

B - for bedre idræt PDF

Jørn Hansen



Forside mangler

Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.



DOWNLOAD PDF

Forfatter: Jørn Hansen
ISBN-10: 9788702075489
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 1602 KB

BESKRIVELSE

B - for bedre idræt er primært rettet mod undervisningen i idræt på B-niveau, men kan også læses af andre idrætsinteresserede, fx på højskoler og seminarier. B - for bedre idræt belyser idrætsteorien fra både den naturvidenskabelige, den samfundsmæssige, den psykologiske og den historiske vinkel og indeholder kapitler om sundhed, anatomi og bevægelseslære, aerob og anaerob træning, styrketræning, teambuilding, befolkningens idrætsadfærd, idrættens internationale scene og eliteidrættens skyggesider. B - for bedre idræt giver svar på spørgsmål som: - Hvilke muskler og led aktiveres under bevægelserne i forskellige idrætsgrene - Hvilke træningsformer er mest hensigtsmæssige til træning af kondition, udholdenhed og styrke? - Hvad er den politiske baggrund for nutidens sundhedskampagner, og hvordan beskytter fysisk aktivitet mod sygdom? - Hvordan skabes et godt samarbejde på et hold gennem teambuilding? - Hvordan er idrætten organiseret, og hvilken rolle spiller kommercielle interesser i idrætten? - Hvorfor dyrker mennesker idræt og hvad er deres motiver? - Hvilken betydning har idræt i international politik? - Hvilke årsager ligger bag eliteidrættens skyggesider som doping, korruption og slåskampe mellem fodboldfans?

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Opgaven indeholder en beskrivelse af musklerne omtalt side 47-55 i bogen B- for bedre idræt. Opgaven lød: Beskriv alle de muskler i afsnittet side 47-55 ...

Køb bøger i Google Play. Kig rundt i verdens største e-boghandel, og begynd at læse i dag på nettet, tablet, telefon eller e-læser. Gå til Google Play nu »

Idræt B består af otte moduler der alle er bygget op omkring et kapitel i grundbogen B - for bedre idræt.

B - FOR BEDRE IDRÆT

[Læs mere ...](#)