FACULTAD DE MEDICINA
UNIVERSIDAD DE CHILE

PROGRAMA DE CURSO
NATACIóN

Esta versión del curso se considera excepcional, debido a la emergencia sanitaria por COVID-19. Las metodologías, calendarios y evaluaciones pueden sufrir modificaciones en el transcurso del semestre, con la finalidad de dar cumplimientos satisfactorios a los resultados de aprendizaje declarados y el propósito formativo comprometido. Los eventuales cambios se llevarán a cabo según la contingencia, serán validados por la Dirección de Escuela y se informarán de manera oportuna a sus participantes, a través de los canales formales institucionales.

Validación Programa		
Enviado por: Andrea De los Angeles González Cárdenas	Participación: Profesor Encargado	Fecha envío: 17-03-2022 10:23:49
Validado por: Andrea De los Angeles González Cárdenas	Cargo: Coordinadora línea ADAF	Fecha validación: 25-03-2022 11:57:58

Antecedentes generales	
Unidad(es) Académica(s): - Dirección Académica	
Código del Curso:FG00000501014	
Tipo de curso: Electivo	Línea Formativa: General
Créditos: 2	Periodo: Primer Semestre año 2022
Horas Presenciales: 24	Horas No Presenciales: 30
Requisitos: SR	

Equipo Docente a cargo	
Nombre	Función (Sección)
Andrea De los Angeles González Cárdenas	Profesor Encargado (1,2,3)
Andrea De los Angeles González Cárdenas	Profesor Coordinador (1,2,3)
Andrea De los Angeles González Cárdenas	Coordinador General (1,2,3)

Propósito Formativo
Entregar al estudiante oportunidades de desarrollo, apreciación y perfeccionamiento de la práctica y sensibilidad estética del arte, en cualquiera de sus manifestaciones. Promover por medio de la práctica deportiva y de manera experiencial el desarrollo de valores tales como, el respeto a las personas, perseverancia y responsabilidad. Promover el mejoramiento de las cualidades psicomotoras del estudiante favoreciendo la elección de una forma de vida activa, que contribuya a su bienestar biopsicosocial.

Competencia
Dominio:Dominio Genérico Transversal
Corresponde a un conjunto de espacios formativos que contribuyen a la formación de los profesionales de la salud en tanto sujetos multidimensionales, potenciando las competencias transversales declaradas en los perfiles de egreso de las 8 Carreras de la Salud y fortaleciendo el sello de Facultad y de la Universidad de Chile, en coherencia con los lineamientos institucionales.
Competencia:Competencia 6
Trabajar en equipo, identificando las potencialidades y delimitando las responsabilidades propias como la del resto del grupo, priorizando los intereses del colectivo antes de los propios, para el logro de una tarea común, en los términos, plazos y condiciones fijados en los diversos contextos de su formación.
SubCompetencia: Subcompetencia 6.1
Desarrolla habilidades para el trabajo en equipo.
SubCompetencia: Subcompetencia 6.2
Prioriza el logro de objetivos comunes sobre los individuales, en el desarrollo de proyectos colectivos.
SubCompetencia: Subcompetencia 6.3
Establece mecanismos de mejora para el desarrollo del trabajo en equipo.
Competencia:Competencia 7
Planificar, ejecutar y evaluar acciones orientadas a la promoción de estilos de vida saludable para sí mismo y otras personas, destacando la relevancia de la actividad física en la condición integral de salud, y posterior utilidad en procesos formativos y de intervención en salud.
SubCompetencia: Subcompetencia 7.1
Desarrollar acciones que potencien la actividad física, para una condición integral de salud.
SubCompetencia: Subcompetencia 7.2
Diseña y ejecuta estrategias para la promoción de estilos de vida saludables individuales y colectivos.
Competencia:Competencia 8
Identificar a través de diversas manifestaciones del arte, cómo el razonamiento del ser humano interpreta los estímulos sensoriales que recibe del mundo exterior, para su interpretación crítica y posterior utilidad en procesos de intervención en salud.
SubCompetencia: Subcompetencia 8.1
Desarrollar habilidades de expresión personal y observación sensible de la realidad, que se obtiene al apreciar y practicar diversas manifestaciones artísticas.

