

Sprawność fizyczna i umiejętności ruchowe uczniów: zestawienie bibliograficzne w wyborze

Wydawnictwa zwarte

1. 60 lekcji pływania dla dzieci / István Bárány ; [z węgierskiego tłumaczyła Anna Rak-Kaszanits]. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1968. - 118, [1] strona : ilustracje
2. Autorski program wychowania fizycznego : dla klas IV-VI szkoły podstawowej / Alicja Romanowska - Płock : „Korepetytor”, 1999 - 54 strony
3. Biomedyczne podstawy rozwoju i wychowania. Cz. 1 / Zbigniew Bartkowiak. - Wydanie 2 poprawione. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1986. - 191, [1] strona : rysunki ; wykresy
4. Biomedyczne podstawy rozwoju i wychowania. Cz. 2 / Zbigniew Bartkowiak. - Wydanie 2 poprawione. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1986. - 222, [2] strony : fotografie, rysunki
5. Ciało i zdrowie człowieka w nowoczesnym systemie wychowania fizycznego / Andrzej Krawański. - Poznań : AWF, 2003. - 393 strony : tabele, wykresy
6. Ćwiczenia śródlekcyjne i międzylekcyjne w klasach początkowych / Kazimiera Właźnik, Anna Złotkiewicz. - Wydanie 2 zmienione. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1977. - 113, [3] strony : ilustracje
7. Ćwiczenia śródlekcyjne i międzylekcyjne w niższych klasach szkoły podstawowej / Kazimiera Właźnik, Anna Złotkiewicz. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1975. - 117, [3] strony : rysunki
8. Ćwiczenia terenowe : poradnik metodyczny / Czesław Hakke, Narcyz Andrzej Nonas. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1968. - 235, [1] strona : ilustracje
9. Dydaktyka wychowania fizycznego, fizjoterapii i sportu / Michał Bronikowski. - Poznań : Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego, 2012. - 328 stron : ilustracje
10. Gimnastyka : poradnik metodyczny Kazimierz Barański, Celina Malczyk, Włodzimierz Orłowski. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1968. - 251, [1] strona : ilustracje
11. Gimnastyka : teoria i metodyka / Ryszard Jezierski, Anna Rybicka ; Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu. - Wydanie 7. - Wrocław : Wydawnictwo AWF, 2002. - 259, [3] strony ; ilustracje

12. Gimnastyka chłopców : zasób materiału ćwiczebnego i przykłady wzorców lekcyjnych / Adam Kalinowski. - Wydanie 2, poprawione i uzupełnione - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1953 - 159 stron : ilustracje
13. Gry i zabawy ruchowe : podręcznik metodyczny dla nauczycieli, wychowawców i instruktorów / Roman Trześniowski ; [rysunki Władysław Czarnecki]. - Wydanie 5 poprawione i uzupełnione. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1966. - 408, [4] strony : ilustracje, nuty
14. Gry i zabawy ruchowe : podręcznik przeznaczony dla nauczycieli, wychowawców i instruktorów / Roman Trześniowski. - 7 wydanie - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1974 - 408, [2] strony : ilustracje, nuty
15. Jak wykonać pomoce naukowe do wychowania fizycznego w szkole ogólnokształcącej / Fr. Krawczykowski ; uzupełnione przez Mariana Krawczyka. - Wydanie 3. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1953. - 84 strony : ilustracje
16. Kultura fizyczna : (przewodnik programowo-metodyczny) / Krystyna Nowakowska. - Kielce : Wyższa Szkoła Pedagogiczna im. Jana Kochanowskiego, 1983 - 86, [2] strony
17. Kultura fizyczna i zdrowie w kształceniu zintegrowanym / praca zbiorowa pod redakcją Anny Niteckiej-Walerych. - Gdańsk : Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, 2007. - 246 stron: ilustracje
18. Kultura fizyczna w klasach 1-3 : przewodnik metodyczny / Andrzej Liedke, Kazimiera Włażnik. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1983. - 179, [1] strona : rysunki, wykresy
19. Kultura fizyczna w powszechnej szkole średniej : poradnik dla nauczyciela : praca zbiorowa / redakcja Ludwik Denisiuk, Grażyna Badory, Radosław Botwiński - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1980. - 303 strony: ilustracje
20. Kultura fizyczna w szkołach i zakładach dla upośledzonych umysłowo : poradnik metodyczny / Jan Dziedzic, Wiesława Dłużewska, Bernard Wieczorek. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1978. - 167, [1] strona : ilustracje, tabele
21. Lekcje wychowania fizycznego w klasach IV - VI / Maria Kołodziej, Jerzy Kołodziej. - Rzeszów : „Fosze”, 2005. - 234 strony : rysunki
22. Materiały do ćwiczeń z metodyki wf : (skrypt) : praca zbiorowa / pod kierownictwem Franciszka Laurentowskiego. - Warszawa : "Sport i Turystyka", 1968. - 380, [6] stron : ilustracje
23. Metodyka wychowania fizycznego / Adam Kalinowski, Zofia Żukowska. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1969. - 239 s., [1] strona : ilustracje
24. Metodyka wychowania fizycznego i zdrowotnego : podręcznik dla nauczycieli wychowania fizycznego i studentów studiów pedagogicznych / Janusz Bielski. - Kraków : „Impuls”, 2005. - 361, [1] strona : wykresy
25. Metodyka wychowania fizycznego w liceum ogólnokształcącym : materiały dla nauczycieli i trenerów pracujących z młodzieżą ze szkoły średniej : praca zbiorowa / pod redakcją Michała Niewiadomskiego. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1973. - 436, [4] strony : ilustracje
26. Metodyka wychowania fizycznego w reformowanej szkole / redakcja Michał Bronikowski - Poznań : eMPi2, 2002 - [263] strony : rysunki, tabele

