



Guía docente (parte general)

## WELLNESS Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

### 1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

<i>Asignatura</i>	WELLNESS Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO
<i>Códigos</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>602021</li> </ul>
<i>Facultad</i>	Facultad Ciencias del Deporte
<i>Grados donde se imparte</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte</li> </ul>
<i>Módulo al que pertenece</i>	Ejercicio Físico, Condición Física y Entrenamiento Deportivo
<i>Materia a la que pertenece</i>	Wellness y Acondicionamiento Físico
<i>Departamento responsable</i>	Deporte e Informática
<i>Curso</i>	3º
<i>Semestre</i>	2º
<i>Créditos totales</i>	6 ECTS
<i>Carácter</i>	Obligatoria
<i>Idioma de impartición</i>	Español
<i>Modelo de docencia</i>	C1

Clases presenciales del modelo de docencia C1 para cada estudiante: - horas de enseñanzas básicas (EB), - horas de enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD) y - horas de actividades dirigidas (AD). Hasta un 10% de la enseñanza presencial puede sustituirse por docencia a distancia (también presencial, pero posiblemente asíncrona), de acuerdo con la programación de la Asignatura publicada antes del comienzo del curso.


Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI316yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	1/16

## 2. RESPONSABLE DE LA ASIGNATURA

<i>Nombre</i>	África Calvo Lluch
<i>Departamento</i>	Deporte e Informática
<i>Área de conocimiento</i>	Educación Física y Deportiva
<i>Categoría</i>	Profesora Contratada Doctora
<i>Número de despacho</i>	02.B.34
<i>Teléfono</i>	954977511
<i>Página web</i>	<a href="https://www.upo.es/profesorado/acallu">https://www.upo.es/profesorado/acallu</a>
<i>Correo electrónico</i>	acallu@upo.es

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	2/16
				

### 3. UBICACIÓN EN EL PLAN FORMATIVO

<i>Breve descripción de la asignatura</i>	Fundamentos del ejercicio y actividad física encaminada a la mejora de la salud y la calidad de vida de forma integral con y sin soporte musical. Actividades encaminadas a centros de entrenamiento, gimnasios, salas de Fitness y salas de entrenamiento personal.
<i>Objetivos (en términos de resultados del aprendizaje)</i>	Dotar a los estudiantes de las herramientas necesarias para intervenir en centros deportivos en cuanto a actividades y dirección de la misma.
<i>Prerrequisitos</i>	No existe ningún requisito formal previo para cursar la Asignatura.
<i>Recomendaciones</i>	Antes de cursar la Asignatura, sería conveniente que los estudiantes tengan conocimiento de Teoría y Práctica del entrenamiento. Al menos cursada.
<i>Aportaciones al plan formativo</i>	Aplicaciones prácticas de las teorías de entrenamiento enfocadas a la mejora de la calidad de vida de la sociedad con la actividad y el ejercicio físico holístico como base.

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	3/16



## 4. COMPETENCIAS

*Competencias básicas de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura*

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

CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética

CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

*Competencias generales de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura*

CG1 - Poseer y comprender conocimientos básicos, generales y de vanguardia en el campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

CG2 - Adquirir la formación científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.

CG3 - Conocer y comprender los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.

CG5 - Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano, así como sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.

CG7 - Conocer y comprender los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana.

CG8 - Conocer y comprender la estructura y función de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.

CG9 - Conocer y comprender los fundamentos del deporte.

CG11 - Fomentar una cultura emprendedora en relación con los diferentes perfiles profesionales

CG12 - Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020
-------------	------------------------------	-------	------------

ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI316yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	4/16
-----------	--------------	----------------------------------	--------	------



*Competencias transversales de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura*


CT1 - Que los estudiantes respeten, acepten y valoren a los demás en su diversidad, sin discriminación alguna por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.

CT2 - Que los estudiantes sean capaces de interactuar, debatir y colaborar con sus semejantes, cooperando y ayudándose en el trabajo en equipo.

