Universidad Rey Juan Carlos

GUÍA DOCENTE

NATACION Y ACTIVIDADES ACUATICAS

GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE (3º y 4º curso)

CURSO 2026-27

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

Fecha de publicación: 05-07-2026

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

I.-Identificación de la Asignatura	
Tipo	OBLIGATORIA
Período de impartición	1 curso, 2Q semestre
Nº de créditos	6
Idioma en el que se imparte	Castellano

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

II.-Presentación

Esta materia contempla la natación deportiva con los diferentes estilos, las habilidades acuáticas, las bases del waterpolo, iniciación a la natación sincronizada, el fítnes acuático y natación terapéutica, que forman un conjunto de conocimientos teorico-prácticos de los que un futuro graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, debe tener competencias básicas.
Actualmente los centros educativos, los municipios, asociaciones etc..., disponen de instalaciones acuáticas e incluyen estas actividades dentro de sus planes educativos, formativos y de mejora de la salud.
La asignatura Natación y Actividades Acuáticas, adquiere una gran importancia de cara a esta demanda social, siendo fundamental la formación de los futuros docentes en el ámbito de las actividades acuáticas más demandadas.
Los conocimientos previos para la realización de esta materia, consisten en el dominio de las habilidades básicas en el medio acuático: flotación, respiración y propulsión.
Todos los alumnos deben venir provistos de la indumentaria necesaria para la realización de las prácticas en piscina, bañador deportivo, gorro, gafas y zapatillas.
Para que los alumnos adquieran las competencias de esta asignatura, es necesario que realicen metodologías de aprendizaje colaborativo, descubrimiento guiado y por resolución de problemas, así mismo las prácticas estan basadas en simulaciones, el alumno debe practicar con otros estudiantes, ayudarles a realizar diferentes movimientos o correcciones, asumiendo el rol de profesor de esta materia.
Las prácticas son obligatorias y serán supervisadas en todo momento por el profesor, el no realizarlas conforme a lo expuesto anteriormente supondrá no adquirir las competencias y por tanto, no superar la asignatura.
Al tratarse de una asignatura en extinción con asignatura equivalente en el nuevo plan de estudios, los estudiantes matriculados en la asignatura extinta podrán cursar la asignatura equivalente del plan de estudios modificado. Sin perjuicio de lo anterior, en la presente guía se han adaptado las actividades formativas, el tiempo de trabajo, la metodología docente y los sistemas de evaluación para que el alumno que la curse adquiera los resultados de aprendizaje previstos.

II.B-Presentación en inglés

null

III.-Resultados de Aprendizaje

CG3. Demostrar capacidad de análisis y síntesis del conocimiento adquirido, siendo capaz de elaborar ideas propias y aplicarlas con rigor científico.
CG7. Diseñar, desarrollar, presentar y defender públicamente informes de elaboración propia, relacionados con el perfil profesional.
CG8. Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo, en la dirección de grupos humanos que practiquen actividad física y deporte.
CG9. Desarrollar la capacidad de adaptación a nuevas situaciones, promoviendo la innovación y creatividad para la solución de los problemas profesionales.
CE7. Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.
CE9. Diseñar programas de iniciación a los deportes colectivos, individuales, y de adversario, adaptados a las características personales y contextuales de los deportistas.
CE10. Analizar la estructura de una tarea motriz y diseñar nuevas tareas de acuerdo a los modelos de enseñanza deportiva.
CE11. Diseñar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
CE12. Analizar y aplicar los fundamentos técnicos y tácticos, en la enseñanza y el entrenamiento del deporte.
CE24. Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad.

- Leyenda para las titulaciones no adaptadas al RD 822/21: **CB** - competencias básicas, **CG** - competencias generales, **CE** - competencias específicas, **CT** - competencias transversales.
- Leyenda para las titulaciones adaptadas al RD 822/21: **CON** - conocimientos, **COM** - competencias, **HAB** - habilidades.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

IV.-Contenido

IV.A.-Temario de la asignatura

Bloques temáticos teóricos y prácticos:

Tema 1. Planteamientos pedagógicos actuales en la enseñanza de la natación y otras habilidades acuáticas.Adaptación, conocimiento y dominio del cuerpo en el medio acuático.
Tema 2. Las habilidades básicas y específicas en el medio acuático. Los estilos deportivos en natación y la tridimensionalidad.Las bases metodológicas del aprendizaje y perfeccionamiento de los estilos.
Tema 3. Los modelos técnicos.
•Tema 3.1. Estilo crol.
•Tema 3.2. Estilo espalda.
•Tema 3.3. Estilo braza.
•Tema 3.4. Estilo mariposa.
Tema 4. El modelo técnico de las salidas y virajes de los estilos de natación.
Tema 5. Iniciación al waterpolo.
Tema 6. Natación sincronizada.
Tema 7. Iniciación al socorrismo acuático. Primeros auxilios en medio acuático.
Tema 8. Iniciación al trabajo vertical en agua. Fítnes acuático.
Tema 9. Natación terapéutica: Patologías de columna vertebral y embarazadas.
Tema 10. Natación y actividad acuática en grupos de edad: matronatación y tercera edad.
Tema 11. Discapacidad y medio acuático. Aprendizaje, habilidades y natación.