27. Metodyka wychowania fizycznego w szkole podstawowej / Adam Kalinowski, Zofia Żukowska. - Wydanie 2 uzupełnione i poszerzone - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1975 - 248 stron : ilustracje, tabele
28. Miernik sprawności fizycznej : uczniów i uczennic w wieku 7-19 lat / Roman Trzeźniowski ; ze wstępem Juliana Perkala. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1963. - 191 strona : wykresy
29. Nowoczesność w wychowaniu fizycznym dzieci i młodzieży : materiały z konferencji naukowej, Warszawa 13 XII 1971 / redakcja Kajetan Hądzelek, Krzysztof Zuchora. - Warszawa : "Sport i Turystyka" : Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej : Polskie Towarzystwo Higieniczne, 1974 - 233, [1] strona : ilustracje, tabele, wykresy
30. O fizycznym wychowaniu dzieci / Jędrzej Śniadecki ; ze wstępem Macieja Demela ; Akademia Wychowania Fizycznego im. Bronisława Czecha w Krakowie. - [Wydanie 8 i. ewentualnie 2]. - Kraków : AWF, 1990 (Kraków : AWF). - XXXI, [1], 131, [4] strona : 1 portret
31. Podstawowe problemy teorii wychowania fizycznego / Janusz Bielski. - Kraków : „Impuls”, 2012. - 222 strony : ilustracje
32. Podstawy teorii i metodyki wychowania fizycznego : książka pomocnicza dla nauczycieli wychowania fizycznego oraz uczniów i słuchaczy zakładów kształcenia nauczycieli / Ludwik Denisiuk, Adam Kalinowski ; [rysunki J. Korolkiewicz]. - Wydanie 4 poszerzone i uzupełnione. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1965. - 256 stron : ilustracje
33. Podstawy teorii i metodyki wychowania fizycznego : książka pomocnicza dla nauczycieli wychowania fizycznego oraz uczniów zakładów kształcenia nauczycieli / Ludwik Denisiuk, Adam Kalinowski ; [rys. Jerzy Korolkiewicz]. - Wydanie 2 rozszerzone. - Łódź : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1959. - 244 strony : ilustracje, nuty
34. Podstawy teorii i metodyki wychowania fizycznego : książka pomocnicza dla nauczycieli wychowania fizycznego oraz uczniów zakładów kształcenia nauczycieli / Ludwik Denisiuk, Adam Kalinowski. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1957. - 166, [2] strony : ilustracje, rysunki, tabele
35. Podstawy wychowania fizycznego w szkole podstawowej / Marian Krawczyk. - Wydanie 2 zmienione. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1947. - 190, [1] strona
36. Poradnik dla nauczycieli wychowania fizycznego : praca zbiorowa / pod red. M. Niewiadomskiego ; [rysunki W. Czarnecki i inni]. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1955. - 376 stron : ilustracje, nuty
37. Postawa ciała, jej wady i korekcja / Jerzy Kołodziej, Krzysztof Kołodziej, Irena Momola. - Rzeszów : Wydawnictwo Oświatowe Fosze, 2004. - 160 stron : rysunki, tablice
38. Proces kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej / Stanisław Strzyżewski - Wydanie 3 poprawione i uzupełnione. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1996 - 251, 1 strona : rysunki, tabele
39. Proces wychowania fizycznego : praca zbiorowa / pod redakcją Teresy Ciecierskiej-Szabuniewicz i Mariana Krawczyka ; Instytut Pedagogiki. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1972. - 342, [1] strona : ilustracje
40. Proces wychowania w kulturze fizycznej / Stanisław Strzyżewski. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1986 - 246, [1] strona

