

Este curso forma parte de las actividades objeto del convenio suscrito con la Conselleria de Educación, por el que se reconoce al COLEFCAFE como entidad colaboradora para la formación del profesorado. También forma parte del convenio suscrito con la Universidad de Valencia a través de la FCAFE, con la Universidad Católica de Valencia y con la Universidad Miguel Hernández de Elche.

Convoca: Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del deporte. Comunidad Valenciana.

Destinatarios: Profesorado de Educación Física de Centros públicos y privados (Primaria y Secundaria), Licenciados en Educación Física/Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Maestros especialistas en Educación Física, Técnicos Superiores en Actividad Física y Animación Deportiva, Técnicos en Conducción de Actividades Físicas en el Medio Natural, Técnicos Deportivos y Técnicos Deportivos Superior de las diferentes modalidades deportivas de régimen especial (Federaciones), Usuarios de BTT en general

Número de plazas: 30.

Criterios de selección: Orden de Inscripción.

Duración: 30 horas teórico-prácticas

Fechas, horarios y lugares

Del 9 al 31 de Marzo de 2012 (excepto 16 y 17 de Marzo por fiesta Fallera).

Viernes de 17-20h a la Facultat de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Universitat de València).

Sábados de 9 a 15hsalidas a la montaña.

SERÁ NECESARIA LA DISPOSICIÓN DE BICICLETA DE MONTAÑA

Profesores.

D. Enrique Moreno Mañas

Llicenciat en C.A.F.E.

• Col·legiat nº: 50.026

Objetivos

- Conocer el funcionamiento del sistema de cambios.
- Saber sustituir el cableado del sistema de cambios.
- Conocer los diferentes sistemas de frenado y su mantenimiento.
- Saber cambiar el cableado del sistema de frenado.
- Saber cambiar unas pastillas o zapatas de freno.
- Conocer las diferentes tipologías de neumáticos del mercado.
- Saber cambiar una cubierta.
- Saber cambiar una cámara.
- Saber reparar un pinchazo.
- Saber ajustar los radios de las ruedas.
- Conocer el sistema de transmisión de la bicicleta.
- Saber cambiar una cadena.
- Saber engrasar el sistema de transmisión.
- Conocer la metodología de limpieza de la bicicleta.
- Saber cambiar unos pedales.
- Conocer las herramientas y equipación básica para la práctica del BTT.
- Conocer los puntos débiles de la bicicleta y saber mantenerlos en perfectas condiciones.
- Conocer los ajustes de conducción de la bicicleta de montaña para realizar una práctica cómoda y segura.
- Conocer las diferentes tipologías de bicicletas del mercado.
- Saber cuál es el tipo de bicicleta que más se ajusta a mis necesidades.
- Conocer diferentes itinerarios para la práctica del BTT en la ciudad de Valencia y cercanías.
- Preparación física para optimizar la práctica del BTT

Contenidos

- Los sistemas de cambios
- Los sistemas de frenado
- Ruedas y neumáticos del mercado
- Materiales y herramientas para reparaciones básicas
- Operaciones básicas de mantenimiento y limpieza
- Equipación para la práctica deportiva del BTT
- La elección de la bicicleta
- Entrenamiento para la práctica de BTT
- **Técnica básica de conducción**
- **Itinerarios de Valencia capital y cercanías**

Metodo de trabajo:

- Exposiciones teóricas
- Experimentación práctica en grupos donde el alumno aplicará los conocimientos teóricos.
- Reflexión sobre las actividades propuestas
- Elaboración y propuesta de actividades

Condiciones de participación

❖ **Inscripciones:** En COLEFCAFE, hasta el 02 de Marzo 2012. Confirmar por telefono, fax o E-mail.

❖ **Cuota de inscripción:**

General.....75 Euros
Colegiados/Estudiantes/Precolegiados.50 Euros

❖ **Ingresar en:**

CAIXA POPULAR: Entitat 3159; Sucursal 0049; DC 89; Cta.: 2219940224

Enviar copia per Fax al 963643270

❖ **Acreditación:**

Se entregara certificadot d'assistencia a todos los participantes que asistan además del 85% de las horas del curso, siempre que hayan entregado el correspondiente trabajo de la fase práctica.

Certificado acreditativo con reconocimiento oficial de la Conselleria d'Educació() al profesorado ejerciente, o inscrito en alguna de sus "Bolsas de trabajo" con 0,2 puntos en oposiciones.*

Certificados acreditativos de les Univversidades con Convenio suscrito con el ICOLEFCAFE-CV para Créditos de libre elección previo pago de la tasa correspondiente, a la universidad que lo requiera.

()Pendiente de Aprobación*

Nº I NOM DEL CURS / O:

COGNOMS/APELLIDOS

NOM/NOMBRE

N.I.F.

DOMICILI/O

C.P.

LOCALITAT / LOCALIDAD

PROVINCIA

TELÉF.

TITULACIÓ ACADÈMICA / TITULACIÓN ACADÉMICA

LLICENCIAT/ LCDO . EN E. FÍSICA

Nº Col.

ESTUDIANT/ E –PRECOL·LEGIAT / PRECOLEGIADO

MESTRE / MAESTRO ESPEC. EN E.F.

Altres:

Adjuntar document acreditatiu de l'ingrés de la quota d'inscripció. Estudiants, adjuntar fotocòpia de document acreditatiu.

Remitir a: COLLEFCAFD ; Paseo el Rajolar, 5-Acc.; 46100 BURJASOT (València)

Confirmar Fax, Teléfono, E-mail

E-mail: Colef@telefonica.net

Tfno.: 96 3636219 Fax.: 96 3643270

46100-BURJASSOT (València)

Passeig el Rajolar, 5 - Acc.

Comunitat Valenciana

**COL·LEGI OFICIAL DE LLICENCIATS EN EDUCACIÓ FÍSICA I EN
CIÈNCIES DE L'ACTIVITAT FÍSICA I L'ESPORT.**

Programa de actividades formativas y de actualización
para profesionales y estudiantes de la actividad física y
el deporte.

CURSO:

**“Curso básico teórico-
práctico de BTT”**

Organizan:



Universidad
Católica
de Valencia
San Vicente Mártir



FACULTAT DE CIÈNCIES
DE L'ACTIVITAT FÍSICA
I L'ESPORT



UNIVERSITAT
Miguel Hernández
de Elche

**IL·LUSTRE COL·LEGI OFICIAL DE
LLICENCIATS EN EDUCACIÓ FÍSICA
I EN CIÈNCIES DE L'ACTIVITAT FÍSICA I
L'ESPORT.**
Comunitat Valenciana
Tfno.: 96 3636219 Fax.: 96 3643270. E-mail:
colef@telefonica.net
<http://www.colefcafecv.es/>