IV.B.-Actividades formativas

Tipo	Descripción
Prácticas	Los alumnos tendrán que participar en las clases prácticas, donde se desarrollara los diferentes contenidos prácticos de la asignatura.
Lecturas	Los alumnos deberán leer la bibliografía propuesta para la asignatura y utilizarla para resolver los diferentes trabajos que se les pedirán durante la asignatura.
Trabajos individuales	Los alumnos de forma individual deberán resolver las diferentes tareas propuesta durante la asignatura.
Otras actividades	Los alumnos recibirán clases magistrales de cada uno de los contenidos de la asignatura.
Trabajos colectivos	Los alumnos de forma colectiva deberán resolver las diferentes tareas propuestas durante la asignatura

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

V.-Tiempo de trabajo del alumnado (30h grado y 25h máster)	
Clases teóricas	15
Clases de resolución de ejercicios, problemas, casos, etc.	12
Prácticas en laboratorios experimentales, tecnológicos, clínicos, campo, etc.	30
Realización de pruebas	3
Tutorías académicas	14
Actividades relacionadas: jornadas, seminarios, etc.	4
Preparación de clases teóricas	24
Preparación de prácticas/ejercicios/casos	62
Preparación de pruebas	16
Total de horas de trabajo del alumnado	180

VI.-Metodología y plan de trabajo

Tipo	Periodo	Contenido
Trabajos colectivos	Semana 2 a Semana 14	Elaboración de progresiones de enseñanza para los diferentes bloques prácticos que componen la asignatura. Corrección de errores, progresiones. Demostraciones prácticas y correcciones por grupos. Aprendizaje por resolución de problemas. Utilización de Redes sociales para trabajos y divulgación de contenidos.
Trabajos individuales	Semana 2 a Semana 14	Elaboración de progresiones de enseñanza para los diferentes bloques prácticos que componen la asignatura. Corrección de errores, progresiones. Demostraciones prácticas y correcciones por grupos. Aprendizaje por resolución de problemas. Utilización de Redes sociales para trabajos y divulgación de contenidos.
Prácticas	Semana 1 a Semana 15	Demostración práctica de habilidades acuáticas. Metodología participativa grupal. Resolución de problemas. Se realizarán en las instalaciones deportivas en la piscina en grupos pequeños.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

Clases Teóricas	Semana 1 a Semana 15	Cada semana se mandará el contenido con antelación del tema previsto ver en la clase teórica, y se realizarán trabajos individuales y/o grupales en relación a la temática para favorecer la asimilación de los contenidos.
Tutorías académicas	Semana 1 a Semana 15	Presenciales de forma individual o grupal previo correo electrónico por el aula virtual, fijadas con anterioridad.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

VII.-Método de evaluación

El modelo de evaluación general es la evaluación continua, tal como establece el Reglamento de evaluación de los resultados de aprendizaje de la Universidad Rey Juan Carlos.

Deberán utilizarse todos los sistemas de evaluación establecidos para la asignatura en la memoria de la titulación, excepto aquellos que tuviesen una ponderación mínima del 0%, que podrán utilizarse en los cursos académicos en los que el profesorado lo considere oportuno. Cada uno de los sistemas de evaluación podrá ser aplicado mediante una o más actividades de evaluación, coherentes con ese sistema. Ninguna de las actividades de evaluación podrá superar individualmente el 60% de la calificación global de la asignatura.

La suma de las actividades de evaluación no revaluables no podrá superar el 40% de la calificación global de la asignatura y, en general, no deberían tener nota mínima (salvo en el caso de actividades de carácter práctico en las que, estrictamente, no pudieran reproducirse en la convocatoria extraordinaria las condiciones de evaluación de la convocatoria ordinaria).

El alumnado que no consiga superar la asignatura en la convocatoria ordinaria, o no se hayan presentado, podrán presentarse a la convocatoria extraordinaria únicamente a las actividades de evaluación revaluables no superadas.

El uso de herramientas basadas en inteligencia artificial está prohibido en cualquier ejercicio y prueba de evaluación de la asignatura salvo que el profesor lo indique de forma explícita en el enunciado o en el material de esta. En caso de que esté permitido, se darán indicaciones precisas de qué usos están permitidos y cuáles no.

La distribución y características de las actividades de evaluación son las que se describen a continuación.