41. Program nauczania ośmioklasowej szkoły podstawowej : (tymczasowy) : wychowanie fizyczne : klasy V-VIII / Ministerstwo Oświaty i Szkolnictwa Wyższego. - Wydanie 2. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1970. - 79, [1] strona
42. Program szkoły podstawowej : kultura fizyczna : klasa IV / Ministerstwo Oświaty i Wychowania. Instytut Programów Szkolnych. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1981. - 9, [3] strony
43. Program WF a sprawność młodzieży szkolnej / Ludwik Denisiuk ; Instytut Naukowy Kultury Fizycznej. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1968. - 199, [1] strona : ilustracje
44. Program wychowania fizycznego w zakresie podstawowym dla liceum ogólnokształcącego, liceum profilowanego i technikum : zdrowie, sprawność, aktywność / Piotr Wróblewski - Kielce : „MAC Edukacja”, 2002 - 26 stron
45. Przewodnik metodyczny dla nauczycieli wychowania fizycznego w gimnazjum. Cz. 1 / Dorota Kamień, Mirosław Zima. - Kielce : Mac Edukacja, 2002. - 176 stron : rysunki
46. Przewodnik metodyczny dla nauczycieli wychowania fizycznego w gimnazjum. Cz. 2 / aut. Barbara Kruczyk [et al.]. - Kielce : Mac Edukacja, 2002. - 124 strony : rysunki
47. Przewodnik metodyczny dla nauczycieli wychowania fizycznego w gimnazjum. Cz. 3 / Ewa Gieras, Leszek Krupiński, Paweł Malinowski. - Kielce : Mac Edukacja, 2002. - 123 strony : rysunki
48. Przewodnik metodyczny dla nauczycieli wychowania fizycznego w klasach 4-6. Cz. 2 / Marzena Pietrasik, Małgorzata Piwońska, Mirosław Zima. - Kielce : „MAC”, 2001. - 112 stron: tabele
49. Przewodnik metodyczny dla nauczycieli wychowania fizycznego w klasach 4-6. Cz. 1 / Piotr Wróblewski [et al.]. - Kielce : „Mac”, 2000. - 144 strony
50. Przewodnik metodyczny dla nauczycieli wychowania fizycznego w klasach 4-6. Cz. 3 / Ewa Gieras, Leszek Krupiński, Paweł Malinowski. - Kielce : „Mac”, 2001. - 96 stron
51. Sieciowe modele nauczania ruchu / Lech A. Jaczynowski. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1978. - 114, [2] strony : ilustracje, tablice
52. Sport, zabawa i rekreacja : poradnik metodyczny - wychowanie fizyczne : gimnazjum / Urszula Kierczak, Tadeusz Glos. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 2002. - 176 stron
53. Tabele punktacji sprawności fizycznej / Ludwik Denisiuk ; Ministerstwo Oświaty i Wychowania. Instytut Programów Szkolnych. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1975. - 91, [1] strona : ilustracje, tabele, wykresy
54. Tańce : rytm, ruch, muzyka : wybór dla potrzeb wychowania fizycznego / Bożena Bednarzowa, Maria Młodzikowska. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1983. - 283 stron : nuty, rysunki
55. Teoria fizycznej edukacji / Henryk Grabowski. - Wydanie 2 poprawione i uzupełnione - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1999. - 147 stron : rysunki, wykresy
56. Teoria wychowania fizycznego / Zygmunt Gilewicz ; [przygotował do druku Maciej Demel et al.]. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1964. - 374, [2] strony : ilustracje
57. Teoria wychowania fizycznego dla pedagogów / Maciej Demel, Alicja Skład ; Z Prac Instytutu Naukowego Kultury Fizycznej w Warszawie. - Warszawa : Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1970. - 261, [2] strony, 14 kart tablic : ilustracje