Competencia
SubCompetencia: Subcompetencia 8.2
Proyecta el uso del arte en diversas intervenciones en salud, desde un enfoque integral de las personas.

Resultados de aprendizaje
RA1. El estudiante aplique regularmente las medidas de higiene deportiva.
RA2. El estudiante logre nadar de forma global de tres estilos de Natación.
RA3. El estudiante muestra mejora en su resistencia general al nado.

Unidades	
Unidad 1:Familiarización y ambientación al medio acuático.	
Encargado: Andrea De los Angeles González Cárdenas	
Indicadores de logros	Metodologías y acciones asociadas
• Dominio y control Respiratorio • Dominio y adaptación a la apnea. • Conoce y domina el medio acuático • Conoce los principios hidrodinámicos de la natación. • Controla equilibrio y orientación en el agua. • Dominio de todas las posiciones de flotación con y sin apoyo. • Dominio de los desplazamientos con todas las formas de empuje. • Aplicación adecuada de las superficies propulsivas. • Lograr la aplicación regulas de hábitos de higiene antes, durante y después de la clase.	• Aprende los distintos intercambios y ritmos respiratorios. • Inmersión total bajo el agua. • Desplazamientos en todas las direcciones con o sin apoyo, bajo y sobre el agua. • Aplicas las leyes que dirigen los movimientos acuáticos. • Flotación ventral, dorsal y lateral. • Dominio de flotación y orientación de los segmentos. • Desplazamiento con uso de empuje de brazos bajo el agua y • Propulsión con movimientos de piernas. • Coordinación de propulsión y respiración acuática.
Unidad 2:Aprendizaje Básico de los fundamentos del estilo Crol.	
Encargado: Andrea De los Angeles González Cárdenas	
Indicadores de logros	Metodologías y acciones asociadas
• Dominio de la posición del cuerpo para el nado Crol. • Identifica la diferenciación del impulso de la patada Crol. • Conoce y domina la acción de los brazos en el nado Crol (Entada, agarre, empuje, tracción y recobro). • Adaptación del movimiento de respiración a la brazada de Crol. • Dominio de la técnica y automatización de los movimientos de los estilos Crol.	• Utiliza una posición horizontal y paralela el nivel del agua. • Utiliza la propulsión de las piernas como medio de desplazamiento. • Realiza giro sobre el eje longitudinal que acompaña el nado de espalda y disminuye la superficie de resistencia al agua. • Aplica de forma adecuada las palancas de fuerza en la fase acuática de la brazada de Crol. • Usa movimientos controlados en la fase

<table>
<tr><th colspan="2">Unidades</th></tr>
<tr><td>• Desarrolla mayor sensibilidad al medio acuático en el nado crol.

Conoce y domina todos los fundamentos del estilo Crol.</td><td>aérea de la brazada de Crol.
• Ejecución de forma adecuada respiración bilateral en el nado Crol.
• Correcta ejecución de destrezas y dominio de los gestos motores propios del estilo Crol.
• Incrementa la eficiencia y eficacia en los elementos propulsivos del cuerpo en el nado Crol.
• Recorre distancias largas en el estilo Crol. (100mts y 200mts)</td></tr>
<tr><td colspan="2">Unidad 3:Aprendizaje Básico de los fundamentos del estilo Espalda.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Encargado: Andrea De los Angeles González Cárdenas</td></tr>
<tr><td>Indicadores de logros</td><td>Metodologías y acciones asociadas</td></tr>
<tr><td>• Dominio de la posición del cuerpo para el nado Espalda.
• Identifica la diferenciación del impulso de la patada Espalda.
• Conoce y domina la acción de los brazos en el nado Espalda (Entada, agarre, empuje, tracción y recobro).
• Domina la coordinación brazada – brazada en el nado Espalda.
• Domina la coordinación Brazada – respiración en el Nado Espalda.
• Dominio de la técnica y automatización de los movimientos de los estilos espalda.
• Desarrolla mayor sensibilidad al medio acuático en el nado Espalda.
• Conoce y domina todos los fundamentos del estilo Espalda.</td><td>• Utiliza una posición horizontal y paralela el nivel del agua.
• Realiza giro sobre el eje longitudinal que acompaña el nado de espalda y disminuye la superficie de resistencia al agua.
• Utiliza la propulsión de las piernas como medio de desplazamiento.
• Aplica de forma adecuada las palancas de fuerza en la fase acuática de la brazada del nado Espalda.
• Usa movimientos controlados en la fase aérea de la brazada del nado Espalda.
• Correcta ejecución de destrezas y dominio de los gestos motores propios del estilo Espalda.
• Incrementa la eficiencia y eficacia en los elementos propulsivos del cuerpo en el nado Espalda.
• Recorre distancias largas en el estilo Espalda. (100mts y 200mts)</td></tr>
<tr><td colspan="2">Unidad 4:Aprendizaje Básico de los fundamentos del estilo Pecho.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Encargado: Andrea De los Angeles González Cárdenas</td></tr>
<tr><td>Indicadores de logros</td><td>Metodologías y acciones asociadas</td></tr>
<tr><td>• Dominio de la posición hidrodinámica del cuerpo para el nado Pecho.
• Conoce y domina la acción de los brazos en el nado Pecho (Apoyo, tirón, aproximación de codos y recobro).</td><td>• Utiliza una posición horizontal y sumergida, con la cabeza mirando hacia
• Aplica de forma adecuada las palancas de fuerza en la fase acuática de la brazada de Pecho.</td></tr>
</table>

