

## DATOS BÁSICOS DE LA GUÍA DOCENTE:

<b>Materia:</b>	MATERIALES, EQUIPAMIENTOS Y CENTROS WELLNESS		
<b>Identificador:</b>	30684		
<b>Titulación:</b>	GRADUADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE. 2012 (14/05/13)		
<b>Módulo:</b>	ITINERARIO OPTATIVO: EXPERTO EN FITNESS Y WELLNESS		
<b>Tipo:</b>	OPTATIVA		
<b>Curso:</b>	4	<b>Periodo lectivo:</b>	Segundo Cuatrimestre
<b>Créditos:</b>	6	<b>Horas totales:</b>	150
<b>Actividades Presenciales:</b>	68	<b>Trabajo Autónomo:</b>	82
<b>Idioma Principal:</b>	Castellano	<b>Idioma Secundario:</b>	Inglés
<b>Profesor:</b>	PUERTAS BESCOS, ALBERTO (T) ROSO MOLINER, ALBERTO	<b>Correo electrónico:</b>	apuertas@usj.es aroso@usj.es

## PRESENTACIÓN:

El sector del fitness en España es relativamente joven, y se está desarrollando a gran velocidad con la clara intención de cubrir las necesidades y gustos de los usuarios. En esta asignatura se presentará el estado de la gestión de los centros deportivos y su evolución.

Se pretende capacitar al alumno en CC.A.F.D. para que pueda desarrollar su labor profesional en este ámbito, dentro de los centros de wellness. Para ello debe conocer los diferentes tipos de centros wellness y sus características, así como los equipamientos y materiales propios de los mismos. Todo ello apoyado con materiales y acciones que faciliten al alumnado la comprensión de los elementos clave en la gestión de este tipo de centro deportivo.

## COMPETENCIAS PROFESIONALES A DESARROLLAR EN LA MATERIA:

<b>Competencias Generales de la titulación</b>	G01	Capacidad para el análisis y la síntesis
	G05	Capacidad para aplicar conocimientos informáticos a las Ciencias de la actividad física y el deporte
	G06	Capacidad para la gestión eficaz de la información
	G12	Capacidad de razonamiento crítico
	G14	Capacidad de aprendizaje autónomo y de mantener una actitud de aprendizaje a lo largo de la vida
	G17	Capacidad de creatividad y motivación por la calidad
<b>Competencias Específicas de la titulación</b>	E05	Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud
	E06	Capacidad para identificar riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas
	E08	Capacidad para elaborar programas para la dirección de organizaciones, entidades e instalaciones deportivas
	E09	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el materiales y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad
	E11	Capacidad para aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la actividad Física y el deporte
<b>Resultados de Aprendizaje</b>	R01	Conocer los diferentes tipos de equipamiento deportivo de Fitness así como las principales empresas del sector
	R02	Diseñar espacios de trabajo específico dentro de un Centro Wellness
	R03	Comprender y valorar las necesidades de materiales de los Centros Wellness
	R04	Proponer soluciones alternativas y polivalentes en el uso de diferentes materiales y equipamientos.
	R05	Comprender la organización interna
	R06	Analizar y proponer soluciones de diferentes problemáticas en Centros Wellness

## REQUISITOS PREVIOS:

1.- En esta asignatura se asume que el alumno ha adquirido y tiene integradas las bases de

conocimiento y razonamiento correspondientes a las materias impartidas que guardan relación con la actividad física y la salud. Por esta razón, sin evaluar contenidos que no sean propios de alguno de los bloques de la asignatura, el alumno debería haber consolidado las competencias del Grado consideradas de carácter más básico, adquiridas en los cursos previos.

2.- Es imprescindible tener fácil acceso a internet para poder descargar y consultar la documentación necesaria de la Plataforma Docente Universitaria (PDU), realizar actividades formativas, revisar el correo electrónico, y mantener un contacto directo y regular con la asignatura.

### **PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA:**

Observaciones:

La materia se estructura como se expone a continuación, avanzando paralelamente, facilitando la comprensión de la materia y permitiendo la interacción de contenidos. Su estudio e integración darán al alumno una visión completa de la asignatura. En la PDU constará la distribución semanal regular de las clases y se irán incorporando los contenidos.

Los profesores que impartirán la asignatura serán: Alberto Puertas (martes y miércoles) y Alberto Roso (lunes y miércoles).