58. Teoria wychowania fizycznego dla pedagogów / Maciej Demel, Alicja Skład ; z Prac Instytutu Naukowego Kultury Fizycznej w Warszawie. - Wydanie 4. - Warszawa : Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1986 - 255, [1] strona : rysunki, wykresy
59. Teoria wychowania fizycznego dla pedagogów / Maciej Demel, Alicja Skład. - Wydanie 2. - Warszawa : Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1974 - 261, [3] strona : ilustracje, portrety, wykresy
60. Uczestnictwo w kulturze fizycznej wyzwaniem naszych czasów / pod redakcją Bożeny Zawadzkiej. - Kielce : Wszechnica Świętokrzyska, 2010. - 373 stron : ilustracje
61. W kręgu teorii, metodyki i praktyki współczesnego wychowania fizycznego / Władysław Pańczyk, Krzysztof Warchoń. - Wydanie 2 uzupełnione - Rzeszów : Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, 2008. - 403 strony : ilustracje
62. WF z klasą w szkole podstawowej, gimnazjum i szkole ponadgimnazjalnej : od planowania do oceniania / Tomasz Frołowicz, Małgorzata Pogorzelska, Joanna Klonowska. - Warszawa : Ośrodek Rozwoju Edukacji, 2015. - 141 stron : ilustracje
63. Wprowadzenie do rekreacji fizycznej : elementy historii, teorii i metodyki / Maciej Demel, Włodzimierz Humen. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1970. - 185, [3] stron : ilustracje
64. Wybrane lekcje wychowania fizycznego w klasach IV - VIII / Maria i Jerzy Kołodziejowie. - [Wydanie 2]. - Rzeszów : „Fosze”, 1998 (Rzeszów : „Fosze”). - 251, [3] strony : rysunki, 1 wykres
65. Wybrane lekcje wychowania fizycznego w nauczaniu początkowym / Maria i Jerzy Kołodziejowie. - Rzeszów : „Fosze”, 1994. - 173, [1] strona : rysunki
66. Wybrane zagadnienia współczesnej metodyki wychowania fizycznego : podręcznik dla nauczycieli i studentów / Eligiusz Madejski, Józef Węglarz. - Kraków : „Impuls”, 2007. - 213 stron : ilustracje
67. Wybrane zagadnienia wychowania fizycznego w nauczaniu początkowym / Maria i Jerzy Kołodziejowie. - Rzeszów : „Fosze”, 1996 - 255 stron : nuty, rysunki
68. Wybrane zagadnienia z metodyki wychowania fizycznego / Krystyna Nowakowska. - Kielce : Wszechnica Świętokrzyska, 1999 - 268 stron : tabele
69. Wychowanie fizyczne / Wacław Gniewkowski, Kazimiera Właźnik. - Wydanie 2 poprawione i rozszerzone - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1990 (Białystok : BZG). - 381, [1] strona : rysunki
70. Wychowanie fizyczne / Wacław Gniewkowski, Kazimierz Właźnik. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1985. - 358, [2] strony : rysunki, wykresy
71. Wychowanie fizyczne : podręcznik dla kl. IV-V / Tadeusz Mieczkowski. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1977. - 156, [3] strony : ilustracje (w tym kolorowe)
72. Wychowanie fizyczne : program nauczania liceum ogólnokształcącego : klasy I - IV : (tymczasowy) / Ministerstwo Oświaty - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1966. - 55, [1] strona
73. Wychowanie fizyczne i edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej, gimnazjum i liceum / [Ministerstwo Edukacji Narodowej]. - [Warszawa : Ministerstwo Edukacji Narodowej, 2009]. - 75, [1] strona : ilustracje

