



MEF L'AUTORE LIBRI
FIRENZE

SPORT

FORMATO CM 12x20
EURO 6,30
ISBN 88-517-0532-1

MEF

MAREMMI EDITORI FIRENZE

VIA DUCCIO DI BUONINSEGNA 13 - 50143 FIRENZE

TELEFONO +39 055 716 747 - TELEFAX +39 055 716 747



www.firenzelibri.com - www.maremmieditori.com

GENNAIO 2004

Antonio Ambrosone
IL PIANETA BAMBINO

Suggerimenti sull'avviamento allo sport

Le tappe dello sviluppo fisico e psichico del bambino
L'importanza della pratica sportiva nell'età dello sviluppo
L'avviamento allo sport tra tecnica e gioco

Divisi tra scuola e televisione i nostri bambini si muovono sempre meno. Ma essere genitori responsabili significa soprattutto dare ai figli la possibilità di crescere sani, avviandoli a un adeguato programma di attività fisica capace di esercitare benefiche influenze anche sulla psiche. In questo libro troverete brevi nozioni generali sullo sviluppo psicofisico dei bambini, suggerimenti nutrizionali, tecniche sportive per aiutare il corpo a formarsi correttamente, proposte di "giochi" ginnici ben esemplificati con disegni esplicativi. Un primo, facile approccio al mondo dello sport, un ottimo strumento di consultazione per genitori e insegnanti.

Antonio Ambrosone è nato e vive a Avellino. Cintura nera 3° Dan di karate, è Presidente di Giuria Nazionale FIJLKAM (Federazione Italiana Judo Lotta Karate Arti Marziali), Istruttore CONI per i centri giovanili C.A.S. (Centri di Avviamento allo Sport) e organizzatore di manifestazioni sportive.