

Link do produktu: <https://www.wydawnictwoscriptum.pl/aktywizowanie-rozwoju-czlowieka-w-czasie-wolnym-p-371.html>



Aktywizowanie rozwoju człowieka w czasie wolnym

Cena	24,00 zł
rok wydania	2022
autor	Barbara Banach, Marek Banach, Józefa Matejek
ISBN	978-83-66812-68-0
format	160 x 230
ilość stron	208

Opis produktu

Pojęcie czasu wolnego jest nieodłącznie związane z poczuciem wolności, relaksu i odprężenia, a odpowiednio dobrany sposób jego wykorzystania jest jednym z elementów życia ludzkiego. Formy spędzania czasu wolnego są nierozdzielnie związane z jakością życia człowieka. W ramach czasu wolnego – poprzez różnorodne zajęcia oraz rodzaje aktywności – człowiek kształtuje i rozwija swoje zainteresowania, pogłębia wiedzę, a także nabiera sił fizycznych i odnajduje równowagę psychiczną.

ze Wstępu

Przedstawiona praca stanowi studium bogatej literatury z takich dziedzin jak: psychologia, pedagogika, kultura fizyczna, medycyna oraz turystyka i krajoznawstwo. Ma więc charakter interdyscyplinarny, wieloaspektowy. Wspólnym mianownikiem, który łączy te różne dziedziny wiedzy, zarówno teoretycznej jak i praktycznej, jest aktywizowanie dzieci młodzieży, dorosłych oraz seniorów. (...) Studium poświęcone aktywizowaniu człowieka, zarówno młodego jak i w wieku starszym – w czasie wolnym, przeznaczone jest dla szerokiego grona odbiorców, począwszy od nauczycieli akademickich, innych nauczycieli, pracowników służby zdrowia, instruktorów – doradców klubów sportowych, zespołów artystycznych, animatorów kultury po pracowników socjalnych i studentów.

z recenzji prof. Józefa Kuźmy

Spis treści

Wstęp

Rozdział I
Czas wolny

Rozdział II
Aktywność człowieka

Rozdział III
Wybrane formy aktywności fizycznej (ruchowej)

Zakończenie
Literatura przedmiotu
Spis tabel i diagramów
Aneks