74. Wychowanie fizyczne na koloniach i obozach letnich : praca zbiorowa / pod redakcją Michała Niewiadomskiego. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1977. - 399, [1] strona : ilustracje, nuty, tabele
75. Wychowanie fizyczne na wczasach letnich : praca zbiorowa / pod redakcją Władysława Bociana ; [autorzy W. Bocian et al. ; rysunki Władysław Czarnecki]. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1964. - 220 stron
76. Wychowanie fizyczne naszych dni / Krzysztof Zuchora. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1974 (Poznań : Poznańskie Zakłady Graficzne imienia M. Kasprzaka). - 187, [1] strona
77. Wychowanie fizyczne poza salą gimnastyczną / Stanisław Strzyżewski. - Wydanie 2. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1997. - 175, [1] strona : ilustracje
78. Wychowanie fizyczne uczniów kl. 1 - 4 : poradnik metodyczny dla nauczycieli szkoły początkowej / pod redakcją P. Rudika i W. Koronowskiego ; [tłumaczenie z języka rosyjskiego Marian Krawczyk]. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1953. - 196 stron : ilustracje
79. Wychowanie fizyczne w klasach I-IV : materiały pomocnicze dla nauczycieli : praca zbiorowa / pod red. Mariana Krawczyka. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1968. - 270, [2] strony : ilustracje
80. Wychowanie fizyczne w klasach I-IV szkoły ogólnokształcącej / A. Balcerek, Fr. Laurentowski ; [ilustracje Władysław Czarnecki]. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1954. - 122, [2] strony : ilustracje, nuty
81. Wychowanie fizyczne w przedszkolu / Kazimiera Właźnik. - Wydanie 4. - Warszawa : Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, 1988 (Białystok : BZG). - 302, [2] strony : rysunki
82. Wychowanie fizyczne w przedszkolu i klasach I-IV / Janina Pelkowska-Turati. - Warszawa : Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, 1971. - 183, [1] strona : ilustracje
83. Wychowanie fizyczne w szkołach podstawowych : praca zbiorowa / pod redakcją Adama Kalinowskiego. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1970. - 370, [1] strona : ilustracje, nuty
84. Wychowanie fizyczne w szkołach podstawowych bez sal gimnastycznych : praca zbiorowa / pod redakcją Adama Kalinowskiego ; [ilustracje Władysław Czarnecki]. - Wydanie 2 poprawione i rozszerzone. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1965. - 308 stron : ilustracje
85. Wychowanie fizyczne w zreformowanej szkole. 1, Ranga i miejsce wychowania fizycznego w polskiej szkole / Barbara Wolny ; Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II. Wydział Zamiejscowy Nauk o Społeczeństwie w Stalowej Woli. - Lublin : Wydawnictwo KUL, 2006. - 286 stron
86. Zabawa w sport z maluchami / Gerda Lehnert, Ingrid Lachmann ; przekład Ewa Cynke. - Warszawa : „Sport i Turystyka”, 1978. - 225, [2] strony : ilustracje
87. Zabawy i gry ruchowe : (przewodnik do ćwiczeń). Cz. 1 / Jerzy Urniaż, Marzena Jurgielewicz-Urniaż, Elżbieta Witkowicz. - Olsztyn : Olsztyńska Szkoła Wyższa im. Józefa Rusieckiego, 2005. - 80 stron : ilustracje
88. Zabawy i gry ruchowe w szkolnym wychowaniu fizycznym / Michał Bronikowski, Radosław Muszkieta. - Poznań : AWF, 2000. - 138 stron, [6] kolorowe tablice : ilustracje
89. Zarys teorii wychowania fizycznego / Wiesław Osiński ; Akademia Wychowania Fizycznego imienia Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu. - Poznań : AWF, 1996 (Poznań : AWF). - 164 strony : rysunki, wykresy
90. Zdrowie, sprawność, ruch : program wychowania fizycznego dla gimnazjum / Piotr Wróblewski. - Kielce : „MAC”, 2001. - 20 stron

Wydawnictwa ciągłe

91. Aktywność fizyczna młodzieży I Liceum Ogólnokształcącego w Białej Podlaskiej / Filip Korpak. W: Lider. - 2011, nr 7/8, s. 19-22
Próba oceny aktywności fizycznej - jej częstotliwości, czasu trwania i intensywności uczestnictwa młodzieży licealnej.
92. Aktywność i sprawność fizyczna - młodzieży licealnej LO nr 2 w Jaworznie / Marta Kozera. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2012, nr 2, s. 15-20
Wyniki badań, których celem była ocena pozaszkolnej aktywności fizycznej młodzieży licealnej na przykładzie uczniów LO nr 2 w Jaworznie. Zbadano także związek między deklarowanym czasem przeznaczonym na aktywność fizyczną a samooceną stanu zdrowia, sprawności fizycznej i zadowolenia z życia.
93. Alternatywne sposoby oceny mocy - przegląd testów boiskowych / Robert Makuch. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2008, nr 5, s. 27-35
Diagnozowanie mocy. Przegląd na podstawie testów stosowanych w Polsce i na świecie.
94. Bosy dzień w szkole... czas start! / Daria Puszk. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2020, nr 2, s. 38-39
Zalety chodzenia boso. Jak poprowadzić lekcje WF na boso.
95. Charakterystyka środowiskowa i zdrowotna oraz aktywność fizyczna uczniów w warszawskiej gminie Bielany / Dorota Trzcińska, Elżbieta Olszewska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2006, [nr] 4, s. 12-16
Omówienie ankiety skierowanej do rodziców uczniów szkół podstawowych i gimnazjalnych.
96. Chcę być silny, szybki, wytrzymały : samouczek sprawności fizycznej / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2016, [nr] 2, s. 60-64
Program aktywizacji ruchowej uczniów w warunkach pozaszkolnych.
97. Codzienna porcja stretchingu dla każdego / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 3, s. [42]-51
Czym jest stretching. Propozycje ćwiczeń z wykorzystaniem konstrukcji sztucznych i naturalnych.
98. Człowiek energiczniejszy niż pocisk. Jak obudzić w sobie moc? / Sebastian Bednarczyk. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 3, s. [60]-64
Najlepsze metody treningu mocy.
99. Czy płeć stanowi uwarunkowanie procesu wychowania fizycznego? / Monika Guszowska. W: Kultura Fizyczna. - 2006, nr 9/12, s. 39-42
100. Ćwiczenia kształtujące w wychowaniu fizycznym, czyli trening dla każdego / Wojciech Błachnio. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 6, s. 19-27
Przykłady ćwiczeń kształtujących wolnych i z przyborem.
101. Ćwiczenia percepcyjne. Jak nauczyć uczniów zbierania informacji z boiska? / Leszek Sawicki. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 5, s. 31-35
Wybrane ćwiczenia i zabawy służące rozwojowi percepcji.
102. Ćwiczenia wstępne w nauczaniu pchnięcia kulą. [Cz. 1] / Ewa Orłowska, Joanna Gradek. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2016, [nr] 3, s. 53-60