CT4 - Que los estudiantes comprendan, integren y sepan aplicar conceptos científicos y tecnológicos en lo concerniente a la manipulación de las tecnologías de la información y la comunicación.

CT5 - Que los estudiantes respondan con creatividad a los desafíos del entorno, imaginando, diseñando y creando soluciones emprendedoras y sostenibles con las que promover la transferencia del conocimiento.

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide		FECHA	09/10/2020
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	5/16
				

*Competencias específicas de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura*

AC1-1.4 - Adaptar la intervención educativa a las características y necesidades individuales para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: escolares, personas mayores (tercera edad), personas con movilidad reducida y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.

AC2-2.1 - Saber orientar, diseñar, aplicar y evaluar técnico-científicamente ejercicio físico y condición física en un nivel avanzado, basado en la evidencia científica, en diferentes ámbitos, contextos y tipos de actividades para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.

AC2-2.2 - Identificar, comunicar y aplicar criterios científicos anatómico-fisiológicos y biomecánicos a un nivel avanzado de destrezas en el diseño, desarrollo y evaluación técnico-científica de procedimientos, estrategias, acciones, actividades y orientaciones adecuadas; para prevenir, minimizar y/o evitar un riesgo para la salud en la práctica de actividad física y deporte en todo tipo de población.

AC2-2.3 - Diseñar y aplicar con fluidez, naturalidad, de forma consciente y continuada ejercicio físico y condición física adecuada, eficiente, sistemática, variada, basada en evidencias científicas, para el desarrollo de los procesos de adaptación y mejora o readaptación de determinadas capacidades de cada persona en relación con el movimiento humano y su optimización; con el fin de poder resolver problemas poco estructurados, de creciente complejidad e imprevisibles y con énfasis en las poblaciones de carácter especial.

AC2-2.4 - Articular y desplegar un nivel avanzado de destreza en el análisis, diseño y evaluación de las pruebas de valoración y control de la condición física y del rendimiento físico-deportivo.

AC2-2.6 - Desplegar un nivel avanzado en la planificación, aplicación, control y evaluación de los procesos de entrenamiento físico y deportivo.

AC6-6.1 - Conocer y comprender las bases de la metodología del trabajo científico.

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI316yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	6/16



AC6-6.2 - Analizar, revisar y seleccionar el efecto y la eficacia de la práctica de métodos, técnicas y recursos de investigación y metodología de trabajo científica, en la resolución de problemas que requieren el uso de ideas creativas e innovadoras.

AC6-6.4 - Articular y desplegar procedimientos, procesos, protocolos, análisis propios, con rigor y actitud científica sobre asuntos de índole social, jurídica, económica, científica o ética, cuando sea preciso y pertinente en cualquier sector profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).


AC7-7.1 - Conocer y saber aplicar los principios éticos y deontológicos y de justicia social en el desempeño e implicación profesional así como tener hábitos de rigor científico y profesional y una actitud constante de servicio a los ciudadanos en el ejercicio de su práctica profesional con el que se pretenda la mejora, excelencia, calidad y eficiencia.

AC7-7.2 - Conocer, elaborar y saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos, estructurales-organizativos, desempeño profesional y las normativas del ejercicio profesional de los Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en cualquier sector profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte); así como ser capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar.

Competencias particulares de la asignatura, no incluidas en la memoria del título

Dirigir, coordinar y ejecutar tareas propias de un centro de wellness y acondicionamiento físico en todos los niveles posibles, mejora de la calidad de vida, entrenamiento, rendimiento deportivo etc.


Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	7/16
				

## 5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA

<b>PARTE I</b>	<b>DEL FITNESS AL WELLNESS</b>
<b>TEMA 1</b>	Tendencias del fitness y análisis físico en clases colectivas: Actividades de sala y acuáticas
1.1	Concepto y evolución del fitness y del wellness
1.2	El fitness y el wellness en la actualidad
1.3	El sector de los servicios de fitness
1.4	Los usuarios/as del fitness y wellness
<b>PARTE II</b>	<b>RECURSOS HUMANOS EN LAS SALAS DE ENTRENAMIENTO</b>
<b>TEMA 2</b>	El técnico polivalente de fitness y wellness
2.1	Características y formación del técnico de sala de entrenamiento.
2.2	Habilidades personales y sociales del técnico
2.3	Pautas para su desarrollo profesional
2.4	Salidas profesionales del técnico en salas de entrenamiento.
<b>PARTE III</b>	<b>ACTIVIDADES FÍSICAS CON SOPORTE MUSICAL (AFSM)</b>
<b>TEMA 3</b>	<b>ESTRUTURA DE LA SESIÓN. MÚSICA.</b>
3.1	Montaje de sesiones musicales
3.2	Programas para el montaje de sesiones de AFSM
3.3	Diseño musical de las sesiones
3.4	Actividades de wellness. Tendencias
3.5	HIIT
3.6	Crossfit
3.7	Aeróbic y sus variantes
3.8	TRX estática y dinámica
3.9	Entrenamiento excéntrico
3.10	CORE
3.11	Estiramientos (FNP y otros)
3.12	Pilates y gimnasias suaves
3.13	Entrenamiento propioceptivo
<b>PARTE IV</b>	<b>ACTIVIDADES FÍSICAS EN SALAS DE ENTRENAMIENTO (SE)</b>
<b>TEMA 4</b>	<b>SALA DE CARDIO-WELLNESS</b>
4.1	Actividades de sala


Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	8/16
				



4.2	Equipamiento y funcionamiento de las SE
4.3	Pautas de entrenamiento en la SE
4.4	Seguridad e higiene en la SE
4.5	Programación de entrenamiento en sala.


Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	9/16
				

## 6. METODOLOGÍA Y RECURSOS

<i>Metodología general</i>	El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente: - Exposición del profesor - Aprendizaje Orientado a Proyectos - Resolución problemas - Puesta en común de grupos - Vivenciación de aplicaciones prácticas. - Visualización de material audiovisual - Manejo de software específico aplicable al ámbito de la actividad física
<i>Enseñanzas básicas (EB)</i>	El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente: - Exposición del profesor - Aprendizaje Orientado a Proyectos - Resolución problemas - Puesta en común de grupos
<i>Enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD)</i>	El proceso de aprendizaje que se ha diseñado para esta asignatura se basa en lo siguiente: - Exposición del profesor - Aprendizaje Orientado a Proyectos - Resolución problemas - Puesta en común de grupos - Vivenciación de aplicaciones prácticas. - Visualización de material audiovisual - Manejo de software específico aplicable al ámbito de la actividad física
<i>Actividades académicas dirigidas (AD)</i>	No tiene.

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	10/16
				

## 7. CRITERIOS GENERALES DE EVALUACIÓN

<p><i>Primera convocatoria ordinaria (convocatoria de curso)</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El 50% de la calificación procede de la evaluación continua.</li> <li>• El 50% de la calificación procede del examen o prueba final.</li> </ul> <p>La evaluación continua se calificará a través de la asistencia a clase, la participación activa en las EB y EPD. Se calificarán los trabajos teóricos y prácticos a desarrollar durante el transcurso de la asignatura.</p> <p>La prueba final consiste en un examen que recogerá los contenidos desarrollados a lo largo del curso tanto teóricos como prácticos.</p>
<p><i>Segunda convocatoria ordinaria (convocatoria de recuperación)</i></p>	<p>Los porcentajes de la calificación procedentes de la evaluación continua y de la prueba final son los mismos de la primera convocatoria, salvo para los estudiantes que no superaran la evaluación continua o que renuncien expresamente a la calificación obtenida en dicha evaluación continua (dicha renuncia debe producirse con un plazo mínimo de 10 días antes de la celebración de la prueba final); en ese caso, la calificación final coincide con la de la prueba final. Debido al elevado grado de experimentalidad de la Asignatura, la segunda convocatoria se evalúa del mismo modo que la primera, a través de una prueba escrita donde se reflejen la adquisición de conocimientos teóricos y prácticos de la asignatura.</p>
<p><i>Convocatoria extraordinaria de noviembre</i></p>	<p>Se activa a petición del alumno siempre y cuando éste esté matriculado en todas las asignaturas que le resten para finalizar sus estudios de grado, tal y como establece la Normativa de Progreso y Permanencia de la Universidad. Se evaluará del total de los conocimientos y competencias que figuren en la guía docente del curso anterior, mediante el sistema de prueba única.</p> <p>-</p>
<p><i>Criterios de evaluación de las enseñanzas básicas (EB)</i></p>	<p>Durante la evaluación continua: Asistencia a clase, participación activa en las EB y EPD. Se calificarán los trabajos teóricos y prácticos a desarrollar durante el transcurso de la asignatura</p> <p>Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): Superación del examen teórico/práctico con al menos un 5/10 ó 2,5/5</p> <p>Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): Superación del examen teórico/práctico con al menos un 5/10</p>
<p><i>Criterios de evaluación de las enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD)</i></p>	<p>Durante la evaluación continua: El alumnado será evaluado de su participación activa en cada una de las sesiones</p> <p>Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): -</p> <p>Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): -</p>