VII.A.- Descripción de las actividades de evaluación y su ponderación

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

VII.-Método de evaluación
El modelo de evaluación general es la evaluación continua, tal como establece el Reglamento de evaluación de los resultados de aprendizaje de la Universidad Rey Juan Carlos.
Deberán utilizarse todos los sistemas de evaluación establecidos para la asignatura en la memoria de la titulación, excepto aquellos que tuviesen una ponderación mínima del 0%, que podrán utilizarse en los cursos académicos en los que el profesorado lo considere oportuno. Cada uno de los sistemas de evaluación podrá ser aplicado mediante una o más actividades de evaluación, coherentes con ese sistema. Ninguna de las actividades de evaluación podrá superar individualmente el 60% de la calificación global de la asignatura.
La suma de las actividades de evaluación no revaluables no podrá superar el 40% de la calificación global de la asignatura y, en general, no deberían tener nota mínima (salvo en el caso de actividades de carácter práctico en las que, estrictamente, no pudieran reproducirse en la convocatoria extraordinaria las condiciones de evaluación de la convocatoria ordinaria).
El alumnado que no consiga superar la asignatura en la convocatoria ordinaria, o no se hayan presentado, podrán presentarse a la convocatoria extraordinaria únicamente a las actividades de evaluación revaluables no superadas.
La distribución y características de las actividades de evaluación son las que se describen a continuación.
VII.A.- Descripción de las actividades de evaluación y su ponderación
EVALUACIÓN ORDINARIA
Sistema de evaluación Actividades Ponderación
Examen escrito (reevaluable)
Examen final de la materia que constará de preguntas tipo test. El examen constará de preguntas sobre el contenido teórico y sobre el práctico. El alumno recibirá previamente la rúbrica de este bloque.
60%
Examen práctico (no reevaluable)
Se valorará la capacidad de ejecución práctica y de la capacidad de observación y corrección docente, así como las alternativas de ejecución que se aplican. El alumno tendrá previamente el documento de la rúbrica a su disposición.
20%
Trabajo individual
Se valorará la capacidad de evaluar y realizar correcciones técnicas a través de metodología de resolución de problemas
10%
Trabajo en grupo
Elaboración de progresiones de enseñanza/aprendizaje para los diferentes componentes de la natación.
10%
Para superar la asignatura es estrictamente necesario:
•Asistir a un mínimo del 80% de las clases prácticas.
•Superar el 50% de los examenes escrito y práctico.
Para aquellos alumnos que no alcancen el 80% de la asistencia a las clases prácticas, además de realizar el examen escrito, las tareas planteadas en el aula virtual y el examen de ejecución práctica deberán realizar una prueba escrita de evaluación adicional (suficiencia práctica) el mismo día del examen oficial, en la que se plantearán preguntas de aplicación y de diseño de tareas, relacionadas con los contenidos tratados en las sesiones prácticas. En este caso, la calificación obtenida por el alumnado según este proceso de evaluación en la parte práctica de la asignatura corresponderá a la media entre el examen de

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

ejecución práctica y la prueba escrita sobre los contenidos prácticos de la asignatura.
EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA
Los alumnos que no consigan superar la evaluación ordinaria, o no se hayan presentado, serán objeto de la realización de una evaluación extraordinaria, en las fechas que fija la universidad para la realización de la misma, para verificar la adquisición de las competencias establecidas en esta guía.
La posibilidad de utilización de IA en las actividades de evaluación será determinada por el profesor. En caso de permitirse, podrá solicitarse al estudiante una declaración de uso

VII.B.- Evaluación del alumnado con dispensa académica de asistencia a clase

La concesión de Dispensa Académica de Asistencia a Clase (DAAC) no implica que se quede automáticamente eximido de participar en las actividades de evaluación continua ni en las actividades formativas presenciales de asistencia obligatoria establecidas en la guía docente. Una vez concedida la dispensa, el alumnado deberá contactar con el docente, que podría proponerle las adaptaciones que considere convenientes, siempre que garanticen la adquisición y adecuada evaluación de los resultados de aprendizaje previstos. El alumnado deberá mantener a lo largo de curso una comunicación fluida con el docente para que este le proporcione información sobre las fechas en que se realizarán esas actividades formativas y de evaluación, en caso de que su programación no estuviese ya fijada y a disposición del alumnado en el momento de la concesión de la dispensa.
Asignatura con posibilidad de dispensa: No

VII.C.- Revisión y reclamación de las actividades de evaluación

Se realizará conforme al Reglamento de evaluación de los resultados de aprendizaje de la Universidad Rey Juan Carlos.

