

ژیمناستیک و کودک

علی غفاریان پناهی
عزاله ارزانی شهینی

www.ketab.ir

سرشناسه : غفاریان پناهی، علی، ۱۳۷۲ -
 عنوان و نام بدینامر : ژیمناستیک و کودک / علی غفاریان پناهی، غزاله ایزانی شهنی.
 مشخصات نشر : مشهد: خاطره، ۱۳۹۰.
 مشخصات ظاهری : ۱۲۰ ص.
 شابک : 978-600-256-015-5
 وضعیت فهرست نویسی : فیا
 موضوع : ژیمناستیک کودکان
 موضوع : ژیمناستیک - راهنمای آموزشی
 رده بندی کنگره : ۷۹۶/۲۴۲GV ۱۳۹۰/۵
 رده بندی دیویی : ۷۹۶/۲۴۲
 شماره کتابشناسی ملی : ۲۳۹۲۱۴۷
 تاریخ درخواست : ۱۳۹۰/۰۷/۰۳
 تاریخ پاسخگویی : ۱۳۹۰/۰۷/۱۰
 کد پیگیری : ۲۴۹۱۸۶۹

ژیمناستیک و کودک

نویسنده: علی غفاریان پناهی / غزاله ایزانی شهنی

ناشر : خاطره ۳۴۲۳۴۳۶ - ۰۵۱۱

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۶-۰۱۵-۵

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۰

چاپ : چاپ نیکو

تیراژ : ۱۰۰۰

قیمت : ۳۰۰۰ تومان

فهرست مطالب:

عنوان	صفحه
فصل اول: ژیمناستیک و کودکان	
تاریخچه ژیمناستیک.....	۹
هدف نهایی ژیمناستیک.....	۲۱
ژیمناستیک کودکان و تدریس.....	۲۹
اعمال انتقالی.....	۴۴
کار ایستا.....	۴۹
ارتباطات.....	۵۹
سبک آموزش مستقیم و غیر مستقیم.....	۶۹
مسئولیت - اخلاق کاری ژیمناستیک.....	۷۳
ارزیابی واقع گرایانه.....	۷۷
ارزیابی شناختی.....	۸۴
بررسی فهم و ادراک.....	۸۶
ارزشیابی عاطفی.....	۸۷

فصل دوم: ژیمناستیک و آماده سازی تمرین

آماده سازی تمرین	۹۹
افزایش انعطاف پذیری در مفاصل	۱۰۰
تقویت انعطاف پذیری در مفاصل	۱۰۰
جدول انعطاف پذیری	۱۰۲
کشش ایستائی	۱۰۴
حرکت شانه	۱۱۲
چرخش حول محورها	۱۱۶
متوسط نرخ حرکت	۱۱۷
منابع	۱۱۹