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.


FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	11/16



<i>Crterios de evaluación de las actividades académicas dirigidas (AD)</i>	<p>Durante la evaluación continua: No tiene.</p> <p>Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): No tiene.</p> <p>Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): No tiene.</p>
<i>Puntuaciones mínimas necesarias para aprobar la Asignatura</i>	<p>1ª convocatoria: : para la superación de la asignatura se exige una calificación mínima de 5 en la prueba del examen escrito</p> <p>2ª convocatoria: para la superación de la asignatura se exige una calificación mínima de 5 en la prueba final</p>
<i>Material permitido</i>	Los lógicos en un examen teórico o práctico
<i>Identificaciones en los exámenes</i>	En cualquier momento de la realización de una prueba de evaluación los profesores podrán requerir la acreditación de la identidad de cualquier estudiante, mediante la exhibición de su carnet de estudiante, documento nacional de identidad, pasaporte u otro documento válido a juicio del examinador. Si no lo hiciese, el estudiante podrá continuar la prueba, que será calificada solo si la documentación es presentada en el plazo que el examinador establezca.
<i>Observaciones adicionales</i>	-

Los estudiantes inmersos en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, así como los afectados por razones laborales, de salud graves o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, tendrán derecho a que en la convocatoria de curso se les evalúe mediante un sistema de evaluación de prueba única. Para ello, deberán comunicar la circunstancia al profesor responsable de la asignatura antes del fin del periodo docencia presencial.

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	12/16
				

## 8. BIBLIOGRAFÍA GENERAL

Tipo Referencia	Autores	Año	Título	Fuente	Páginas
<i>BIBLIOGRAFÍA BÁSICA</i>	Julio Diéguez Papí	-	<b>Método integrado de entrenamiento para actividades de fitness / salud</b>	Vol. II, Acondicionamiento muscular funcional /. 1ª ed. Barcelona	-
<i>BIBLIOGRAFÍA BÁSICA</i>	Julio Diéguez Papí	2007	<b>Entrenamiento funcional en programas de fitness : Método integrado de entrenamiento para actividades de fitness salud</b>	Vol.I, Bases teórico-prácticas. Julio Diéguez Papí . 1ª ed. Barcelona : Inde	-
<i>BIBLIOGRAFÍA BÁSICA</i>	Virginia Viciano Garófano, Milagros Arteaga Checa	1997	<b>Las actividades coreográficas en la escuela : danzas, bailes, funky, gimnasia-jazz..</b>	1a. ed. Barcelona : INDE	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Calais Germain, Blandine	2010	<b>Abdominales sin riesgo</b>	Blandine Calais-Germain . Barcelona : Los Libros de la Liebre de Marzo	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Calais-Germain, Blandine	2002	<b>Anatomía para el movimiento</b>	Tomo 1, Introducción al análisis de las técnicas corporales / Blandine Calais- Germain ; traducción supervisada por Nùria Vives . 1ª ed., 9ª reimp. Barcelona : La Liebre de Marzo, 2002	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Calais-Germain, Blandine	2006	<b>Anatomía para el movimiento</b>	Tomo II, Bases para ejercicios / Blandine Calais-Germain, Andrée Lamotte . 1ª ed., 11ª reimp. Barcelona : Los libros de la liebre de marzo, 2006	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Colado Sánchez, Juan Carlos	2004	<b>Acondicionamiento físico en el medio acuático</b>	Juan Carlos Colado Sánchez . 1a. ed. Barcelona : Paidotribo, cop.	-

