



Cancela Corral, José María

Juegos de motricidad para la tercera edad

El envejecimiento es una realidad presente y un problema futuro. La práctica regular y sistemática del ejercicio físico a través del juego permite que el colectivo de personas mayores, aumente su nivel de socialización e integración, aspecto tan importante en esta etapa final de la vida, así como la mejora de su nivel físico prolongando su independencia.

El juego es una herramienta fundamental en el desarrollo de actitudes y aptitudes en el ser humano, ya que la vida puede ser considerada como un juego.

El autor estructura el libro en dos partes. En la primera se fundamenta la aplicación del juego en el colectivo de la tercera edad, analizando lo que supone el envejecimiento de la sociedad y cómo este incide en las diferentes capacidades físicas. El juego es importante, pero tanto o más importante es cómo lo aplicamos, debido a ello los métodos de enseñanza desarrollados en un juego u otro son la clave del éxito, aspecto que el autor refleja en su obra a través de la pedagogía del juego, la dinámica de grupo y los juegos para personas mayores.

En la segunda parte del libro se presentan diferentes propuestas prácticas de juegos orientados a la desinhibición, al calentamiento y activación, al desarrollo de las capacid...



Editorial	Paidotribo
Col·lecció	Tercera Edad
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	256
Mida	275x210x mm.
Pes	780
Idioma	Español
Tema	Divulgación científica
EAN	9788499107790
PVP	33,50 €
PVP sense IVA	32,21 €



9788499107790