Unidades	
• Adaptación del movimiento de respiración a la brazada de Pecho. • Dominio de la coordinación brazada – respiración en el estilo Pecho. • Conoce y domina la acción de las piernas en el nado Pecho (Recuperación, flexión de plantas, impulso y deslizo). • Desarrolla mayor sensibilidad al medio acuático en el nado Pecho. • Dominio de la técnica y automatización de los movimientos de los estilos Pecho. • Conoce y domina todos los fundamentos del estilo Pecho.	• Usa movimientos controlados en el recobro de la brazada de Pecho. • Aplica una adecuada respiración en la fase de aproximación de codos en la brazada de Pecho. • Ejecuta de forma correcta la patada de Pecho en todas sus fases. • El cuerpo del nadador adopta una posición extendida de mínima resistencia, cerca de la superficie, una vez finaliza la fase propulsiva de la patada. • Incrementa la eficiencia y eficacia en los elementos propulsivos del cuerpo en el nado Pecho. • Correcta ejecución de destrezas y dominio de los gestos motores propios del estilo Pecho. • Recorre distancias largas en el estilo Pecho. (50mts y 100mts)
Unidad 5:Desarrollo de la Resistencia general.	
Encargado: Andrea De los Angeles González Cárdenas	
Indicadores de logros	Metodologías y acciones asociadas
Mejora la resistencia general al esfuerzo físico controlado en un tiempo determinado.	Ejecuta ejercicios con variaciones de cargas por medio del nado en intervalos y nado moderado sobre distancias medidas.

Estrategias de evaluación			
Tipo_Evaluación	Nombre_Evaluación	Porcentaje	Observaciones
Prueba práctica	- Evaluación practica técnica de nado Crol.	25.00 %	
Prueba práctica	-Evaluación practica técnica de nado Espalda.	25.00 %	
Prueba práctica	-Evaluación practica técnica de nado Pecho.	25.00 %	
Prueba práctica	-Evaluación practica de Resistencia.	25.00 %	
Suma (para nota presentación examen)		100.00%	

Bibliografías
Bibliografía Obligatoria
- Kelvin Juba , 2003 , Manual de Entrenamiento de Natación , Tutor , Español , 176
- Ernest W. Maglischo, D.L. Costill, A.B. Richardson , 1995 , La natación: aspectos bilógicos y mecánicos técnica y entrenamientos , Hispano Europea , Español , 256
Bibliografía Complementaria

Plan de Mejoras
Dado que el curso contempla sólo una sesión semanal, se sugiere a los estudiantes complementar el entrenamiento con al menos una sesión de forma autónoma en Piscina, o en las distintas alternativas propuestas por el equipo UDyR en las horas consideradas como trabajos no presenciales.