Los contenidos están divididos en temas, y su docencia distribuida de la siguiente manera:

- 1 - Historia y evolución de los centros deportivos. Del rendimiento al wellness. (Alberto Puertas)
- 2 - Tipología de centros wellness. (Alberto Roso)
- 3 - Los centros wellness: distribución de espacios y características principales. (Alberto Puertas)
- 4 - Equipamientos habituales y específicos en los centros wellness. Nuevas tendencias del fitness. (Alberto Roso)
- 5 - La gestión integral de un centro wellness. (Alberto Roso)
- 6 - Diseño, creación y acondicionamiento de centros wellness. (Alberto Puertas)
- 7 - El negocio del fitness. Principales marcas del sector. (Alberto Puertas)
- 8 - Mantenimiento de instalaciones, seguridad y protocolos de actuación. (Alberto Roso)

### **Contenidos de la materia:**

<b>1 - Historia y evolución de los centros deportivos. Del rendimiento al wellness.</b>
1.1 - Definición y evolución de instalaciones y equipamientos deportivos.
1.2 - La industria del fitness. Evolución y tendencias.
<b>2 - Tipología de Centros Wellness.</b>
2.1 - Gimnasios tradicionales.
2.2 - Macrocentros deportivos.
2.3 - Centros low cost.
2.4 - Centros especializados.
<b>3 - Los Centros Wellness: Distribución de espacios y características principales.</b>
<b>4 - Equipamientos habituales y específicos en los centros wellness. Nuevas tendencias del fitness.</b>
<b>5 - La gestión integral de un Centro Wellness.</b>
5.1 - El cliente.
5.2 - Gestión de recursos.
<b>6 - Diseño, creación y acondicionamiento de Centros Wellness.</b>
<b>7 - El negocio del fitness. Principales marcas del sector.</b>
<b>8 - Mantenimiento de instalaciones, seguridad y protocolos de actuación.</b>

La planificación de la asignatura podrá verse modificada por motivos imprevistos (rendimiento del grupo, disponibilidad de recursos, modificaciones en el calendario académico, etc.) y por tanto no deberá considerarse como definitiva y cerrada.

## **METODOLOGÍAS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE:**

### **Metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar:**

### **Metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar:**

Para lograr exitosamente las competencias establecidas para el Grado de Ciencias de la Actividad física y del Deporte, se aplicarán las teorías constructivistas, recurriendo y partiendo de las experiencias y los conocimientos del alumnado con una metodología activa, interactiva, tanto en el aula como en las demás áreas de trabajo, promoviendo una reflexión crítica de los contenidos. La posibilidad de utilizar medios electrónicos (TIC) durante la clase es potestativa del profesor, y siempre deberán emplearse con fines docentes referidos a la sesión impartida. Las sesiones se estructurarán en:

#### **Sesiones teóricas.**

Las sesiones teóricas se podrán dividir en:

1. Lección magistral: Forma de ofrecer directamente los contenidos teóricos de la materia, incluso apoyándose en las TIC (p.ej. videoconferencia), así como en la medida de lo posible promoviendo una interacción profesor-alumno y alumno-alumno que sea enriquecedora para el grupo.
2. Debate: A través de una propuesta o idea previa expuesta por el profesor, se procederá a emitir diferentes opiniones o mensajes siendo aceptados o rebatidos por el resto de los alumnos, con la participación del docente de forma activa, ya sea actuando como moderador u opinando sobre las ideas propuestas.
3. Exposición: Información emitida por parte de los alumnos, individual o grupalmente, de los contenidos trabajados autónomamente.

#### **Sesiones prácticas.**

Las sesiones prácticas se podrán dividir en:

1. Práctica: Estas actividades podrán ser llevadas a cabo de manera individual o grupal, en las que se aplicarán de forma práctica la información adquirida en las sesiones teóricas. Dichas prácticas podrán ser dirigidas tanto por los alumnos como por el profesor.
2. Taller: Se integran la teoría y la práctica. A través de una idea principal, se indaga y los alumnos buscan soluciones al problema planteado. Finalmente, tras llegar a la óptima solución, se realiza una demostración práctica que permite el desarrollo de un aprendizaje más sólido y significativo.
3. Pequeños grupos: Esta metodología permite la integración de varias de las metodologías expuestas previamente (debate, exposición...). El rol del profesor consistirá en guiar al alumno en su aprendizaje.

