



UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE MADRID

PROCESO DE
COORDINACIÓN DE LAS
ENSEÑANZAS PR/CL/001



Facultad de Ciencias de la
Actividad Física y del Deporte -
Inef

ANX-PR/CL/001-01

GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

115100144 - Aplicación Deportiva II: Natación y Actividades Acuáticas

PLAN DE ESTUDIOS

11AF - Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte

CURSO ACADÉMICO Y SEMESTRE

2019/20 - Segundo semestre

Índice

Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos.....	1
2. Profesorado.....	1
3. Requisitos previos obligatorios.....	2
4. Competencias y resultados de aprendizaje.....	2
5. Descripción de la asignatura y temario.....	3
6. Cronograma.....	4
7. Actividades y criterios de evaluación.....	6
8. Recursos didácticos.....	8

1. Datos descriptivos

1.1. Datos de la asignatura

Nombre de la asignatura	115100144 - Aplicación Deportiva II: Natación y Actividades Acuáticas
No de créditos	6 ECTS
Carácter	Optativa
Curso	Cuarto curso
Semestre	Octavo semestre
Período de impartición	Febrero-Junio
Idioma de impartición	Castellano
Titulación	11AF - Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte
Centro responsable de la titulación	11 - Facultad de Ciencias de la Actividad Fisica y del Deporte - Inef
Curso académico	2019-20

2. Profesorado

2.1. Profesorado implicado en la docencia

Nombre	Despacho	Correo electrónico	Horario de tutorías *
Alberto Garcia Bataller (Coordinador/a)	105	alberto.garcia@upm.es	L - 11:30 - 13:30 X - 11:30 - 13:30

* Las horas de tutoría son orientativas y pueden sufrir modificaciones. Se deberá confirmar los horarios de tutorías con el profesorado.

3. Requisitos previos obligatorios

3.1. Asignaturas previas requeridas para cursar la asignatura

- Aplicación Deportiva I: Natación y Actividades Acuáticas

3.2. Otros requisitos previos para cursar la asignatura

El plan de estudios Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte no tiene definidos requisitos para esta asignatura.

4. Competencias y resultados de aprendizaje

4.1. Competencias

CE07 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles. Nivel 3.

4.2. Resultados del aprendizaje

RA14 - Saber aplicar los principios del entrenamiento y así como los fundamentos fisiológicos y biomecánicos a los programas de entrenamiento

5. Descripción de la asignatura y temario

5.1. Descripción de la asignatura

Se desarrollan todos aquellos aspectos relacionados con el entrenamiento de alto nivel de los nadadores

5.2. Temario de la asignatura

1. Zonas de entrenamiento
2. Desarrollo de la condición física en el agua
3. Desarrollo de la fuerza para el nadador
4. Planificación del entrenamiento en el nadador
5. Control del entrenamiento en el nadador
6. Aspectos especiales del entrenamiento del nadador

6. Cronograma

6.1. Cronograma de la asignatura *

Sem	Actividad presencial en aula	Actividad presencial en laboratorio	Otra actividad presencial	Actividades de evaluación
1	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
2	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		practica Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas	
3	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	
4	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	
5	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	
6	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			examen EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua y sólo prueba final Duración: 02:00
	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
7	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
8	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	
9	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	
10	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			examen EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua y sólo prueba final Duración: 02:00
11	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			

12	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
13	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral		clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral	
14	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
15	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			examen EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua y sólo prueba final Duración: 02:00
16	clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
17				

Las horas de actividades formativas no presenciales son aquellas que el estudiante debe dedicar al estudio o al trabajo personal.

Para el cálculo de los valores totales, se estima que por cada crédito ECTS el alumno dedicará dependiendo del plan de estudios, entre 26 y 27 horas de trabajo presencial y no presencial.

* El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura y puede sufrir modificaciones durante el curso.

7. Actividades y criterios de evaluación

7.1. Actividades de evaluación de la asignatura

7.1.1. Evaluación continua

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
6	examen	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	40%	7 / 10	
10	examen	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	30%	7 / 10	
15	examen	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	30%	7 / 10	CE07

7.1.2. Evaluación sólo prueba final

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
6	examen	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	40%	7 / 10	
10	examen	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	30%	7 / 10	
15	examen	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	30%	7 / 10	CE07

7.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

No se ha definido la evaluación extraordinaria.

7.2. Criterios de evaluación

Se utilizará una metodología de enseñanza participativa, con intervención de los alumnos de forma práctica. Los contenidos desarrollados en las clases teóricas se aplicarán en las sesiones prácticas con la finalidad de proporcionar a los alumnos aprendizajes significativos.

FORMATIVA-MIXTA: Este sistema de calificación implica que cada aspecto sumará su nota:

- Realización de un examen final obligatorio objetivo sobre los contenidos expuestos en el programa de la materia. El examen obligatorio debe superarse con una calificación mínima de 5 sobre 10.
- Realización de trabajos individuales y grupales.
- Asistencia y participación activa en las sesiones prácticas de clase.

SUMATIVA: Se deberá comunicar esta opción dentro de las dos primeras semanas del semestre. (No obstante, el estudiante que no cumpla con los requisitos de asistencia a las sesiones prácticas exigidos en la evaluación continua (formativa-mixta) será evaluado por el método sumativo.)

En este sistema de evaluación se calificará a través de un examen final, pero será de diferentes características que el examen de la opción FORMATIVA-MIXTA.

FORMATIVA-MIXTA: La adquisición de competencias por parte del alumno/a será valorada a través del sistema de evaluación continua, en concreto, ponderando y valorando los resultados obtenidos de la aplicación de los siguientes procedimientos de evaluación:

- 1) Parte teórica: realización de un examen final objetivo sobre los contenidos expuestos en el programa de la materia. (80% de la nota final).

2) Parte práctica: el/la alumno/a deberá asistir, al menos, al 80% del total de las sesiones

prácticas y realizar y exponer un trabajo sobre alguno de los contenidos del temario que el

profesor indicará, (20% de la nota final; por cada falta a las sesiones prácticas se descontarán de

la nota de la parte práctica 0,5 puntos).

? Asistencia y participación activa en las prácticas en espacios deportivos acuáticos.

? Trabajo grupal para la confección y puesta en práctica de los contenidos del programa.

? Trabajo individual sobre el desarrollo de contenidos del programa.

Las clases prácticas se desarrollarán en espacios deportivos acuáticos, y será necesaria la asistencia y

participación activa en las mismas.

SUMATIVA: Se calificará a través de un examen final que tendrá un peso del 100% de la calificación, pero

será de diferentes características que el examen de la opción FORMATIVA-MIXTA.

8. Recursos didácticos

8.1. Recursos didácticos de la asignatura

Nombre	Tipo	Observaciones
-Cometti, G. ?Los métodos modernos de musculación?. Paidotribo. Barcelona. 2000.	Bibliografía	
-Olbrecht, J. The science of winning, Swimshop, 2000, London.	Bibliografía	

-Sweetenham, B. Atkinson, J.: Championship swim training. Human Kinetics, 2003.	Bibliografía	
-Bompa, T. ?Periodización, teoría y metodología del entrenamiento?. Hispano Europea. Barcelona. 2003. -Navarro, F. Rivas, A. ?Planificación y control del entrenamiento en natación?. Gymnos. Madrid. 2001.	Bibliografía	
-Maglischo, E.. Swimming fastestest. Human kinetics. 2003. -Olbrecht, Jan: El uso del lactato por los nadadores de elite.pag: 9-16. NSW, Abril/Junio 2002.	Bibliografía	