Título: Educación Físico: Contenidos Conceptuales. Nuevas Bases Metodológicas (Incluye C

Autor: Mingo Solís, Rafael / Adell Plá, Lluís

Precio: $840.00

Editorial:

Año:

Tema:

Edición:

Sinopsis

ISBN: 9788499100500

En la sociedad actual es necesario, cada vez más, incorporar a la cultura y a la educación aquellos conocimientos que, relacionados con el cuerpo y la actividad motriz, contribuyen al desarrollo personal y a una mejor calidad de vida.

Esta obra es útil para todas aquellas personas que demuestren inquietud por conocer más profundamente su cuerpo y cómo utilizarlo para llegar a tener satisfacción y bienestar. Los autores recogen, de forma clara y rigurosa, un saber sobre la educación física generado de la práctica y dirigido a normalizar y regular la praxis educativa; proporcionando a los profesionales de la educación los ejes básicos para resolver su quehacer profesional y las dudas del alumnado.

Las actividades que se presentan, de características muy diversas, permiten un trabajo equilibrado entre la teoría y la práctica. Asimismo, cada tema contiene un test de autoevaluación que ayuda a realizar la síntesis. En la primera parte del libro se estudia la anatomía, la fisiología y la mecánica que conforman la estructura de la conducta motriz y en la segunda parte del libro se presentan los factores que ayudan a adquirir y mantener un óptimo rendimiento físico