

# **BIOLOGÍA**

# **DEPORTE y**

# **SALUD**

**¡Descubre tu cuerpo, mejora tu rendimiento,  
cuida tu salud!**





**¿Te **apasiona** el deporte y  
quieres entender cómo  
mejorar tu rendimiento?**

# ¿De qué va esta optativa?

01

**RENDIMIENTO  
DEPORTIVO**

02

**LESIONES**

03

**TECNOLOGÍA Y  
DEPORTE**

04

**SALUD**

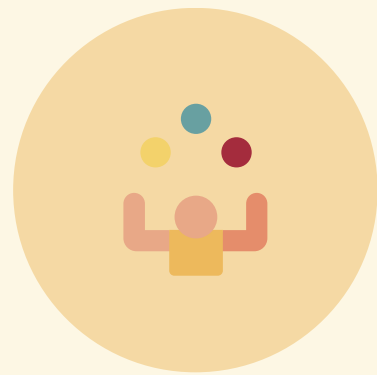


# ¿De qué va esta optativa?

- Aprenderás cómo funciona **tu cuerpo** desde una perspectiva deportiva.
- Trabajarás la **salud**, la mejora del **rendimiento** deportivo y la prevención de **lesiones**.
- Realizarás **proyectos prácticos** y reales que te ayudarán en tu vida deportiva diaria.



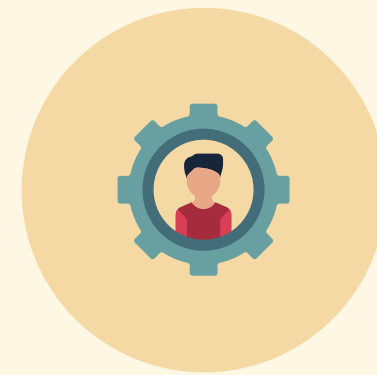
# ¿Qué aprenderás exactamente?



**Nutrición deportiva y  
suplementación**

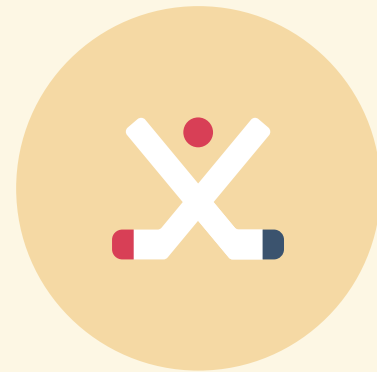


**Prevención y  
recuperación de  
lesiones**



**Tecnología aplicada  
al deporte**

# ¿Cómo lo haremos?



**Talleres prácticos y colaborativos**



**Proyectos trimestrales dinámicos**



**Contenidos aplicados y casos reales**

