



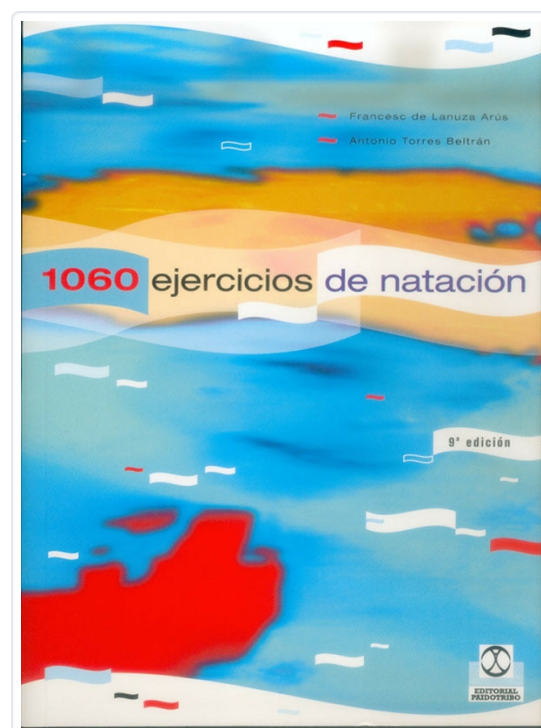
Torres Beltran, Antonio

Mil 60 ejercicios y juegos de natación

A lo largo del tiempo, el concepto de la natación y el papel que ha venido a representar en la sociedad ha sido muy variado, yendo desde las concepciones higienísticas renacentistas de nuestros días. En esta nueva concepción del papel de la natación, este libro se podría resumir sucintamente como un intento de recopilación de tareas que tienen como marco el medio acuático, clasificadas por contenidos y que pueden ser utilizadas independientemente al planteamiento teórico que las requiera.

El libro, pensado como manual de consulta a la hora de programar las actividades en el medio acuático, se estructura entorno a lo que el autor ha denominado "fases de conquista del medio", clasificando los ejercicios en función de los contenidos que tratan.

Las cuatro partes de que consta el libro son coincidentes con las cuatro fases de que nos habla el autor: Fase de descubrimiento, Fase de acondicionamiento, Fase de exploración y Fase de utilización y aprovechamiento. En la primera de las fases se desarrollan los ejercicios de Familiarización y Percepción; en la segunda, los ejercicios correspondientes a Respiración y Flotación; en la tercera, los de Desplazamiento, Equilibrio, Giros, Saltos y Lanzamientos; en la cuarta, los ejercicios...



Editorial	Paidotribo
Colección	Natación
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	428
Tamaño	215x150x mm.
Peso	648
Idioma	Español
Tema	Deportes
EAN	9788486475284
PVP	19,50 €
PVP sen IVE	18,75 €

