

## GUÍA DIDÁCTICA DE LA ASIGNATURA

### *Promoción de Actividad Física en Centros Deportivos*

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA		
<b>Denominación:</b> Promoción de actividad física en centros deportivos/ Physical activity promotion in sports centers		
<b>Módulo:</b> Manifestaciones de la motricidad humana		
<b>Código:</b> 202411311	<b>Año del plan de estudio:</b> 2011	
<b>Carácter:</b> Obligatorio	<b>Curso académico:</b> 2021-22	
<b>Créditos:</b> 4.5	<b>Curso:</b> 4 <sup>o</sup>	<b>Semestre:</b> Sexto
<b>Idioma de impartición:</b> Español		

DATOS BÁSICOS DEL PROFESORADO		
<b>Coordinador/a:</b> Estefanía Castillo Viera		
<b>Centro/Departamento:</b> Facultad CC de la Educación, Psicología y Ciencias del Deporte /Didácticas Integradas		
<b>Área de conocimiento:</b> Didáctica de la Expresión Corporal		
<b>Nº Despacho:</b> 3A11	<b>e-mail:</b> estefania.castillo@dempc.uhu.es	<b>Tlfn:</b> 959219172
<b>Horario de enseñanza de la asignatura:</b> <a href="http://www.uhu.es/fedu/?q=iacademica-gracief&amp;op=horarios">http://www.uhu.es/fedu/?q=iacademica-gracief&amp;op=horarios</a>		
<b>Horario tutorías primer semestre:</b> martes de 11.00 a 14.00 horas Jueves de 9.00 a 11.00 horas		
<b>Horario tutorías segundo semestre:</b> martes de 9.00 a 11.00 horas Viernes de 9.00 a 11.00 horas		
OTRO PROFESORADO:		
<b>Nombre y apellidos:</b> A contratar		
<b>Centro/Departamento:</b> Facultad CC de la Educación, Psicología y Ciencias del Deporte /Didácticas Integradas		
<b>Área de conocimiento:</b> Didáctica de la Expresión Corporal		
<b>Nº Despacho:</b>	<b>e-mail:</b>	<b>Tlfn:</b>
<b>URL Web:</b>		

### DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

#### REQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES:

Ninguno

#### COMPETENCIAS:

##### BÁSICAS (CB)

CB1 - Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

CB2 - Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

##### GENERALES (CG)

CG1 - Poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que, partiendo de la base de la educación secundaria general, alcance un nivel que incluya conocimientos procedentes de la vanguardia del ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

CG2 - Aplicar conocimientos adquiridos a su trabajo de forma profesional y poseer las competencias necesarias para la elaboración y defensa de argumentos y de resolución de problemas dentro del área de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

CG3 - Reunir e interpretar datos relevantes en el área de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte que permitan emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CG4 - Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

##### ESPECÍFICAS (E)

CE3 - Aplicar las tecnologías de la información y la comunicación al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

CE5 - Conocer y comprender los efectos de la práctica de actividad física sobre los aspectos físicos, psicológicos y sociales del ser humano.

CE8 - Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo en el marco de la actividad física y el deporte.

CE9 - Conocer y comprender las bases que aporta la educación física a la formación de las personas.

#### RESULTADOS DEL APRENDIZAJE:

1. Conocer y valorar la importancia de las actividades de expresión corporal para la formación integral del profesional en ciencias de la actividad física y del deporte.
2. Conocer y desarrollar los contenidos teórico-prácticos básicos que hacen referencia a las actividades físicas expresivo-comunicativas del área de Educación Física en Secundaria y Bachillerato.
3. Analizar el lenguaje corporal como forma de expresión y comunicación comprobar el papel que desempeña dentro de la Educación Física en el desarrollo integral del individuo.
4. Vivenciar una metodología de trabajo fundamentalmente práctica que permita al alumnado alcanzar diferentes recursos para su posterior práctica profesional.
5. Favorecer la espontaneidad, creatividad, y la comunicación interpersonal y la participación del alumnado tanto en debates y diálogos, como en la organización y desarrollo de actividades prácticas.
6. Ofrecer recursos para que el alumnado utilice las actividades expresivas como medio de promoción de actividad física en diferentes contextos y colectivos.

#### Actividades Formativas

Actividades formativas	Nº Horas	% Presencialidad
Clases teóricas/expositivas	33	100%
Seminarios/talleres	2	0%
Clases prácticas	12	100%
Prácticas externas	2	0%

Tutorías	1	0%
Estudio y trabajo en grupo	40	0%
Estudio y trabajo individual /autónomo	60	0%

### Metodologías Docentes

#### Desarrollo de las técnicas utilizadas:

La asignatura contará con una primera parte teórica, en la que se expondrán los contenidos con diferentes técnicas de comunicación. Se propondrán trabajos en grupo, debates y reflexiones tanto individuales como grupales. Por otro lado, la segunda parte de la asignatura consistirá en una aplicación práctica de los contenidos. Se enfocará la asignatura hacia la salida profesional del fitness relacionado con la actividad física con soporte musical en centros deportivos.

