

**IDENTIFICACIÓN**
**DIVISIÓN/ VUAD:**

N/A

**FACULTAD/ DEPARTAMENTO/ INSTITUTO:**

Humanidades y Formación Integral

**PROGRAMA ACADÉMICO:**

N/A

**NOMBRE DEL DOCENTE:**

VICTOR MANUEL NUÑEZ PINILLA

**DENOMINACIÓN DEL ESPACIO ACADÉMICO**

Natación, Deporte, Lúdica y Recreación, FRAY RAFAEL SÁNCHEZ GUERRA O. P.

**CÓDIGO DEL ESPACIO ACADÉMICO:**

95295

**CARÁCTER DEL ESPACIO ACADÉMICO:**

Teórico

Teórico - práctico

Práctico

NÚMERO DE CRÉDITOS	NÚMERO DE HORAS DE T.P.	NÚMERO DE HORAS T.I.
3	64	32

**METODOLOGÍA DEL ESPACIO:**

Presencial

Virtual

Distancia

PRERREQUISITOS	N/A	PERTENECE AL COMPONENTE OBLIGATORIO	PERTENECE AL COMPONENTE FLEXIBLE
	X		

CORREQUISITOS	N/A	PERTENECE AL COMPONENTE OBLIGATORIO	PERTENECE AL COMPONENTE FLEXIBLE
	X		

### UBICACIÓN DEL ESPACIO ACADÉMICO

*La estructura curricular de la USTA dispone de un componente básico y uno flexible. Con respecto a las Cátedras Opcionales, o flexibles, permiten enriquecer el conocimiento para lograr la formación integral del estudiante en consonancia con la Misión institucional. Así mismo, éstas cumplen cabalmente con los requerimientos de tal propósito curricular, convirtiéndose en elemento fundamental para la formación integral, para la identidad, y a su vez, en espacio idóneo para la investigación formativa, ya que retoman y actualizan los logros de aquellas figuras modélicas, quienes dieron un gran aporte desde su carisma y respuesta desde aquella misión de fronteras.*

*Por lo tanto, la Cátedra Natación, Deporte, Lúdica y Recreación, Fray Rafael Sánchez Guerra O. P., tiene como finalidad la promoción de la actividad física y el mejoramiento de los hábitos de vida saludable de la comunidad universitaria, partiendo de un deporte de carácter individual y haciendo énfasis en su normativa.*

### PROPÓSITOS DEL ESPACIO ACADÉMICO

#### PROPÓSITO GENERAL

Posibilitar en los estudiantes experiencias individuales y colectivas sobre los fundamentos técnicos básicos en el deporte, adquiriendo una postura crítica e inculcándoles hábitos de vida saludable para bajar los índices de sedentarismo en la comunidad universitaria.

#### PROPÓSITOS ESPECÍFICOS

- Promover en la comunidad universitaria hábitos de vida saludable para disminuir los factores de riesgo cardiovascular.
- Conocer los fundamentos técnicos básicos de esta disciplina deportiva y su correcta ejecución.
- Conocer y aplicar la reglamentación en esta disciplina deportiva.
- Promover el deporte como medio alternativo de adquisición de valores que beneficie la sociedad.

### ARTICULACIÓN CON EL NÚCLEO PROBLÉMICO

#### PREGUNTA PROBLEMATIZADORA DE LA CÁTEDRA

*¿Cómo la práctica deportiva puede mejorar los hábitos de vida, bajar los índices de sedentarismo y generar una postura crítica en los estudiantes?*

La intencionalidad de este espacio académico, a través de la investigación formativa, consiste en la toma de una posición crítica ante el estado actual de desarticulación y concepción entre vida, salud y bienestar y la educación, cultura, sociedad, profesión y humanismo; esta posición crítica buscará necesariamente una actitud propositiva desde la cual se promueva, desde el lugar social y académico del profesional, acciones concretas para la construcción colectiva de hábitos de vida saludable.

