

GUÍA DIDÁCTICA DE LA ASIGNATURA
Promoción de Actividad Física en Centros Deportivos

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA		
Denominación: <i>Promoción de actividad física en centros deportivos/ promoting physical activity in sports centers</i>		
Módulo: manifestaciones de la motricidad humana		
Código: 202411305	Año del plan de estudio: 2011	
Carácter: <i>optativa</i>	Curso académico: 2016/17	
Créditos: 6	Curso: 4º	Semestre: 7º
Idioma de impartición: castellano		

DATOS BÁSICOS DEL PROFESORADO				
Coordinador/a: Estefania Castillo Viera				
Centro/Departamento: Educación física, Música y Artes Plásticas				
Área de conocimiento: didáctica de la expresión corporal				
Nº Despacho:	E-mail:		Telf.:	
URL Web:				
Horario tutorías primer semestre¹:				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:00-13:00		11:00-13:00		
Horario tutorías segundo semestre:				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
OTRO PROFESORADO:				
Nombre y apellidos:				
Centro/Departamento:				
Área de conocimiento:				
Nº Despacho:	E-mail:		Telf.:	
URL Web:				
Horario tutorías primer semestre:				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
Horario tutorías segundo semestre:				
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes

¹ El horario de tutorías de ambos semestres puede sufrir modificaciones con posterioridad a la publicación de esta guía docente; se recomienda al alumnado consultar las actualizaciones del mismo en los tablones de anuncios de los Departamentos.

DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

REQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES:

COMPETENCIAS:

a. Genéricas (G):

G1. 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.

G2. 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.

G3. 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.

G4. Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

G5. Poseer habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

b. Específicas (E):

E3,E5,E8,E9,E14

E1- Identificar y prevenir los riesgos en la práctica de Actividad Física y deportiva.

E3- Aplicar las tecnologías de la información y la comunicación al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

E5. Conocer y comprender los efectos de la práctica de actividad física sobre los aspectos físicos, psicológicos y sociales del ser humano.

E6. Conocer, saber seleccionar y saber aplicar las técnicas de modificación de conducta que puede utilizar el profesional de Educación Física y Deportes en los diferentes ámbitos de su competencia laboral.

E8. Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo en el marco de la actividad física y el deporte.

E10. Diseñar, desarrollar, y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje, relativos a la actividad física y el deporte, según las características individuales y contextuales de las personas.

E19. Elaborar programas para crear, dirigir y gestionar organizaciones, entidades e instalaciones deportivas.

E21. Conocer, desarrollar y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.

E23. Evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud

E24. Dirigir y gestionar una organización, entidad o instalación deportiva.

E29. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de actividades físico-deportivas.

E30. Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad físico-deportiva-recreativa.

E31. Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico.

E32. Diseñar, desarrollar, presentar y defender públicamente informes de elaboración propia, relacionados con el perfil profesional.

E33. Desarrollar las técnicas y los recursos corporales expresivos para la mejora de la comunicación interpersonal.

E34. Utilizar los procedimientos básicos para el diseño, la organización e implementación

de tareas expresivas y comunicativas corporales en diferentes contextos		
OBJETIVOS:		
<ul style="list-style-type: none"> - Presentar al alumnado las nuevas tendencias de actividad física en diferentes centros deportivos. - Conocer las actividades físicas con soporte musical que se pueden realizar en los centros deportivos. - Conocer los diferentes tipos de centros deportivos y las actividades más demandadas por los usuarios. - Desarrollar habilidades motrices para impartir clases dirigidas. 		
METODOLOGÍA		
Número de horas de trabajo del alumnado:		
Nº de Horas en créditos ECTS (<i>Nº créd.6 x25</i>):		150
• Clases Grupos grandes:		25
• Clases Grupos reducidos:		20
• Trabajo autónomo o en tutoría.....		105
ACTIVIDADES FORMATIVAS		
	HORAS	PRESENCIALIDAD
Análisis de fuentes documentales	10	0
Eventos científicos y/o divulgativos.	10	0
Presentación oral (clase y tutoría).	5	100
Asistencia y participación en seminarios tutorías en grupos pequeños o individuales.	15	0
Estudio independiente del estudiante y preparación de trabajos y exámenes	65	0
Prácticas en el medio natural e instalaciones específicas relativas al desarrollo y aplicación de los contenidos prácticos (y, en su caso, teóricos) por parte del profesor y de los estudiantes.	12	100
Prueba de ensayo/desarrollo	2	100
Sesión magistral.	33	100
Desarrollo de las técnicas utilizadas:		
<p>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.</p>		
METODOLOGIAS DOCENTES		
	Marcar con una x	
Sesiones Académicas Teóricas	X	
Sesiones Académicas Prácticas	X	
Conferencias		
Seminarios / Exposición y Debate	X	
Trabajos de Grupo/Aprendizaje colaborativo	X	
Tutorías Especializadas/Talleres/Prácticas en Laboratorios (Informática, Idiomas)	X	
Otro Trabajo Autónomo (Trabajo Individual)	X	

