



DATOS PERSONALES

Apellidos y Nombre

DE BENITO TRIGUEROS, ANA MARÍA

Departamento

EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA

Área de conocimiento

Educación Física y Deportiva

Dirección postal

UNIVERSIDAD DE LEÓN
FACULTAD CC.ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE
Departamento de EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA

Email

ambient@unileon.es

Teléfonos de contacto

TITULACIÓN MÁS RELEVANTE

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

TÍTULO DE DOCTOR

Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

EXPERIENCIA DOCENTE

PDI desde 2009. Asignaturas impartidas:

- Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo (Grado CAFD)
- Biomecánica de la Actividad Física (Grado CAFD)
- Kinesiología (Grado CAFD)
- Actividades Físico-deportivas de Aventura en la Naturaleza (Grado CAFD)
- Metodología de la Investigación (Máster)
- Biomecánica del Aparato Locomotor (Grado Podología)
- Biomecánica de la Locomoción Humana (Grado Podología)
- Metodología del Entrenamiento Deportivo (Grado Fisioterapia)

LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

Experiencia investigadora en el ámbito del entrenamiento y rendimiento deportivo (valoración de cargas de entrenamiento y análisis técnico de deportes, aplicando la metodología observacional), en el ámbito de la biomecánica (validación de instrumentos de medida y protocolos de medición) y en el ámbito de la prevención de lesiones deportivas (análisis de cadenas cinéticas y su relación con las lesiones)

EXPERIENCIA PROFESIONAL

Beca FPU (2007 - 2011).

Técnico de laboratorio asociado a Proyecto de I+D+i del CSD (2012).

PDI en la Universidad Católica de Valencia San Vicente Mártir (2012 - 2020).

PDI (PPL) en la Universidad de León (2020 - actualidad)