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.


FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020
-------------	------------------------------	-------	------------

ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	13/16
-----------	--------------	----------------------------------	--------	-------



<b>Tipo Referencia</b>	<b>Autores</b>	<b>Año</b>	<b>Título</b>	<b>Fuente</b>	<b>Páginas</b>
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Diéguez Papí, Julio	2000	<b>Aeróbic</b>	Julio Diéguez Papí . 1a. ed. Barcelona : INDE	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Diéguez Papí, Julio	2007	<b>Entrenamiento funcional en programas de fitness</b>	Inde	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Fernández González, Iraima	2005	<b>Manual de aeróbic y step</b>	Iraima Fernández González, Blanca López Erquicia, Susana Moral González . 2ª ed. Barcelona : Paidotribo : FEDA, cop	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Fernández Temiño, Marisol	1996	<b>Step para todos / Marisol Fernández Temiño</b>	Madrid Gymnos	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Marco, Eva	2007	<b>Manual de : hip hop y funk / Eva Marco</b>	1ª ed. Barcelona : Paidotribo, cop	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Medina Jiménez, Eduardo	-	<b>Actividad física y salud integral</b>	-	-
<i>BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA</i>	Urquiza González, Marina	2001	<b>Manual del instructor de clases colectivas con pesas / Marina Urquiza González, Luis Toronjo Hornillo</b>	Madrid : Gymnos	-
-	Albadalejo, Lauren	1996	<b>Aerobic para todos / Lauren Albadalejo</b>	Madrid : Gymnos, D.L	-

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide		FECHA	09/10/2020
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	14/16
				

**Titulación:** Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Asignatura:** WELLNESS Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

**Código Asignatura:** 602021

**Profesor/a Responsable:** ÁFRICA CALVO LLUCH

**Fecha:** 10/07/2020

Adenda a la Guía Docente General de la asignatura:

**ANEXO A. ESCENARIO DE DOCENCIA MULTIMODAL**

**Modificaciones los contenidos, actividades formativas y metodologías docentes de la asignatura**

Se modifican contenidos: Si.                      No.

Se modifica la metodología docente y actividades formativas previstas en las guías docentes: Si.      No

**Modificaciones en el sistema de evaluación de la asignatura**

Se Modifica el sistema de Evaluación: Si.      NO.

Firma del Profesor Responsable:



Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI3l6yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	15/16



**Titulación:** Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

**Asignatura:** WELLNESS Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

**Código Asignatura:** 602021

**Profesor/a Responsable:** ÁFRICA CALVO LLUCH

**Fecha:** 10/07/2020

Adenda a la Guía Docente General de la asignatura:

## ANEXO B. ESCENARIO DE DOCENCIA NO PRESENCIAL

### Modificaciones los contenidos, actividades formativas y metodologías docentes de la asignatura

Se modifican contenidos: Si.                      No.

Se modifica la metodología docente y actividades formativas previstas en las guías docentes.: Si.      No

### Modificaciones en el sistema de evaluación de la asignatura

Se Modifica el sistema de Evaluación: Si.      NO.

Firma del Profesor Responsable:

Se permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://portafirmas.upo.es/verificarfirma/>. Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Universidad Pablo de Olavide	FECHA	09/10/2020	
ID. FIRMA	firma.upo.es	PQ6ogCndimSI316yyqiF/TJLYdAU3n8j	PÁGINA	16/16