Requisitos de aprobación y asistencia adicionales a lo indicado en decreto Exento N°23842 del 04 de julio de 2013.
Porcentaje y número máximo permisible de inasistencias que sean factibles de recuperar:
Las modalidades de recuperación de actividades obligatorias y de evaluación:
Condiciones adicionales para eximirse:
Curso no posee examen.
El examen final podría no ser reprobatorio pero dependerá de la nómina oficial de cursos administrada por cada Escuela en concordancia con lo estipulado por la Dirección de Pregrado.

ANEXOS

Requisitos de aprobación.
Artículo 24: El rendimiento académico de los(las) estudiantes será calificado en la escala de notas de 1,0 a 7. La nota mínima de aprobación de cada una de las actividades curriculares para todos los efectos será 4,0, con aproximación. Las calificaciones parciales, las de presentación a actividad final y la nota de actividad final se colocarán con centésima. La nota final de la actividad curricular se colocará con un decimal para las notas aprobatorias, en cuyo caso el 0,05 o mayor se aproximará al dígito superior y el menor a 0,05 al dígito inferior. Artículo 25: El alumno(a) que falte sin la debida justificación a cualquier actividad evaluada, será calificado automáticamente con la nota mínima de la escala (1,0). Artículo 26: La calificación de la actividad curricular se hará sobre la base de los logros que evidencie el(la) estudiante en las competencias establecidas en ellos. La calificación final de los diversos cursos y actividades curriculares se obtendrá a partir de la ponderación de las calificaciones de cada unidad de aprendizaje y de la actividad final del curso si la hubiera. La nota de aprobación mínima es de 4,0 y cada programa de curso deberá explicitar los requisitos y condiciones de aprobación previa aceptación del Consejo de Escuela. Artículo 27: Los profesores o profesoras responsables de evaluar actividades parciales dentro de un curso deberán entregar los resultados a los(as) estudiantes y al(la) Profesor(a) Encargado(a) en un plazo que no exceda los 15 días hábiles después de la evaluación y antes de la siguiente evaluación. En aquellos cursos que contemplan Examen Final, la nota de presentación a éste deberá estar publicada como mínimo 3 días hábiles antes del examen y efectuarlo será responsabilidad del(la) Profesor(a) Encargado(a) del Curso. Artículo 28: Al finalizar el curso, o unidad de aprendizaje podrán existir hasta dos instancias para evaluar los logros de aprendizaje esperados en el(la) estudiante, debiendo completarse el proceso de calificación en un plazo no superior a 15 días continuos desde la fecha de rendición del examen de primera oportunidad. Artículo 29: Aquellos cursos que contemplan una actividad de evaluación final, el programa deberá establecer claramente las condiciones de presentación a esta. 1. Será de carácter obligatoria. 2. Si la nota es igual o mayor a 4.0 el estudiante tendrá derecho a dos oportunidades de evaluación final. 3. Si la nota de presentación a evaluación final está entre 3.50 y 3.99 (ambas incluidas), el estudiante sólo tendrá una oportunidad de evaluación final. 4. Si la nota de presentación es igual o inferior a 3.49, el estudiante pierde el derecho a evaluación final, reprobando el curso. En este caso la calificación final del curso será igual a la nota de presentación. 5. Para eximirse de la evaluación final, la nota de presentación no debe ser inferior a 5,0 y debe estar especificado en el programa cuando exista la eximición del curso. Reglamento general de los planes de formación conducentes a las Licenciaturas y títulos profesionales otorgados por la Facultad de Medicina, Decreto Exento Nº 23842 del 04 de julio de 2013.

Norma operativa de inasistencia a actividades obligatorias y evaluaciones, en contexto de pandemia.