De hecho se intenta responder a los siguientes núcleos problemático de la Cátedra:

#### NÚCLEO PROBLÉMICO UNO: Actividad Física, Deporte y Salud

1. ¿Qué conceptos se generan acerca de la práctica de actividad física, deporte y su importancia en la calidad de vida?
2. ¿Qué fundamentos técnicos se necesitan para el óptimo desarrollo de las actividades acuáticas?

#### NÚCLEO PROBLÉMICO DOS: Técnica y ejecución de estilos alternos y simultáneos.

3. ¿Qué diferencia existe entre la ejecución de los estilos alternos y los simultáneos?

4. ¿Qué aspectos debo tener en cuenta para la correcta ejecución de los estilos alternos?

**NÚCLEO PROBLÉMICO TRES: Experiencias en el medio acuático.**

5. ¿De qué manera la práctica deportiva en el medio acuático influye en el desarrollo normal de su cotidianidad?

6. ¿Qué aspectos debo tener en cuenta para la correcta ejecución de los estilos simultáneos?

**METODOLOGÍA**

**Investigación formativa**

¿Cómo integrar el proceso de investigación formativa en las prácticas académicas?

El proceso de fundamentación de las Cátedras Opcionales Institucionales muestra de manera directa la relación que se establece entre las dinámicas propias de la investigación y aquellas de la docencia, las cuales se hallan profundamente imbricadas en la realización de la Misión institucional y, en virtud de ello, su articulación se constituye en un reclamo insistente en los documentos que orientan los procesos de acreditación. En esta perspectiva, el ejercicio de fundamentación de las Cátedras Opcionales Institucionales ha permitido la vinculación vital de las mismas con las Líneas Medulares de Investigación establecidas en el PROIN y gestionadas desde la Unidad de Investigación y Posgrados, contribuyendo a la consolidación de los procesos investigativos. El Departamento de Humanidades y Formación Integral se caracteriza por la formación humanista. De tal modo que la Cátedra presupone un contenido mínimo previo de los principales conceptos antropológicos, culturales, tomísticos y teológicos. Es decir, es importante para la Cátedra que el proceso de promocio del estudiante corresponda a la formación humanística e integral con la que está comprometida la Universidad en su perspectiva misional institucional.

A partir del Modelo Pedagógico de la Universidad, se comprende la relación docente estudiantes como una relación dialógica en la que ambos son actores del proceso pedagógico y cuyo propósito principal está centrado en desarrollar habilidades y promover así el discernimiento humanístico. Con este plan se busca evitar el aprendizaje mecánico y memorístico. En este sentido, las clases tendrán presencialidad con acompañamiento del docente y trabajo autónomo, a partir de actividades extra clase que realiza el estudiante, ya sea en trabajo en equipo o autónomo.

La metodología se desarrollará siguiendo el esquema:

La investigación formativa se comprenderá como el proceso según el cual, "...a partir de un problema de la historia de Colombia el estudiante busca, indaga, revisa literatura relacionada, recoge datos, los organiza, los interpreta y enuncia soluciones. Construye, así, (organiza) conocimiento o aprendizaje de conocimiento, aunque sea conocimiento ya existente". Por lo tanto, el estudiante ha de desarrollar: la búsqueda de recursos históricos; la contextualización de conexiones problemáticas; el estudio de la realidad y los problemas del contexto inmediato y mediato; la sistematización de resultados logrados en la búsqueda de recursos históricos y, la interacción hermenéutica en textos, contextos y pretextos en el progreso del trabajo de campo (RESTREPO,2003).

Con la investigación formativa se aprende, entonces, a realizar procesos como: análisis, reflexión, innovación y trabajo en grupo. Sus resultados por tanto se evidencian en el enriquecimiento propio de la comunidad académica. En este orden de ideas, tales capacidades se forman a partir de un proceso continuo que debe desarrollar competencias específicas que en cierto momento posibiliten una investigación a futuro.

La metodología problematizadora se desarrollará siguiendo el esquema: a) Planteamiento del problema, búsqueda de alternativas de solución, discusión y profundización; b) El docente asume la orientación de la problemática, la discusión y profundización del tema y; c) El estudiante, por su parte, se hace responsable de la consulta e investigación bibliográfica o de campo y de la aplicación o producción de nuevo material (textos, gráficos, videos, entre otros).