TEMARIO DESARROLLADO

BLOQUE 1: TEÓRICO

TEMA 1: Evolución del centro deportivo, fitness, y wellness

TEMA 2: Fitness cuerpo mente en centros deportivos:

- Yoga
- Pilates
- Bodybalance

TEMA 3: Fitness de tonificación o muscular:

- 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 7: Entrenamiento personalizado en centros deportivos

BLOQUE II: PRÁCTICO

- o Sesiones prácticas de diferentes modalidades fitness en centro deportivo con convenio

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
[Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista33/artperfiles110.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista33/artperfiles110.htm)
- 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*, N°. 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.

• **Otros recursos**

SISTEMA DE EVALUACIÓN

Actividad evaluativa	Valoración %
Asistencia y participación en clases y tutorías.	10
Trabajos en grupo, exposiciones públicas y debates en torno a un contenido.	10
Tareas de evaluación continua (tareas que, de acuerdo con la evolución del programa propondrá el profesor o profesora durante las clases con el objetivo principal de fomentar la reflexión y la capacidad de análisis y de consolidación de conocimientos).	10
Prueba escrita sobre los contenidos de la materia o carpeta de trabajo con ampliación del temario (portafolios)	50
Asistencia con aprovechamiento a prácticas específicas	10
Asistencia a centro deportivo con convenio para practicar diferentes técnicas de fitness muscular, cuerpo mente, y/o con material específico (10 h.)	10

• **Técnicas e instrumentos de evaluación:**

Habrà una convocatoria en julio y otra en septiembre

• **Criterios de evaluación y calificación:**

Para aprobar la asignatura se debe aprobar el examen teórico y la parte práctica por separado.

Para el alumnado que pueda acogerse al artículo 9 de la normativa de evaluación de los grados de la Universidad de Huelva, la evaluación consistirá en un examen teórico y otro práctico sobre el temario recogido en la guía de la asignatura. Para ello, los profesores facilitaràn, siempre que sea necesario y previa la oportuna acreditación, la realización de las pruebas o exámenes, así como las actividades obligatorias en fecha distinta de aquella para la que estén convocados reglamentariamente.

En los criterios de evaluación y calificación en septiembre serán los mismos

MECANISMOS DE CONTROL Y SEGUIMIENTO

Se tendrá en cuenta el control de asistencia a clase, participación activa en clase, asistencia a tutorías programadas, participación en foros, ...etc.

ORGANIZACIÓN DOCENTE SEMANAL PRIMER SEMESTRE

SEMANA	Nº horas			Contenidos teóricos/prácticos		Nº horas tutorías especializadas	Entrega/exposición prevista de trabajos y/o actividades	Nº de horas pruebas evaluación	Otras (añadir cuantas sean utilizadas)
	Gran Grupo	Grupo reducido		Gran Grupo	Grupo reducido				
		A	B						
26-30 septiembre	3								2
3-7 octubre	2	1	1						2
10-14 octubre	2	1							2
17-21 octubre	2		1						2
24-28 octubre	2	1							2
31 octubre-4 noviembre	2		1						2
7-11 noviembre	2	1					2		2
14-18 noviembre	2		1				2		2
21-25 noviembre	2	1				2	2		2
28 noviembre-2 diciembre	2		1			2			2
5-9 diciembre	2	1				2			2
12-16 diciembre	2		1			2			2
19-22 diciembre	2	1				2			2
23 diciembre-8 enero	Vacaciones Navidad								
9-13 enero	2		1				2		2
16-23 enero	3	1					2		2
Total horas	33	6	6			10	10	2	30



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Guía didáctica de la asignatura Nuevas tendencias de la Expresión Corporal