Propozycja zestawu ćwiczeń siłowo-rzutowych, które mogą stanowić element zaprawy ogólnorozwojowej w każdym wieku. Ćwiczenia przydatne nauczycielowi wychowania fizycznego w procesie wszechstronnego kształtowania i funkcjonalnego wzmacniania organizmu ucznia.

103. Ćwiczenia wstępne w nauczaniu pchnięcia kulą. Cz. 2 / Ewa Orłowska, Joanna Gradek. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2016, [nr] 4, s. [58]-64
Prezentacja ćwiczeń angażujących grupy mięśniowe bezpośrednio uczestniczące w ruchu technicznym przy pchnięciu kulą. Propozycje pchnięć w różnych pozycjach z zachowaniem metodycznej kolejności.
104. Dalekowschodnie sztuki i sporty walki w praktyce pedagogicznej / Tomasz Guja. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2004, [nr] 5, s. 38-40
Walory wychowawcze i zdrowotne uprawiania sportów wschodnich. Wyniki badań.
105. Doskonalenie finalizacji akcji, rozwijanie równowagi dynamicznej / Bartosz Urbański. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2017, nr 5, s. [16]-20
Konspekt zajęć wpływających na doskonalenie równowagi dynamicznej.
106. Doskonalenie prowadzenia i podania piłki / Bartosz Urbański. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2017, nr 3, s. [22]-26
Ćwiczenia doskonalące podania, przyjęcie oraz prowadzenie piłki - konspekt zajęć z wychowania fizycznego.
107. Drabinka pozioma - ćwiczenia koordynacyjne / Paweł Woźny. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2010, nr 7, s. 39-42
Zalety i możliwości zastosowania drabinki poziomej. Przykładowe ćwiczenia kształtujące zdolności koordynacyjne.
108. Dynamika w treningu / Justyna Krzysik. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 6, s. 56-64
Cele i przykłady ćwiczeń plyometrycznych.
109. Edukacja prozdrowotna - monitorowanie sprawności fizycznej / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2014, nr 7, s. 4-7
Diagnozowanie rozwoju sprawności fizycznej uczniów za pomocą testowania sprawności motorycznej. Przykładowe próby sprawności fizycznej i sprawdziany najczęściej realizowane przez nauczycieli wychowania fizycznego. Dokumentowanie osiągnięć sprawności fizycznej.
110. Elastyczna taśma gumowa - ćwiczenia z partnerem. Cz. 13 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2012, nr 3, s. 21
Przykłady ćwiczeń wzmacniających mięśnie z użyciem elastycznej taśmy.
111. Elastyczna taśma gumowa - trening obwodowy. Cz. 14 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2012, nr 4, s. 21
Przykładowy trening obwodowy z wykorzystaniem elastycznej taśmy gumowej.
112. Elementy treningu crossfit w wychowaniu fizycznym / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 3, s. 22-26
Wskazania i przeszkody w planowaniu treningu crossfit. Przygotowanie motoryczne uczniów do treningi crossfit.
113. Gry i zabawy terenowe - pierwszym krokiem do surwiwalu / Filip Korpak, Joanna Baj-Korpak. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2009, nr 6, s. 26-29
Wybrane gry i zabawy terenowe, które mają zainteresować uczestników surwiwalem.
114. Gymstick. Cz. 7 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2011, nr 6, s. 21
Przykładowe ćwiczenia z wykorzystaniem Gymsticka.
115. Gymstick. Cz. 8 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2011, nr 7/8, s. 41

Przykładowe ćwiczenia koncentrujące się na wzmacnianiu głównych partii ciała.

