



L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique

Sébastien Ratel, Vincent Martin

↓ Télécharger

📖 Lire En Ligne

L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique Sébastien Ratel, Vincent Martin

À l'heure où un grand nombre d'enfants a un faible niveau d'activité physique et donc une faible dépense énergétique qui engendre des problèmes de santé (obésité, diabète de type 1, etc.), les professionnels de la santé doivent agir pour mener les enfants vers une vie plus active. L'exercice est un levier majeur pour opérer ce changement mais il est nécessaire d'en maîtriser les aspects scientifiques, techniques et pratiques pour mettre en place une activité physique adaptée. Par ailleurs, on constate que certains jeunes sportifs, souvent prépubères, doivent consacrer un nombre d'heures inquiétant à l'entraînement, ce qui peut les conduire à un état de surentraînement et à des blessures. La programmation et les conditions de l'entraînement, les apports nutritionnels, etc., doivent donc être finement ajustés sur la base de connaissances fondamentales et appliquées spécifiques à l'enfant, afin de concilier entraînement sportif, compétition et respect de la santé de l'enfant. Rédigé par 39 spécialistes de l'enfant, du sport et de la santé, cet ouvrage propose à tous ceux qui interviennent auprès d'enfants ou d'adolescents de développer les connaissances scientifiques, techniques et pratiques leur permettant une meilleure prise en charge des enfants sains, sportifs ou malades, dans tous les domaines de l'activité physique et sportive. Un ouvrage destiné aux : professeurs d'éducation physique et sportive (EPS) ; professeurs d'activités physiques adaptées et santé (APAS) ; professeurs de sport ; médecins et pédiatres ; éducateurs sportifs ; kinésithérapeutes ; étudiants en sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS).

↓ [Télécharger L'enfant et l'activité physique : De la thé ...pdf](#)

📖 [Lire en Ligne L'enfant et l'activité physique : De la th ...pdf](#)

L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique

Sébastien Ratel, Vincent Martin

L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique Sébastien Ratel, Vincent Martin

À l'heure où un grand nombre d'enfants a un faible niveau d'activité physique et donc une faible dépense énergétique qui engendre des problèmes de santé (obésité, diabète de type 1, etc.), les professionnels de la santé doivent agir pour mener les enfants vers une vie plus active. L'exercice est un levier majeur pour opérer ce changement mais il est nécessaire d'en maîtriser les aspects scientifiques, techniques et pratiques pour mettre en place une activité physique adaptée. Par ailleurs, on constate que certains jeunes sportifs, souvent prépubères, doivent consacrer un nombre d'heures inquiétant à l'entraînement, ce qui peut les conduire à un état de surentraînement et à des blessures. La programmation et les conditions de l'entraînement, les apports nutritionnels, etc., doivent donc être finement ajustés sur la base de connaissances fondamentales et appliquées spécifiques à l'enfant, afin de concilier entraînement sportif, compétition et respect de la santé de l'enfant. Rédigé par 39 spécialistes de l'enfant, du sport et de la santé, cet ouvrage propose à tous ceux qui interviennent auprès d'enfants ou d'adolescents de développer les connaissances scientifiques, techniques et pratiques leur permettant une meilleure prise en charge des enfants sains, sportifs ou malades, dans tous les domaines de l'activité physique et sportive. Un ouvrage destiné aux : professeurs d'éducation physique et sportive (EPS) ; professeurs d'activités physiques adaptées et santé (APAS) ; professeurs de sport ; médecins et pédiatres ; éducateurs sportifs ; kinésithérapeutes ; étudiants en sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS).

Téléchargez et lisez en ligne L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique Sébastien Ratel, Vincent Martin

448 pages

Download and Read Online L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique Sébastien Ratel, Vincent Martin #0VEHPO41938

Lire L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique par Sébastien Ratel, Vincent Martin pour ebook en ligne L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique par Sébastien Ratel, Vincent Martin Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique par Sébastien Ratel, Vincent Martin à lire en ligne. Online L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique par Sébastien Ratel, Vincent Martin ebook Téléchargement PDF L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique par Sébastien Ratel, Vincent Martin Doc L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique par Sébastien Ratel, Vincent Martin Mobipocket L'enfant et l'activité physique : De la théorie à la pratique par Sébastien Ratel, Vincent Martin EPub

0VEHPO419380VEHPO419380VEHPO41938