Para el logro de lo anterior, se propone la intervención del contexto (que es la realidad espacio temporal), el pretexto (que es el sujeto que accede a la realidad) y, el texto (que es la unidad o interacción entre realidad-sujeto). Compréndase por intervención del contexto el estudio de algunos fenómenos históricos alrededor de problema que se quiera abordar. Ello bajo el concepto de que el estudio de los fenómenos ya es una manera de intervenirlos. En este ejercicio aparece el proceso de comprensión que se aplicará en los diferentes análisis problémico. Conforme a ello, se aplica en el ejercicio dialéctico de la siguiente manera:

**FASES DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN FORMATIVA:**

**Crónica:**

Escrito narrativo que pretende mostrar un evento en orden cronológico, de manera fidedigna y con un lenguaje propio que permita la interpretación de dicho evento.

**Estructura:**

- a. Título.
- b. Introducción: Contextualizar el evento y su importancia.
- c. Desarrollo: Descripción de la experiencia de manera detallada y cronológica sin perder de vista la interpretación y la percepción de la misma (¿qué? ¿cómo? ¿cuándo? ¿Dónde? ¿quién? ¿por qué?).
- d. Cierre de la crónica.
- e. Referencias en caso de que sean requeridas.

**CARACTERÍSTICAS NECESARIAS PARA LA CRÓNICA**

Criterio a evaluar	Items
Aspectos formales	El título es convincente y pertinente con el tema.
	Es claramente identificable el esquema del texto (introducción, desarrollo y cierre).
	Elabora párrafos y utiliza correctamente los conectores.
	Las oraciones están completas y son coherentes.
	En caso de que la crónica presente citas textuales están se encuentran entre comillas.
Introducción	Estructura una sección de introducción que presenta y contextualiza el evento narrado.
Desarrollo	Es claro el trabajo investigativo del evento narrado en el desarrollo del texto (datos, testimonios, hechos históricos, etc.) para evidenciar la objetividad de este.
Cierre	La crónica presenta una estructura de cierre.
Presentación	Cumple con los parámetros de presentación solicitados por el docente.
	Entrega el trabajo en la fecha establecida por el docente.
Gramática	Utiliza los signos de puntuación de forma adecuada.
	Redacta con apego a las reglas ortográficas.

**CONOCIMIENTOS PREVIOS PARA INICIAR EL ABORDAJE DEL ESPACIO ACADÉMICO**

**DIMENSIONES DE LA ACCIÓN HUMANA, COMPETENCIAS, CONTENIDOS Y ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS A DESARROLLAR**

**COMPRENDER:** Establece relaciones y analogías que permitan encontrar el sentido de un problema, a través de análisis de varios textos argumentativos para su posterior contextualización, reflexionando sobre sus posibles implicaciones sociales. Reconoce las diferentes categorías desde el campo teórico dentro la realidad social inmediata, identificando los elementos relevantes, tomando una postura crítica frente a las diferentes explicaciones que ofrece los análisis sobre multiculturalismo desde los referentes bibliográficos.

**HACER:** Propone alternativas de solución a problemas reales relacionados con la ciencia y la biotecnología desde la disciplina o profesión que cursa y que pueda aplicarse en un contexto determinado, con base en las reflexiones de género y generación.

**OBRAR:** Establece escenarios de reflexión que propicien un acercamiento a las diferencias de posturas de vida desde una perspectiva más incluyente y se asuman valores de respeto, comprensión, tolerancia con otras manifestaciones subjetivas reguladores que propendan por el direccionamiento de la reflexión de género y generación.

**COMUNICAR:** Sustenta con un lenguaje claro, técnico y fluido, su proceso de entendimiento y postura argumentativa sobre la problemática de la cátedra con elementos de juicio basados en los elementos vertebrales de la cátedra.



