



Cancela Carral, José M<sup>a</sup>

## Tratado de natación

Tratado de natación. De la iniciación al perfeccionamiento es una guía para la enseñanza de la natación. Se introducen ejercicios para familiarizar al alumno con el medio y dominar así la flotación, la respiración, el deslizamiento, la propulsión y la inmersión. Luego para cada estilo natatorio se presenta una introducción histórica, se señalan las pruebas oficiales, se describen la técnica y los puntos fundamentales del estilo, se explica la secuencia de aprendizaje, se ofrecen consejos metodológicos junto con ejercicios para la progresión del estilo y se detallan los errores más frecuentes. Por último se dedica un capítulo a la enseñanza y aprendizaje de las salidas y de los virajes con ejercicios de progresión para cada uno de los gestos.

Esta obra ha sido realizada por profesores de Fundamentos y Contenidos Didácticos de Natación, perteneciente a la Universidad de Vigo y de la Universidad de A Coruña.



Editorial	Paidotribo
Col·lecció	Natación
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	362
Mida	150x215x mm.
Pes	610
Idioma	Español
Tema	Deportes
EAN	9788480199544
PVP	26,00 €
PVP sense IVA	25,00 €



9788480199544