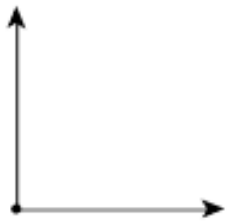




ENFAF

1. Dibuja la suma vectorial de las fuerzas

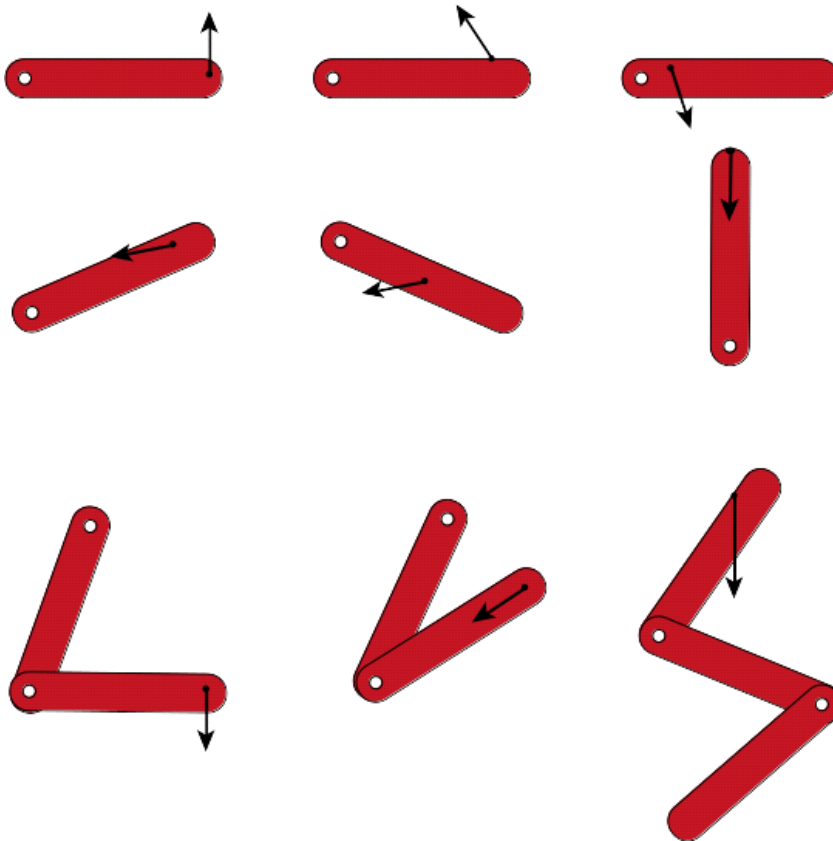


2. ¿Cuál de estos NO es una fuerza?

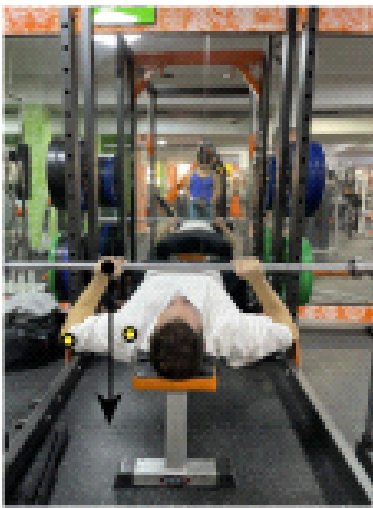
Fricción
Torque
Cizalla
Elástica

3. ¿Qué es el Torque externo y el Torque interno?

4. Encuentra los Brazo de Momento



5. Encuentra el brazo de palanca



6. ¿De qué nos puede servir el Brazo de Palanca?

7. ¿Qué definición es la más correcta?

La carga externa es “más pesada” cuando se forma un ángulo de la fuerza superior a los 90°

La carga externa es “más pesada” cuando se forma un ángulo de la fuerza inferior a los 90°

La carga externa es “más pesada” a medida que el ángulo de la fuerza se acerca a los 90°

La carga externa es “más ligera” cuando el ángulo de la fuerza es de 90°

8. ¿Cómo puede variar el Torque?

Variando el Brazo de Momento

Variando la Fuerza

Variando el Brazo de Momento y la Fuerza

Todas son correctas

9. ¿En qué ocasiones no se generan componentes de una fuerza?