S E M A N A / S E S I Ó N	COMPETENCIA	GEN ÉRI CA (G/ ESP ECÍF ICA (E)		C O M P R E N D E R	O B R A R	H A C E R	C O M U N I C A R	UNIDADES TEMÁTICAS/ EJES TEMÁTICOS/ CONTENIDOS	ESTRATEGIA(S) DIDÁCTICA(S)	ESTRATEGIA(S) EVALUATIVA(S)
		G	E							
1 2 3 4	Adquirir los fundamentos técnicos básicos propios del deporte frente a la adaptación del cuerpo en el medio acuático.	X		X	X	X	X	Adaptación del ciclo respiratorio al medio acuático. Flotaciones. Desplazamientos en el medio acuático. Cambios de posiciones.	Clases magistrales Videos Lecturas Evaluación en Moodle	PRIMER CORTE:  2 puntos lecturas y videos del Moodle. 3 puntos socializaciones y clases teóricas. 5 puntos práctica deportiva. Cada sesión suma 10 puntos que se multiplican por el número de sesiones del corte. 30 puntos evaluación en Moodle. El total de los puntos se divide sobre 2 para un total de 50 puntos.
5 6 7 8	Adquirir los fundamentos técnicos necesarios para la correcta ejecución de los estilos alternos en la natación clásica de carreras.	X		X	X	X	X	Flotaciones dorsales. Desplazamientos dorsales Fundamentos técnicos del estilo espalda. Flotaciones ventrales. Desplazamientos ventrales. Control respiratorio. Fundamentos técnicos del estilo crol.	Clases magistrales Videos Lecturas Lectura en segunda lengua.	SEGUNDO CORTE:  2 puntos lecturas y videos del Moodle. 3 puntos socializaciones y clases teóricas. 5 puntos práctica deportiva. Cada sesión suma 10 puntos que se multiplican por el número de sesiones del corte.
								<i>¿Qué elementos caracterizaron la crisis de la sociedad</i>		

9 10 11 12	Adquirir los fundamentos técnicos necesarios para la correcta ejecución de los estilos simultáneos en la natación clásica de carreras.	X		X	X	X	X	<i>colombiana durante el siglo XX? ¿Cómo se percibió esa crisis desde los partidos políticos, los sectores sociales y el Estado? (JUZGAR)</i>	Clases magistrales Videos Lecturas Evaluación práctica.	10 puntos ejercicio en segunda lengua. 20 puntos evaluación práctica. El total de los puntos se divide sobre 2 para un total de 50 puntos.
13 14 15 16	Consolidación, aplicación y afianzamiento de los conceptos aprendidos en los anteriores cortes.	X		X	X	X	X	Entrega de la cartilla. Aplicación del parcial final.	Entrega de producto final: Cartilla Aplicación de conocimientos adquiridos por medio de evaluación final.	TERCER CORTE:  50 puntos producto investigación formativa. 60 puntos parcial final.



**CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**
**Sistema de puntos**

A continuación se especifican los criterios y el valor en puntos para cada una de ellos; los cuales se deben tener en cuenta al momento de calificar las actividades desarrolladas por el estudiante, a partir de la guía que ofrece el Manual de Lectoescritura para el Docente, que se encuentra en Departamento de Humanidades y Formación Integral.

**Criterios de evaluación de actividades:**

<i>ACTIVIDAD</i>	<i>CRITERIO</i>	<i>PUNTOS</i>	<i>TOTAL</i>
<i>Evaluación practica</i>	<i>Indumentaria</i>	2	20
	<i>Ejecución de la fundamentación técnica</i>	18	
<i>Evaluación escrita</i>	<i>Puntualidad</i>	5	50
	<i>Sumatoria de puntos de la evaluación</i>	45	
<i>Producto entregable</i>	<i>Puntualidad</i>	10	50
	<i>Coherencia y pertinencia</i>	20	
	<i>Argumentación</i>	20	
<i>Ejercicio en segunda lengua</i>	<i>Coherencia y argumentación</i>	10	10

**Actividades programadas por corte académico:**
**PRIMER CORTE:**

<i>ACTIVIDAD</i>	<i>PUNTOS</i>
Sesiones de clase	70
Evaluación Moodle	30
<i>TOTAL</i>	100

**SEGUNDO CORTE:**

<i>ACTIVIDAD</i>	<i>PUNTOS</i>
Sesiones de clase	70
Ejercicio en segunda lengua	10
Evaluación práctica	20
<i>TOTAL</i>	100

**TERCER CORTE:**

<i>ACTIVIDAD</i>	<i>PUNTOS</i>
Evaluación escrita	50
Producto investigación formativa	50
<i>TOTAL</i>	100

**BIBLIOGRAFÍA, WEBGRAFÍA Y OTRAS FUENTES**

Maglisco Ernest: Nadar Más Rápido: Tratado Completo de Natación; Editorial Hispano Europea, 1995.