#### **Herramientas novedosas.**

Para el correcto desarrollo de la asignatura, será necesario integrar el uso de programas y aplicativos relacionados con la valoración y prescripción del ejercicio. Entre ellos queremos destacar del Software de Gestión Deportiva Trainingym, el cual permitirá al alumno:

- Gestionar Servicios para el Cliente (evaluación inicial y periódica, programas de ejercicio personalizados, composición corporal y nutrición, etc.).
- Gestionar Servicios como Entrenador Personal (test y evaluaciones, agenda, interacción con el cliente, etc.).

- Gestionar Servicios de Dirección de un centro (control de aforos, planificación del staff, fidelización...).
- Gestionar Servicios de Marketing (publicidad, comunidad, segmentación del cliente, etc.).

### **Trabajo autónomo del alumno.**

De acuerdo con la normativa del Proceso Bolonia, el trabajo autónomo por parte del alumnado adquiere un porcentaje elevado en el número de horas totales de las asignaturas. En el caso de la asignatura de Valoración y Prescripción del Programa de Ejercicios, el alumnado deberá implicarse activamente en la elaboración de trabajos, búsquedas bibliográficas o análisis de artículos entre otros.

1. Estudio individual: Estudio personal (preparar exámenes, trabajos en biblioteca, lecturas complementarias, etc.).
2. Preparación trabajos individuales: Preparación individual de seminarios, lecturas, investigaciones, trabajos, memorias, análisis de datos, ensayos, coreografías, etc. para exponer o entregar (forma presencial o virtual).
3. Preparación trabajos equipo: Preparación grupal de seminarios, lecturas, investigaciones, trabajos, memorias, análisis de datos, ensayos, coreografías, etc. para exponer o entregar (forma presencial o virtual).
4. Tareas de investigación y búsqueda de información.
5. Lecturas obligatorias.
6. Lectura libre.

### **Sesiones de tutoría.**

Los profesores atenderán las cuestiones directamente relacionadas con la parte de la asignatura que imparte que se le planteen (por ejemplo, orientación individual, consultas sobre aspectos concretos de la materia impartida, dudas sobre la forma de realizar las pruebas de evaluación, etc.). Las consultas que tengan respuesta en la guía docente o normativa académica serán objeto de remisión a la misma

Establecer un horario concreto de tutoría puede retrasar la atención solicitada por el transcurso del plazo necesario hasta la siguiente fecha, o por estar ya ocupadas previamente por otros compañeros. Por ello, el sistema de tutoría es "abierto" y se acordará con cada alumno la fecha-hora de la misma, atendiendo fundamentalmente a la disponibilidad del interesado conforme a sus singularidades (especialmente en el caso de alumnos de segunda matrícula y exentos de presencialidad). Debe solicitarse por correo electrónico (con identificación de remitente, no se atenderán emails remitidos desde la dirección alu.xxxx sin renombrar), indicando claramente el objeto de la tutoría y las franjas horarias semanales libres de que dispone, que será respondido a la mayor brevedad por el profesor. Atendiendo a las circunstancias del alumno y el asunto a tratar, la consulta podrá ser objeto de resolución por e-mail, PDU, videoconferencia o concertarse una reunión personal, en una de las franjas indicadas, que tendrá lugar no más tarde de la semana siguiente a la solicitud.

Las consultas sobre aspectos ajenos a la asignatura, o que excedan de la misma y sean comunes a otras, deberán plantearse al tutor asignado en el plan de acción tutorial.

### **NOTAS:**

- Los medios informáticos o electrónicos durante las clases se utilizarán únicamente a indicaciones del profesor/ a, y exclusivamente con fines docentes.
- Nadie podrá entrar en el aula una vez que el profesor/ a haya comenzado la clase. Se prohíbe abandonar la misma sin la autorización del profesor/ a antes del término de la clase, así como comer, beber y fumar en su interior, incluso antes, en el descanso entre clases y al término de la misma.
- Cada alumno/ a situará en su perfil en la PDU una fotografía, acorde a su finalidad académica que permita identificarlo.
- Los e-mails que se envíen al profesor/ a deberán permitir la identificación de su origen (renombrando el remitente con nombre y dos apellidos, curso y grupo), e indicarán en el asunto el motivo de la consulta.
- Se responderán únicamente los emails o mensajes que contengan preguntas concretas acerca de la asignatura.
- No se atenderán e-mails las 72 horas anteriores al examen, ni 72 horas tras la revisión de examen teórico.
- Es responsabilidad de los alumnos/ as obtener las explicaciones ofrecidas por el profesor/ a en clase; al tratarse de un grado presencial, la asistencia es obligatoria y no puede exigirse que la materia evaluada se corresponda exactamente con alguno de los materiales incorporados a la PDU para facilitar el estudio al alumno. En este sentido, no se atenderán tutorías que pretendan reproducir la clase a la que no se asistió. En el caso de los alumnos/ as que por trabajo (exclusivamente los incluidos en el listado de Secretaría General) o solape con asignaturas (en los términos establecidos en la normativa académica) sean objeto de la exoneración de cumplir el 80% de asistencia, el plan personalizado al que deben someterse preverá dicha circunstancia.

