

Práctica:

Proyecto WEB utilizando HTML5



Crea una web sobre un Gimnasio con servicio de nutricionista utilizando HTML5. Para ello, crea una carpeta que englobe todo el proyecto web; dicha carpeta se llamará *tusinicialesGYMWEB* (ej:acmGYMWEB).

La web representará un gimnasio moderno con información sobre sus servicios deportivos, planes de nutrición, entrenadores y programas personalizados.

Estructura básica:

- Crea un archivo principal llamado `index.html` con la estructura básica HTML5.
- La web debe contar con un favicon (logotipo del gimnasio o algún elemento representativo, p.e una pesa) visible en todas las páginas del proyecto.
- **Todas** la **páginas** tendrán un encabezado (header) con el nombre del gimnasio, un menú de navegación, un contenido principal (main) y un pie de página (footer).

Página principal

- En el cuerpo principal, incluye varios artículos que describan los servicios del gimnasio (por ejemplo: “Entrenamiento personal”, “Clases colectivas”, “Asesoría nutricional”, “Entrenamiento personal”).
- Cada artículo debe contener:
 - Un título.
 - Una imagen (unos 120px de ancho).
 - Un precio orientativo.
 - Una descripción breve con texto que incluya palabras en negrita y en cursiva.
- Los artículos deben estar separados por una línea horizontal <hr>
- El menú de navegación será una lista desordenada con enlaces a las diferentes páginas del proyecto.

Página multimedia (multimedia.html)

- Enlaza esta página desde el menú.
- Incluye un audio motivacional (ejemplo: música de entrenamiento o un mensaje del entrenador).
- Inserta también un vídeo de Youtube sobre entrenamiento o nutrición saludable.
- Añade un aside (barra lateral) con información complementaria, como:
 - Frases motivadoras.
 - Horarios del gimnasio.
 - Ofertas o promociones especiales.
- Finaliza con un pie de página que contenga un enlace para volver al inicio.

Página de dieta personalizada (dieta.html)

- Crea una tabla con una planificación semanal de comidas (de lunes a domingo) elaborada por el nutricionista.
- Debe incluir 5 comidas diarias (Desayuno, Almuerzo, Comida, Merienda,

Cena) y una columna adicional llamada “Comida Extra”.

- Los sábados y domingos serán “libres”, pero el almuerzo y la cena deberán ofrecer 3 opciones distintas representadas mediante una lista desordenada con enlaces que lleven a información sobre esos alimentos.
- Añade un enlace que permita descargar un archivo (un pdf) con la tabla completa de la dieta.

Página de contacto (contacto.html)

- Crea un formulario con las siguientes secciones y campos:
 - a) Registro
 - Usuario y Contraseña
 - b) Datos Personales
 - Nombre, Apellidos, Email, Fecha de nacimiento (calendario).
 - Género (radio button: Hombre/Mujer/Prefiero no decirlo).
 - Motivo de contacto (TextArea).
 - Adjuntar archivo: DNI o justificante médico.
 - c) Otros datos de interés:
 - Deportes que practicas (checkbox).
 - Frecuencia de ejercicio (lista desplegable con opciones: Nunca, 1-2 días/semana, 3-4 días/semana, Más de 4 días/semana).
 - Talla de camiseta para regalo.
 - Checkbox con enlace a la **Política de Privacidad**.

El formulario tendrá que incluir los botones de “Enviar” y “Borrar”.

Valida los campos que consideres necesarios (por ejemplo: email, usuario, contraseña, etc).

Estilos CSS

- Todo el estilo de la web debe estar contenido en un archivo .CSS externo.
- Aplica estilos coherente y atractivos para el tema del gimnasio, incluyendo colores, tipografía, márgenes y disposición de los elementos.

✓ Finalmente, debe quedar:

- 4 páginas (cómo mínimo) en html: *index.html*, *multimedia.html*, *dieta.html* y *contacto.html*. Se podrá acceder a todas ellas desde el menú principal:
 - Inicio → (index.html) -> Presentación del gimnasio y sus servicios.
 - Multimedia → (multimedia.html) -> Contenido audiovisual motivacional.
 - Dieta → (dieta.html) -> Plan nutricionistas semanal.
 - Contacto → (contacto.html) -> Formulario de registro y contacto.

Todas las páginas serán accesibles desde el menú principal.



➔ Nota: IMPORTANTE UTILIZAR UNA CORRECTA ESTRUCTURA SEMÁNTICA DE UNA WEB EN HTML5 ASÍ COMO LA UTILIZACIÓN DE LAS DISTINTAS ETIQUETAS VISTAS EN EL TEMARIO PARA LA REALIZACIÓN DE LA WEB.

ENTREGA:

- Para la entrega de la práctica, se debe presentar:
 1. Documento llamado: Nombre_ApellidosGYM.pdf en el cuál irán recogidas las capturas de pantalla del código de cada punto así como el resultado visual en el Navegador.
 2. La carpeta del proyecto completo, con toda la estructura (HTML, CSS, imágenes, audios, vídeos, etc.).
- Se valorará la presentación y riqueza del contenido.

Plazo de entrega máximo el 16 de noviembre de 2025 a las 23:59 h