Bucher Walter: 1000 Ejercicios y Juegos de Natación y Actividades Acuáticas; Editorial Hispano Europea, 2007.

**WEBGRAFÍA**

Historia de la Natación. Hernandez A. [www.i-natacion.com/articulos/historia/historia1.html](http://www.i-natacion.com/articulos/historia/historia1.html)

Natación: El Estilo Espalda. Hernandez A. [www.i-natacion.com/articulos/modalidades/espalda.html](http://www.i-natacion.com/articulos/modalidades/espalda.html)

Natación: El Estilo Crol. Hernandez A. [www.i-natacion.com/articulos/modalidades/crol.html](http://www.i-natacion.com/articulos/modalidades/crol.html)

Natación: El Estilo Braza. Hernandez A. [www.i-natacion.com/articulos/modalidades/braza.html](http://www.i-natacion.com/articulos/modalidades/braza.html)

Natación: El Estilo Mariposa. Hernandez A. [www.i-natacion.com/articulos/modalidades/mariposa.html](http://www.i-natacion.com/articulos/modalidades/mariposa.html)

<https://www.entrenamiento.com/author/tomasbisono/>

**VIDEOS:**

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=Cuerpo+Milagroso+Los+Nadadores+M%C3%A1s+Fuertes+Del+Mundo+Michael+Pheps](https://www.youtube.com/results?search_query=Cuerpo+Milagroso+Los+Nadadores+M%C3%A1s+Fuertes+Del+Mundo+Michael+Pheps) <https://www.youtube.com/watch?v=DIVF6x98oCc>

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=Michael+Phelps+El+Mostruo+En+El+Agua](https://www.youtube.com/results?search_query=Michael+Phelps+El+Mostruo+En+El+Agua)  
<https://www.youtube.com/watch?v=xTXZ81uB96M>

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=Natacion+Crol+Analisis+T%C3%A9cnico](https://www.youtube.com/results?search_query=Natacion+Crol+Analisis+T%C3%A9cnico)  
[https://www.youtube.com/watch?v=ja0Zd\\_DY1p8](https://www.youtube.com/watch?v=ja0Zd_DY1p8)

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=Natacion+Espalda+Analisis+T%C3%A9cnico](https://www.youtube.com/results?search_query=Natacion+Espalda+Analisis+T%C3%A9cnico)  
<https://www.youtube.com/watch?v=YzI9c200yVg>

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=Natacion+Pecho+o+Braza+Analisis+T%C3%A9cnico](https://www.youtube.com/results?search_query=Natacion+Pecho+o+Braza+Analisis+T%C3%A9cnico)  
[https://www.youtube.com/watch?v=lyA2Xz\\_bqJs](https://www.youtube.com/watch?v=lyA2Xz_bqJs)

[https://www.youtube.com/results?search\\_query=Natacion+Mariposa+Analisis+T%C3%A9cnico](https://www.youtube.com/results?search_query=Natacion+Mariposa+Analisis+T%C3%A9cnico)

<b>FIRMA DEL DOCENTE</b>	<b>V°B° COORDINADOR DE ÁREA, MÓDULO Y/O CAMPO DE FORMACIÓN</b>
--------------------------	--

VICTOR MANUEL NUÑEZ PINILLA

*Luis Antonio Merchán Parra*

**FECHA DE ELABORACIÓN:**

<b>DD</b>	<b>MM</b>	<b>AA</b>
28	08	2015

**FECHA DE ACTUALIZACIÓN:**

<b>DD</b>	<b>MM</b>	<b>AA</b>
17	01	2018

