

Publicacions



ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA PERSONAS MAYORES

ÁNGELES SOLER VILA
MARGARITA JIMENO CALVO

Gymnos Editorial
I.S.B.N.: 84-8013-137-3
Dipòsit Legal:
M-16061-1998

INDEX

- Generalitats sobre la vellesa
- Activitat física en el medi aquàtic
- Plantejament de la sessió en els programes d'activitats aquàtiques
- Programes específics d'activitats aquàtiques per a la població de gent gran
 - Aigua lúdica
 - Gimnàstica aquàtica
 - Aprenentatge de la natació
 - Manteniment aquàtic
 - Banys d'aire, sol i aigua en el mar
 - Eutonia a l'aigua
- Planificació, avaluació i seguiment dels programes

CARACTERISTIQUES TECNQUES

Format: 17 x 24; Pàgines: 229;
Dibuixos: sí; Gràfics: no; Fotografies: sí.

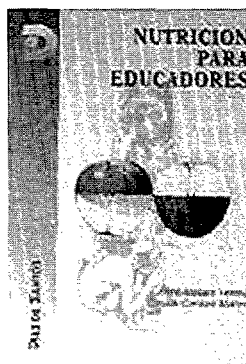
DESCRIPCIO

En aquesta obra, les autores recullen a través dels seus diferents capítols tots aquells factors que han d'intervenir a l'hora de dissenyar els programes d'activitats aquàtiques adreçats a la població de gent gran. Presenten un ventall extens pel que fa a les possibilitats de programes específics de caràcter pràctic, com també aquelles metodologies a dur a terme amb la població de gent gran.

La metodologia presentada per les autores possibilita l'aplicació dels diferents programes de natació adaptada amb fins terapèutics o per benestar, sota els objectius d'afavorir la bona coordinació psicomotriu, l'equilibri, una bona actitud postural, la resistència a l'esforç, la força, la flexibilitat, etc.

BIBLIOGRAFIA

L'autor incorpora 50 referències bibliogràfiques dels temes que tracta.



NUTRICIÓN PARA EDUCADORES

JOSÉ MATAIX VERDÚ
EMILIA CARAZO MARÍN

Editorial Diaz de Santos
I.S.B.N.: 84-7978-209-9
Dipòsit Legal:
M-15.449-1995

INDEX

1. Nutrició. Concepte i objectius
2. Nutrients. Visió general

3. Hidrats de carboni
4. Lípids
5. Proteïnes
6. Vitamines
7. Minerals
8. Aigua
9. Aliments hidrocarbonats
10. Hortalisses, verdures i fruites
11. Llet i derivats lactis
12. Greixos i olis
13. Requeriments nutricionals, ingestes recomanades i objectius nutricionals
14. Nutrició en diferents situacions fisiològiques
15. Nutrició i salut
16. Higiene alimentària
17. La lliçó pendent: malnutrició.

CARACTERISTIQUES TECNQUES

Format: 17,5 x 24,5; Pàgines: 453;
Dibuixos: sí; Gràfics: sí; Fotografies: no.

DESCRIPCIO

La dieta "adequada" per gaudir de bona salut es basa en la informació correcta sobre la relació que existeix entre la ingestió de certs aliments i algunes malalties, com l'arterioesclerosi, les afeccions cardiovasculars o certs tipus de càncer. Però també es funda en conjectures al voltant dels possibles efectes dels productes fitosanitaris, abonaments o medicaments. La preocupació per l'estètica aconsella a vegades l'eliminació de certs aliments, guiada sovint per criteris poc científics. Els ritus, les tradicions i els costums també inclinen el consumidor a optar entre diversos aliments i preparacions culinàries o, fins i tot, a abstenir-se de consumir temporalment o definitivament algun aliment. Aquest llibre pretén posar a disposició dels ensenyants una documentació bàsica i actualitzada, com també difondre entre el públic més ampli informacions interessants referents a la nutrició humana. (Del pròleg de Federico Mayor. Director General de la UNESCO).

BIBLIOGRAFIA

Els autors no inclouen un apartat de referències bibliogràfiques en la seva obra.

JACQUES MARIOT

BALONMANO

BALONMANO



JACQUES MARIOT

Ed. AGONOS

I.S.B.N.: 84-86774-10-1

Dipòsit Legal:

Z-3693-95

DE LA ESCUELA... A LAS ASOCIACIONES DEPORTIVAS

CARACTERISTIQUES TECNQUES

Format: 25,5 x 20,5; Pàgines: 165;
Dibuixos: sí; Gràfics: sí; Fotografies: sí.

BIBLIOGRAFIA

Inclouen 12 referències especialitzades sobre el tema.



BALONCESTO

GÉRARD BOSC
THIERRY POULAIN

Ed. AGONOS

I.S.B.N.: 84-86774-11-X

Dipòsit Legal:

Z-3609-96

CARACTERISTIQUES TECNQUES

Format: 25,5 x 20,5; Pàgines: 150;
Dibuixos: sí; Gràfics: sí; Fotografies: sí.

BIBLIOGRAFIA

Inclouen 12 referències especialitzades sobre el tema.

DESCRIPCIO

Ambdós llibres pretenen explicar la concepció de la formació del jugador, la intervenció pedagògica i els continguts de formació dintre del cicle escolar. Permet als professionals de l'esport el coneixement detallat d'aquests dos esports, coneixements per altra banda necessaris per analitzar multidisciplinàriament diversos aspectes en funció de l'activitat professional que es genera al voltant del joc.