VII.D.- Alumnado con discapacidad o necesidades educativas especiales

Con el fin de garantizar la igualdad de oportunidades, la no discriminación, la accesibilidad universal y la mayor garantía de éxito académico, las adaptaciones curriculares para alumnado con discapacidad o con necesidades educativas especiales serán pautadas por la Unidad de Atención a Personas con Discapacidad, de acuerdo con la normativa que regula el servicio de Atención a Estudiantes con Discapacidad, aprobada por Consejo de Gobierno de la Universidad Rey Juan Carlos.
Para que esas adaptaciones puedan realizarse, será requisito la emisión de un informe de adaptaciones curriculares por parte de dicha Unidad, por lo que el alumnado con discapacidad o necesidades educativas especiales deberán contactar con este servicio para analizar conjuntamente las distintas opciones.

VII.E.- Conducta académica, integridad y honestidad académica

La Universidad Rey Juan Carlos está plenamente comprometida con los más altos estándares de integridad y honestidad académica, por lo que estudiar en la URJC supone asumir y suscribir los valores de integridad y la honestidad académica recogidos en el Código Ético de la Universidad.

Para acompañar este proceso, la Universidad dispone de la Normativa de Convivencia de la Universidad Rey Juan Carlos y de diferentes herramientas (antiplagio, supervisión) que ofrecen una garantía colectiva para el completo desarrollo de estos valores esenciales.

Las herramientas basadas en inteligencia artificial pueden mejorar la experiencia de aprendizaje, pero debe utilizarse de forma ética, legal, honesta y transparente. Por este motivo, deben seguirse las recomendaciones de uso adecuado indicadas por los docentes de la asignatura.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

VIII.-Recursos y materiales didácticos

Bibliografía básica

Camiña F., Cancela J. M., Pariente S., Lorenzo R. (2008). Tratado de natación: de la iniciación al perfeccionamiento. Barcelona. Paidotribo.
Cancela Carral J. M., Pariente Baglietto S. (2008). Tratado de natación, de la iniciación a las actividades acuáticas. Sevilla. Ed. Wanceulen.
Chollet, D. (2003). Natación Deportiva. INDE.
Colado Sánchez, J. C., Moreno Murcia, J. A. (2001). Fitness acuático. INDE.
González Fernandez, F., Palacios Aguilar, J., Barcala Furelos, R. J., Oleagordia Aguirre, A. (2008). Primeros Auxilios y Socorrismo Acuático, Prevención e intervención. Paraninfo.
González-Ravé, J. M. (2012). Investigaciones en Fuerza y Potencia en Natación. Madrid. Wanceulen.
Gosálvez García, Moisés. Natación y sus especialidades deportivas. (1997). Ministerio de Educación y Cultura, Consejo Superior de deportes.
Lloret, M. (2007). Natación terapéutica. 5º edición. Paidotribo.
Maglischo E. (2009). Natación, Técnica, entrenamiento y competición. Barcelona. Ed. Paidotribo.
Navarro, F. (2012) Cómo nadar bién. Madrid: Ed. Editec@Red
Sagarra L., Gallego A., Monroy A. (2017). Habilidades y destrezas básicas en el medio acuático. Madrid: Paraninfo.
Touriño C. F. (2006). La natación sincronizada: análisis técnico y artístico. Tesis Doctoral.
www.rfen.es - Reglamento de Natación.

Bibliografía complementaria

Barbara A.(2006). Nadar con bebés y niños pequeños. Barcelona. Paidotribo.
Blythe. L. (2015). Los 100 mejores ejercicios de natación. Barcelona: Paidotribo.
Bucher, W. (2006). 1000 ejercicios y juegos de natación y actividades acuáticas. Madrid Hispano Europea.
Colado Sánchez, J C.(2004). Acondicionamiento físico en el medio acuático. Barcelona.Paidotribo.
González, C.A. y Sebastián, E.M. (2000). Actividades acuáticas recreativas. Barcelona: INDE.
Jardi, C. (2006). Movernos en el agua. Desarrollo de las posibilidades educativas, lúdicas y terapéuticas. Barcelona: Paidotribo
Katz, J. (2000) Ejercicios en el agua para todos. Ed: Tutor, D.L. Madrid -
http://www.masnatacion.com/
http://www.i-natacion.com/
http://www.fan.es/
http://www.swimtech.org/
http://www.aetn.es
http://www.fina.org
http://www.i-natacion.com
http://www.fina.org/
http://www.fina.org
http://www.i-natacion.com
http://www.fina.org/

IX.-Profesorado

Nombre y apellidos	VALENTÍN EMILIO FERNÁNDEZ ELÍAS
Correo electrónico	valentin.fernandez@urjc.es
Departamento	Estudios Históricos y Sociales, Lengua Española, Literatura, Filosofía Moral y Didácticas Específicas.
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Profesor/a Ayudante Doctor/a

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.

Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	Si
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	1
Nº de Sexenios	2
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	0

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 14/11/2026 18:43 | Hash: 55567bf7ae4e5424d8138fb8eba519b9.