### Volumen de trabajo del alumno:

Modalidad organizativa	Métodos de enseñanza	Horas estimadas
Actividades Presenciales	Clase magistral	26
	Otras actividades teóricas	4
	Casos prácticos	4
	Resolución de prácticas, problemas, ejercicios etc.	9
	Debates	2
	Exposiciones de trabajos de los alumnos	7
	Proyección de películas, documentales etc.	2
	Talleres	2
	Prácticas de laboratorio	4
	Otras actividades prácticas	3
	Actividades de evaluación	3
	Tutorías	2
	Trabajo Autónomo	Estudio individual
Preparación de trabajos individuales		5
Preparación de trabajos en equipo		8
Tareas de investigación y búsqueda de información		5
Lecturas obligatorias		4
Lectura libre		4
Portafolios		4
<b>Horas totales:</b>		<b>150</b>

### SISTEMA DE EVALUACIÓN:

#### Obtención de la nota final:

Pruebas escritas:	30	%
Trabajos individuales:	15	%
Trabajos en equipo:	15	%
Prueba final:	40	%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>%</b>

\*Las observaciones específicas sobre el sistema de evaluación serán comunicadas por escrito a los alumnos al inicio de la materia.

### BIBLIOGRAFÍA Y DOCUMENTACIÓN:

#### Bibliografía básica:

COBURN, Jared W., MALEK, Moh H. Manual NSCA. Fundamentos del entrenamiento personal. Ed. Paidotribo. 2ª Edición, 2014
SANCHEZ, Jorge. El negocio de los centros deportivos. Barcelona: Ed. UOC, 2011
BUSHMAN, Barbara. American College of Sports Medicine's complete guide to fitness and health, 2017
PARIS, Fernando. Planificación estratégica en las organizaciones deportivas. Barcelona: Paidotribo, 2016
CEPEDA CARRIÓN, Gabriel A. Administración y gestión de organizaciones deportivas. Madrid: Pirámide, 2018.
MOLINA FERNANDEZ, Evaristo. El MBA Del Entrenador Personal: Una Guía Práctica Para Conseguir Más Clientes, Aumentar Tus Ingresos y Diseñar Tu Negocio Ideal. Ed. 978-1-7291 Madrid 2018

#### Bibliografía recomendada:

MECD. Censo Nacional de Instalaciones Deportivas 2005. Madrid: Consejo Superior de Deportes, 2007
GARCÍA FERRANDO, Manuel, LLOPIS, Ramón. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010. Madrid: CIS, 2011
MECD. Anuarios Estadísticas Deportivas 2015. Madrid: Secretaría General Técnica, 2015
VALCARCE, Manel, RUIZ RODRIGO, Julen. El mercado del fitness en Europa. Revista Gym Factory nº 70, 2016

**Páginas web recomendadas:**

Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física de Aragón	<a href="http://www.colefaragon.es/">http://www.colefaragon.es/</a>
Valgo Consultoría y Gestión Deportiva	<a href="http://www.valgo.es/">http://www.valgo.es/</a>
Gym Factory	<a href="http://www.gymfactory.net/">http://www.gymfactory.net/</a>
IHRSA	<a href="http://www.ihrsa.org/">http://www.ihrsa.org/</a>
Federación de Asociaciones de Gestores del Deporte	<a href="http://www.fagde.org/">http://www.fagde.org/</a>
Trainingym (Software Gestión Deportiva)	<a href="https://trainingym.com/">https://trainingym.com/</a>
Prowellness	<a href="http://prowellness.es/">http://prowellness.es/</a>
Instituto Nacional de Estadística	<a href="http://www.ine.es">www.ine.es</a>
FIBO	<a href="http://www.fibo.com">www.fibo.com</a>