ACTIVIDADES OBLIGATORIAS:

Todos los cursos deben explicitar en su programa, y en la sesión inaugural, las actividades que son obligatorias y que requieren un porcentaje de asistencia sin ser evaluaciones; si estas son recuperables o no y los respectivos mecanismos de recuperación.
Según el contexto actual, la cantidad de actividades obligatorias que no son evaluaciones debe representar un mínimo del programa y debe estar debidamente justificadas en su pertinencia para la formación. Asimismo, el porcentaje máximo de inasistencias, claramente definido en el programa, debe responder a criterios de flexibilidad y posibilidades de recuperación.
Frente a inasistencias a estas actividades, se deberán seguir los siguientes pasos:

NORMAS PARA ACTIVIDADES OBLIGATORIAS QUE NO SON EVALUACIONES

1. La justificación de inasistencias a evaluaciones puede presentarse mediante una justificación fundada, reconociendo también en este aspecto la salud mental y las situaciones derivadas de infección por COVID-19 del o la estudiante o del cuidado de personas con quienes conviven. Así mismo, se entregarán facilidades de justificación ante eventualidades como: falta de conexión a internet, corte de luz, duelo por familiar, enfermedad de estudiante o familiar; los cuáles podrán ser presentados con su debida justificación.
2. Si un estudiante se aproxima o sobrepasa el número máximo de inasistencias, el Profesor Encargado de Curso debe presentar el caso al Coordinador de Nivel, quien verifica si las inasistencias se producen en otros cursos del nivel respectivo. A su vez lo presenta al Consejo de Escuela respectiva, instancia que, basada en los antecedentes, califica y resuelve la situación.
3. Las inasistencias debidamente justificadas a estas actividades, deberán recuperarse de acuerdo a lo indicado en el programa de curso.
4. El estudiante que sobrepase el máximo de inasistencias permitido, figurará como “Pendiente” en el Acta de Calificación Final de la asignatura, siempre que a juicio del PEC, o el Consejo de Nivel o el Consejo de Escuela, las inasistencias con el debido fundamento, tengan causa justificada (Ej, certificado médico comprobable, informe de SEMDA, causas de tipo social o familiar acreditadas por el Servicio de Bienestar Estudiantil).
5. El estudiante que sobrepase el máximo de inasistencias permitido, y no aportó elementos de juicio razonables y suficientes que justificaran el volumen de inasistencias, figuraba como “Reprobado” en el Acta de Calificación Final de la Asignatura con nota final 3.4.
6. Dado el contexto sanitario, en caso de que un estudiante, por los motivos antes señalados, no pudiese asistir a la fecha de recuperación, contará con una oportunidad adicional de fijar una nueva fecha, cumpliendo con todos los pasos anteriores, En caso de una nueva inasistencia, se procederá según el punto 4 y 5.
7. La inasistencia a una actividad deberá ser comunicada vía solicitud al sistema en línea de justificación de inasistencias provisto para los y las estudiantes en el Portal de Estudiantes e informada directamente a la coordinación de nivel por la vía disponible para cada estudiante.

Norma operativa de inasistencia a actividades obligatorias y evaluaciones, en contexto de pandemia.

NORMAS PARA ACTIVIDADES OBLIGATORIAS DE EVALUACIÓN

1. La justificación de inasistencias a evaluaciones puede presentarse mediante una justificación fundada, reconociendo también en este aspecto la salud mental y las situaciones derivadas de infección por COVID-19 del o la estudiante o del cuidado de personas con quienes conviven. Así mismo, se entregarán facilidades de justificación ante eventualidades como: falta de conexión a internet, corte de luz, duelo por muerte de cercan- enfermedad de estudiante o familiar; los cuáles podrán ser presentados sin justificativo médico o psicosocial.
2. La inasistencia a una evaluación deberá ser comunicada vía solicitud al sistema en línea de justificación de inasistencias provisto para los y las estudiantes en el Portal de Estudiantes, en un plazo máximo de 5 días, e informada directamente a la coordinación de nivel por la vía disponible para cada estudiante.
3. Las inasistencias debidamente justificadas a estas actividades, deberán recuperarse de acuerdo a lo indicado en el programa de curso.
4. Si la justificación se realiza en los plazos estipulados y el PEC acoge la justificación, la actividad deberá ser recuperada según la forma y plazos informados en en el programa.
5. Dado el contexto sanitario, en caso de que un estudiante, por los motivos antes señalados, no pudiese asistir a la fecha de recuperación, contará con una oportunidad adicional de fijar una nueva fecha de evaluación, cumpliendo con todos los pasos anteriores. En caso de presentarse una nueva inasistencia a la evaluación recuperativa, se procederá según el punto 6.
6. Si no se realiza esta justificación en los plazos estipulados, el estudiante debe ser calificado con la nota mínima (1,0) en esa actividad de evaluación.