116. Gymstick - trio wzmacniające. Cz. 9 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2011, nr 9, s. 21

Trening wzmacniający z wykorzystaniem Gymsticka - przykłady ćwiczeń.

117. Gymstick - trio wzmacniające. Cz. 10 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2011, nr 12, s. 21

Przykłady ćwiczeń wzmacniających napięcie mięśni antagonistycznych.

118. Jak gimnastyka stymuluje mózg / Julian Piotr Sawiński. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2014, nr 7, s. 8-12

Rola sportu i aktywności ruchowej w stymulacji funkcjonowania ludzkiego mózgu i w utrzymywaniu sprawności umysłowej na wysokim poziomie.

119. Jak motywować ucznia do wysiłku fizycznego, aby był przyjemnością a nie przykrym obowiązkiem? / Paweł Woźny. W: Lider. - 2009, nr 11, s. 22-23

120. Jazda na wrotkach na lekcjach WF - jak przygotować zajęcia? / Magdalena Krzelowska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 5, s. 46-47

Metodyka nauczania jazdy na wrotkach.

121. Kalistenika w rozwoju sylwetki / Magdalena Krzelowska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2020, nr 3-4, s. 32-34

Zalety kalisteniki. Rodzaje ćwiczeń kalistenicznych.

122. Koordynacyjne zdolności a sprawność motoryczna - młodzieży uprawiającej sporty zimowe / Kazimierz Chojnacki, Dariusz Tchórzewski. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2009, nr 2, s. 32-41

123. Koordynacyjne zdolności motoryczne w szkoleniu sportowym dzieci i młodzieży / Piotr Bora. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 6, s. 10-15

Przykłady ćwiczeń kształtujących koordynację ruchową.

124. Koszykówka - top 10 ćwiczeń w nauczaniu piłki koszykowej / Łukasz Rydzik, Ewa Sobilo. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 6, s. 44-45

Najlepsze ćwiczenia stosowane w nauczaniu piłki koszykowej.

125. Kryteria oceny efektywności programu ćwiczeń - ukierunkowanego na kształtowanie równowagi ciała u dzieci / Ewa Kucharska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2008, nr 8, s. 21-27

Opracowanie ilościowych i jakościowych kryteriów oceny poziomu równowagi ciała dzieci.

126. Kształtowanie kondycji fizycznej w treningu obwodowym / Feliks Rochowicz. W: Lider (czasopismo elektroniczne). - 2013, nr 5, s. 43-48

Zasady pracy nad sprawnością fizyczną i ruchową z młodzieży do lat 16. Prezentacja form rozwijania sprawności fizycznej ogólnej - treningu obwodowego i stacyjnego. Organizacja zajęć z wykorzystaniem treningu stacyjnego na obwodzie. Propozycje ćwiczeń.

127. Kształtowanie wytrzymałości - w sali gimnastycznej / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2010, nr 10, s. 41-42

Przykłady metod i form organizacyjnych podczas kształtowania wytrzymałości na ograniczonym terenie (sala gimnastyczna, małe boisko szkolne).

128. Metody kształtowania siły mięśniowej przy pomocy piłek lekarskich / Magdalena Krzelowska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2020, nr 2, s. 40-41

Propozycje ćwiczeń indywidualnych i ćwiczeń wykonywanych w parach z wykorzystaniem piłek lekarskich.