10. Menciona a 3 ejercicios dónde está presente un punto de restricción y escribe por qué es importante en cada uno de ellos.

11. Los efectos inerciales pueden (marca las respuestas correctas):

Añadir Resistencia

Quitar Resistencia

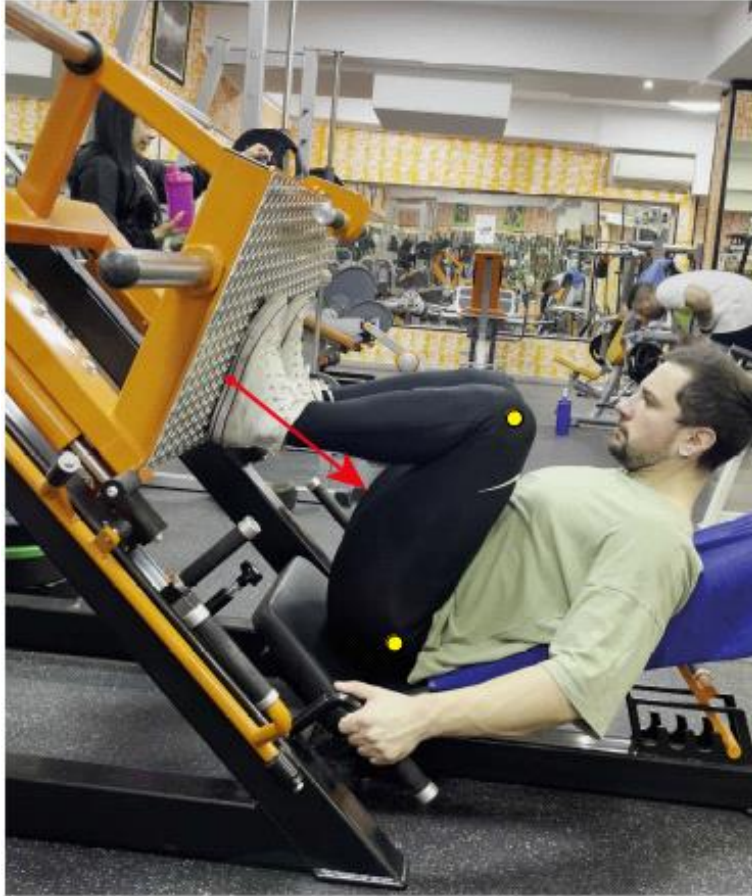
Hay que buscarlos

Hay que evitarlos

12. Encuentra el Brazo de Momento teniendo en cuenta los Efectos Inerciales (es una fase concéntrica)



13. Encuentra el Brazo de Momento teniendo en cuenta la fuerza reactiva de fricción



14. ¿Cuáles son las principales características de los elastómeros? ¿En qué tipos de ejercicios podría NO tener mucho sentido su utilización?

15. ¿Qué es el perfil de fuerza y de qué depende?

16. Analiza el siguiente ejercicio:

- Máquina: encuentra el punto de aplicación de la fuerza, la línea de acción de la fuerza (dirección) y el brazo de momento
- Articular: encuentra el punto de aplicación de la fuerza, la línea de acción de la fuerza (dirección) y el brazo de momento en el codo y en el hombro
- Representa gráficamente el perfil de resistencia del ejercicio y termina haciendo unas consideraciones sobre el perfil de fuerza del dorsal ancho, si consideras interesante este ejercicio para su desarrollo y cómo lo modificarías (si hiciera falta)



17. Analiza el siguiente ejercicio:

- Máquina: encuentra el punto de aplicación de la fuerza, la línea de acción de la fuerza (dirección) y el brazo de momento
- Articular: encuentra el punto de aplicación de la fuerza, la línea de acción de la fuerza (dirección) y el brazo de momento en el codo y en el hombro
- Ten en cuenta la fuerza reactiva de fricción
- Representa gráficamente el perfil de resistencia del ejercicio



18. ¿Qué diferencia hay entre una resistencia acomodada ASISTIDA y una

**RESISTIDA? ¿En qué situación usarías una resistencia ASISTIDA o
RESISTIDA?**