Si un estudiante con fundamento y causa justificada, no puede dar término a las actividades finales de un curso inscrito, analizados los antecedentes, por el Consejo de Nivel y/o Consejo de Escuela, el PEC puede dejar pendiente el envío de Acta de Calificación Final, por un periodo máximo de 20 días hábiles a contar de la fecha de cierre de semestre establecida en el calendario académico de la Facultad. Transcurrido este periodo, es responsabilidad del PEC enviar el Acta de Calificación Final (Art. 20 D.E. N°23842/2013).

La Dirección de Escuela debe estar en conocimiento e informar oportunamente a Secretaría de Estudios.

Norma operativa de inasistencia a actividades obligatorias y evaluaciones, en contexto de pandemia.
DISPOSICIONES FINALES: 1. Cualquier situación no contemplada en esta normativa, debe ser evaluada en Consejos de Escuelas respectivos. Lo anterior, teniendo en consideración las disposiciones de reglamentación universitaria vigente. 2. Es responsabilidad de las Direcciones de Escuela, poner en conocimiento de los Coordinadores de Nivel, Profesores Encargados de Curso (PEC), académicos y estudiantes la presente normativa. 3. Las fechas destinadas a actividades de recuperación, deben ser previas al examen final del curso. El estudiante tendrá derecho a presentarse al examen final sólo con sus inasistencias recuperadas. 4. En el caso de cursos que no contemplen examen final, las actividades recuperativas deben ser realizadas antes de la fecha definida semestralmente para el cierre de actas. 5. En caso de inasistencia a cualquier actividad obligatoria, se sugiere que, adicionalmente, el estudiante comunique su inasistencia por la vía más expedita (correo, teléfono, delegada de curso, coordinación de nivel, etc.) a su PEC. Esto puede complementar el ingreso de justificación a la plataforma, favorece la comunicación directa según exista la necesidad de aportar mayores antecedentes para resolver el caso o planificar acciones de acompañamiento futuro.

Política de corresponsabilidad social en la conciliación de las responsabilidades familiares y las actividades universitarias.

Con el fin de cumplir con los objetivos de propender a la superación de las barreras culturales e institucionales que impiden un pleno despliegue, en igualdad de condiciones, de las mujeres y hombres en la Universidad y el país; Garantizar igualdad de oportunidades para la participación equitativa de hombres y mujeres en distintos ámbitos del quehacer universitario; Desarrollar medidas y acciones que favorezcan la corresponsabilidad social en el cuidado de niñas y niños y permitan conciliar la vida laboral, estudiantil y familiar; y, Desarrollar un marco normativo pertinente a través del estudio y análisis de la normativa universitaria vigente y su eventual modificación, así como de la creación de una nueva reglamentación y de normas generales relativas a las políticas y planes de desarrollo de la Universidad; se contempla cinco líneas de acción complementarias:

Línea de Acción N°1: proveer servicios de cuidado y educación inicial a hijos(as) de estudiantes, académicas(os) y personal de colaboración, facilitando de este modo el ejercicio de sus roles y funciones laborales o de estudio, mediante la instalación de salas cunas y jardines infantiles públicos en los diversos campus universitarios.

Línea de Acción N°2: favorecer la conciliación entre el desempeño de responsabilidades estudiantiles y familiares, mediante el establecimiento en la normativa universitaria de criterios que permitan a los y las estudiantes obtener la necesaria asistencia de las unidades académicas en el marco de la corresponsabilidad social en el cuidado de niñas y niños.

Línea de Acción N°3: garantizar equidad de género en los procesos de evaluación y calificación académica, a través de la adecuación de la normativa| universitaria respectiva, con el fin de permitir la igualdad de oportunidades entre académicas y académicos en las distintas instancias, considerando los efectos de la maternidad y las responsabilidades familiares en el desempeño y la productividad tanto profesional como académico, según corresponda.

Para más detalles remitirse al Reglamento de corresponsabilidad social en cuidado de hijas e hijos de estudiantes. Aprobado por Decreto Universitario Exento N°003408 de 15 de enero 2018.