Esta asignatura se complementa con la optativa del curso anterior “nuevas tendencias en actividades expresivas”, aunque no es necesario haberla cursado, si se complementa la formación enfocándola hacia las actividades de fitness centradas en objetivos de tonificación muscular o fitness en salas con aparatos complejos.

Metodologías docentes	
Lección magistral	X
Estudio de casos	X
Resolución de problemas	X
Aprendizaje basado en problemas	X
Aprendizaje orientado a proyectos	X
Aprendizaje cooperativo	X
Contrato de aprendizaje	X

### TEMARIO DESARROLLADO

#### BLOQUE I: TEÓRICO

**TEMA 1:** Evolución del centro deportivo, fitness/wellness, entrenamiento personalizado y salud. Conceptualización y contenidos.

**TEMA 2:** Fitness cuerpo y mente en centros deportivos:

- Yoga.
- Pilates.
- Bodybalance.

**TEMA 3:** Fitness de tonificación o muscular. Programación del fitness muscular en el centro deportivo.

- Boot camps.
- Body pump.
- GAP.
- Cardio box.
- Crossfit.

**TEMA 4:** Fitness con instalación o material específico.

- Aquagym
- Ciclo indoor/spinning
- Gyro tonic

**TEMA 5:** Características de un centro deportivo. **TEMA 6:** Perfil de usuarios de centros deportivos.

**TEMA 6:** Perfil de usuarios de centros deportivos.

**TEMA 7:** Entrenamiento personalizado en centros deportivos.

#### BLOQUE II: PRÁCTICO

- Sesiones prácticas de diferentes modalidades fitness en centro deportivo con convenio.
- Sesiones impartidas por el alumnado como actividad grupal.

## BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

### Básica:

- Isidro, F. (2007). MANUAL DEL ENTRENADOR PERSONAL. Del fitness al wellness (Color) (Vol. 93). Editorial Paidotribo.

### Específica:

- Águila, C.; Sicilia, A.; Muyor, J. M. y Orta, A. (2009). Cultura posmoderna y perfiles de práctica en los centros deportivos municipales. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 9 (33) pp. 81-95.
- Case, L. (2001). *Aquagym*. Hispano Europea.
- Chulvi Medrano, I., Pomar Puig, A., & Pomar Puig, R. (2007). Un problema de salud pública: uso de esteroides anabólicos en los centros fitness. *efDeportes. com Revista Digital*, 11(4).
- Diéguez, J. (2007). *Entrenamiento funcional en programas de fitness*. Barcelona, España.: Inde Publicaciones.
- Fernández, J. G., Carrión, G. C., & Ruíz, D. M. (2012). La satisfacción de clientes y su relación con la percepción de calidad en Centro de Fitness: utilización de la escala CALIDFIT. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 309-319.
- Fernández, J. G., Hidalgo, J. L., & Gavira, J. F. (2011). GESTIÓN DEL TIEMPO DE DIRECTORES DEPORTIVOS EN CENTROS DE FITNESS. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 11(44), 674-689.
- González-Cutre, D., & Sicilia, A. (2012). Dependencia del ejercicio físico en usuarios españoles de centros de acondicionamiento físico (fitness): diferencias según el sexo, la edad y las actividades practicadas [Exercise dependence in Spanish users of fitness centres: Differences according to gender, age and practiced activities]. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 20, 349-364.
- Marmol\*, A; Orquín, F.J.; Sainz de Baranda, P. (2010). LA INFRAESTRUCTURA Y EL EQUIPAMIENTO, LA PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO Y LOS SERVICIOS OFERTADOS COMO ÍNDICES DE CALIDAD
- DE LOS CENTROS FITNESS DE MURCIA. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. Vol 10, núm. Suple. pp 85-91 Facultad de Psicología.
- Mauri, M. (2008). El ciclismo indoor. *Sport Training Magazine*, Nº. 16, págs. 26-31
- Nuviala, R.; Teva-Villén, M.R.; Pérez-Ordás, R.; Grao-Cruces, A.; Tamayo, J.; Nuviala, A. Segmentación de usuarios de servicios deportivos. (2014). *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. 2014, nº 25, pp. 90-94
- Reverter Masià, J., & Barbany Cairó, J. R. (2007). Del gimnasio al ocio- salud Centros de Fitness, Fitness Center, Fitness & Wellness, Spa, Balnearios, Centros de Talasoterapia, Curhotel. *Apunts. Educación física y deportes*, 2007, núm. 90, p. 59-68.

