Informes, Artículos, Mapa conceptual, Redes, Diagramas y Protocolos.</li> </ul>	Humanos: Cuerpo docente encargado de la asignatura, estudiantes, invitados expertos a las clases o encuentros presenciales y virtuales.  Físicos: Bibliotecas, periódicos, revistas impresas o digitales, documentos offline, aula de informática con conexión a internet y piscina semiolímpica.  Didácticos: materiales pedagógicos, virtuales, videos,



NIT 891080031-3

## 5. EVALUACIÓN

Se partirá de las premisas que reglamenta la Universidad de Córdoba –artículo 44 del Reglamento estudiantil- para definir los criterios de evaluación, concertando la estructura de éstos con el colectivo de estudiante. Como principios fundamentales se establecen: Participación, Autonomía, Democracia, Iniciativa, Productividad, Comprometimiento, Autocrítica y Creatividad.

Se establecen tres cortes de Evaluación -pudiéndose aplicar evaluación continúa en cada ciclo de la Unidad Temática- con valores equivalentes al 33 % cada uno; para ello se aplicarán los siguientes criterios de evaluación:

a. Evaluaciones cortas (Quices), orales o escritas
b. Trabajos individuales o en grupos
c. Ensayos
d. Seminarios, ejercicios o informes
e. Exposiciones
f. Trabajos de práctica: /y campo
g. Evaluación acumulativa
h. Otros, a consideración del profesor



NIT 891080031-3

## 6. REFERENCIAS

- ① Kelvin Juba, manual de entrenamiento deportivo .editorial paidotribo.2002
- ① Fernando Navarro Valdivieso, Antonio Oca Gaia, Francisco J. Castañón Castañón, el entrenamiento del nadador joven. paidotribo.2004
- ① Entrenamiento Optimo en Natación editorial paidotribo 2000.
- ① Fernando Navarro Valdivieso, Iniciación a la Natación 2001.
- ① James E. Consuman. La Natación 1998.
- ① Ernesto W. Maglischo. Nadar más rápido 2001.
- ① Fernando Navarro Valdivieso, Osvaldo Arsenio. Natación II
- ① Editorial paidotribo. 2000.



NIT 891080031-3

**UNIVERSIDAD DE CORDOBA**  
**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y CIENCIAS HUMANAS**

*Universidad  
de Córdoba,  
comprometida  
con el  
desarrollo  
regional.*