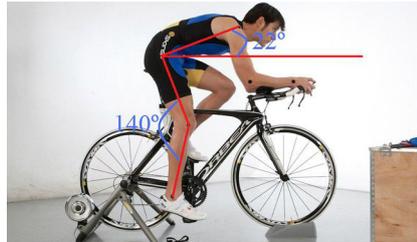


FICHA DE DATOS DE LA EXPERIENCIA

CENTRO: C.I.F.P. CIUDAD DE ZAMORA



TÍTULO DEL TALLER: BIOMECÁNICA Y CICLISMO	
FECHA/S: 13 Y 14 de noviembre de 2019.	HORARIO: de 10:10 a 11:00 horas.
OBJETIVOS	<ol style="list-style-type: none"> 1. Conocer conceptos básicos de física aplicados al mundo del deporte. 2. Experimentar técnicas básicas biomecánicas para la adopción de una postura correcta sobre la bicicleta. 3. Reconocer la importancia de la aerodinámica y la postura sobre la bicicleta desde un punto de vista saludable.
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none"> • Conceptos básicos de biomecánica aplicada al ciclismo. • Técnicas para la adopción de una postura correcta y eficaz sobre la bicicleta. • Conocimiento y manejo de materiales específicos de ciclismo. • Relaciones entre deporte, salud y biomecánica.
ALUMNOS DESTINATARIOS (NIVEL)	4º de ESO y 1º de Bachillerato.
Nº MÁXIMO DE ALUMNOS	15
METODOLOGÍA DE LA EXPERIENCIA	<ul style="list-style-type: none"> • Metodología eminentemente práctica. • En el aula gimnasio, el alumnado experimentará con materiales deportivos específicos técnicas biomecánicas para buscar la postura óptima más saludable y eficiente para desplazarse en una bicicleta. • Recomendable que el alumnado traiga ropa deportiva.
PROFESORADO PARTICIPANTE	<ul style="list-style-type: none"> •