### Sistemas de Evaluación

La evaluación final se conseguirá teniendo en cuenta las puntuaciones obtenidas en cada uno de las siguientes actividades:

	mínimo	máximo
Pruebas objetivas (verdadero/falso, elección múltiple, emparejamiento de elementos, etc.)	0%	20%
Pruebas de respuesta corta	0%	30%
Pruebas de respuesta larga, de desarrollo	0%	80%
Pruebas orales (individual, en grupo, presentación de temas-trabajos,...)	0%	20%
Trabajos y proyectos	0%	50%
Informes/memorias de prácticas	0%	30%
Pruebas de ejecución de tareas reales y/o simuladas	0%	20%
Sistemas de Autoevaluación (oral, escrita, individual, en grupo)	0%	20%
Escalas de actitudes (para recoger opiniones, valores, habilidades sociales y directivas, conductas de interacción.....)	0%	10%
Técnicas de observación (registros, listas de control, ...)	0%	10%
Portafolio	0%	80%

## CONVOCATORIAS:

**Convocatoria ordinaria I o de curso.** La evaluación del temario se hará de la siguiente manera:

	Puntuación
Prueba escrita sobre los contenidos (Examen teórico-práctico)	40%
Trabajo grupal (desarrollo de una sesión dirigida)	20%
Trabajo (Dossier de prácticas realizadas en Centros Deportivos)	20%
Tareas puntuales (generalmente entregadas por Moodle)	10%
Actividades teórico-prácticas, asistencia, participación activa	10%

Para poder aprobar la asignatura es necesario superar cada criterio en un 50%. Para obtener este porcentaje es necesario acudir a cada una de las sesiones teórico-prácticas, permitiendo la ausencia en un 20% como máximo de las mismas.

Se tendrán en cuenta las faltas de ortografía, estableciéndose los siguientes criterios:

- En los trabajos del alumnado no se permitirá ninguna falta de ortografía. En el caso de que la hubiera se suspenderá dicho trabajo.
- En los exámenes teóricos-prácticos se restará a la nota final:
  - Primera falta: -0,25 puntos.
  - Segunda falta: -0,50 puntos.
  - Tercera falta y a partir de la tercera falta = 1 punto cada falta.

Se podrá otorgar la calificación de matrícula de honor entre el alumnado que haya obtenido la calificación de Sobresaliente. Este reconocimiento será para los que tengan una calificación global más elevada, sumando la obtenida en todos los apartados referidos. El número de matrículas de honor estará en función del número de alumnos matriculados (se podrá otorgar 1 por cada 20 alumnos).

### **Convocatoria ordinaria II o de recuperación de curso:**

La evaluación del temario se hará teniendo en cuenta lo reflejado en el apartado de actividades evaluativas:

- El 40% se basará en la puntuación obtenida en el examen final de la asignatura, que constará de preguntas de carácter teórico y preguntas de aplicación práctica (estudio de casos). Será obligatorio aprobar este examen (obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10), para que se puedan sumar el resto de las puntuaciones obtenidas en los dos apartados anteriores.
- Un 20% de la calificación final se basará en la puntuación obtenida sobre el desarrollo y puesta en práctica de una sesión grupal sobre uno de los contenidos de la asignatura.
- Un 20% de la calificación final se basará en el trabajo/memoria sobre las prácticas de la asignatura.
- Un 10% de la calificación final se basará en la puntuación obtenida en las pruebas de evaluación continua realizadas a través de Moodle.
- Un 10% de la calificación final se basará en la asistencia y participación en las clases, junto con la valoración de las tareas individuales o grupales de evaluación continua.

### **Convocatoria ordinaria III o de recuperación en curso posterior.**

La evaluación del temario se basará en un 100% en la puntuación obtenida en un examen teórico-práctico sobre todos los contenidos desarrollados en la asignatura, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.

### **Convocatoria extraordinaria para la finalización del título.**

La evaluación del temario se basará en un 100% en la puntuación obtenida en un examen teórico-práctico sobre todos los contenidos desarrollados en la asignatura, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.

En cualquier caso, se ajustará a la evaluación vigente en el curso académico inmediatamente anterior.

**MODALIDADES DE EVALUACIÓN:**

**Evaluación continua:**

La evaluación continua se llevará a cabo siguiendo las directrices recogidas al inicio de este apartado.

**Evaluación única final:**

De acuerdo al artículo 8 del *Reglamento de evaluación para las titulaciones de grado y máster oficial de la Universidad de Huelva*, aprobada el 13 de marzo de 2019, los estudiantes tendrán derecho a acogerse a una Evaluación única final.

Para acogerse a la evaluación única final, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, lo solicitará al profesorado responsable por correo electrónico o según el procedimiento que se establezca en la guía docente de la asignatura. En este caso, el estudiante será evaluado en un solo acto académico que incluirá todos los contenidos desarrollados en la asignatura, tanto teóricos como prácticos, y que se realizará en la fecha de la convocatoria de evaluación ordinaria.

La/s prueba/s que formarán parte de la evaluación extraordinaria son:

- **Examen teórico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones teóricas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.
- **Examen práctico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones prácticas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.

Será obligatorio aprobar los dos exámenes referidos para poder aprobar la asignatura.