129. Miejsce sportów walki - w szkolnym wychowaniu fizycznym / Andrzej Praszek. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2008, nr 7, s. 43-44
Wprowadzanie elementów sportów walki do programu nauczania wychowanie fizycznego - urozmaicenie i uatrakcyjnienie lekcji wf-u. Zalety.
130. Motywacja a poziom sprawności fizycznej dziewcząt ze środowiska wiejskiego i miejskiego / Jolanta Hyjek, Bożena Daszkiewicz. W: Lider. - 2011, nr 7/8, s. 29-30
Wyniki przeprowadzonych badań.
131. Nietypowe formy ruchu - na lekcjach wf / Marzena Kukła, Grażyna Kosiba. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2011, nr 4, s. 14-18
Prezentacja nietypowych i atrakcyjnych dla młodzieży form ruchu : parkour, slackline, joga slackline, water slackline. Możliwości wykorzystania elementów w/w form na lekcjach wf.
132. Nordic walking - w programie nauczania. [Cz.1] / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2013, nr 9, s. 33-[42]
Wykorzystanie nordic walking na lekcjach wychowania fizycznego - wymagany sprzęt, warunki materialno-dydaktyczne do realizacji lekcji. Trzy przykładowe scenariusze lekcji wychowania fizycznego zgodne z metodyką nauczania technik nordic walking.
133. Nordic walking - w programie nauczania (dokończenie). [Cz.2] / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2013, nr 10, s. 36-41
Prezentacja trzech kolejnych konspektów lekcji wychowania fizycznego zgodnych z metodyką nauczania techniki nordic walking.
134. O wykorzystaniu testu sprawności fizycznej: czyli o nauczycielu wf jako światłym doradcy dzieci i rodziców / Wiesław Osiński. W: Lider. - 2009, nr 7/8, s. 13-16
Upowszechnienie koncepcji Health Related Fitness w praktyce szkolnego wychowania fizycznego.
135. Ocena stylu życia oraz sprawności psychofizycznej uczniów szkoły ponadgimnazjalnej / Małgorzata Zalewska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2006, [nr] 8/9, s. (7)-(16)
Wg badań autorskich prowadzonych w Kłodzkiej Szkole Przedsiębiorczości. Kryteria badawcze: aktywność pozalekcyjna, znajomość zasad racjonalnego żywienia, uzależnienia.
136. Orientacja sportowa - w lekcji wf i zajęciach pozalekcyjnych / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2013, nr 4, s. 22-26
Propozycja lekcji wychowania fizycznego z wykorzystaniem elementów orientacji sportowej.
137. Osiągnięcia czy zdrowie i styl życia - czyli o testowaniu sprawności fizycznej / Wiesław Osiński. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2009, nr 5, s. 4-9
Czym jest test sprawności fizycznej, jakiej wiedzy i umiejętności wymaga prowadzenie testu sprawności fizycznej oraz kto i jak może z niego uczynić dobry pożytek. Jakim teoretycznym kryterium powinien odpowiadać, w jaki sposób należy odczytywać i interpretować jego wyniki.
138. Piłka nożna w szkole podstawowej / Paweł Woźny. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2005, [nr] 2.s. (5)-(10)
Propozycje zagadnień programowych z piłki nożnej do realizacji w I i II etapie edukacji w zakresie kształtowania umiejętności, wiadomości i sprawności, jak również akcentów wychowawczych.
139. Plenerowe zajęcia sportowe z wykorzystaniem plastikowych butelek / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2016, [nr] 4, s. 48-56
Formy wykorzystania plastikowych butelek podczas zajęć ruchowych. Propozycje ćwiczeń z butelkami poprawiające sprawność ogólną i specjalną.
140. Pływanie nie musi być nudne / Grzegorz Bielec, Katarzyna Madeksza. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2017, nr 3, s. [10]-15

- Konspekt lekcji wychowania fizycznego - doskonalenie koordynacji ruchów ramion i nóg w stylu grzbietowym.
141. Praca ze stopą, czyli jak zapobiegać i leczyć płaskostopie u dzieci i młodzieży / Zuzanna Sobczak. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2020, nr 1, s. 32-35
Propozycje ćwiczeń wzmacniających mięśnie łydek i zapobiegające płaskostopiu.
142. Prawidłowy przysiad - w fizjoterapii, sporcie i życiu codziennym / Dariusz Czaprowski, Agnieszka Kądra. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2012, nr 8, s. 37-42
Omówienie najczęstszych błędów popełnianych podczas wykonywania przysiadu wraz z przyczynami i konsekwencjami dla układu ruchu. Metodyka nauczania prawidłowego przysiadu.
143. Podstawa bezpiecznych ćwiczeń - neutralna pozycja dolnego kręgosłupa i miednicy / Dariusz Czaprowski, Agnieszka Kądra. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2011, nr 9, s. 30-35
Metodyka nauczania neutralnej pozycji kompleksu lędźwiowo-miedniczno-biodrowego.
144. Podstawy treningu wytrzymałości u dzieci i młodzieży / Piotr Bora. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 3, s. 10-14
Podstawowe formy i środki kształtujące wytrzymałościowe zdolności motoryczne młodzieży.
145. Pomiar zewnętrzny w wychowaniu fizycznym jako element nadzoru / Henryk Papiernik. W: Lider. - 2004, nr 10, s. 12-15
Kuratorski sprawdzian umiejętności ruchowych.
146. Poprawa mobilności oraz zwiększenie zakresu własnych możliwości fizycznych / Łukasz Rydzik, Ewa Sobilo. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 6, s. 40-45
Przykłady ćwiczeń zwiększających gibkość.
147. Pozalekcyjne zajęcia rekreacyjno-sportowe w wybranych szkołach. Ocena trafności i rzetelności kwestionariusza na podstawie wyników badań pilotażowych / Rajmund Tomik. W: Wychowanie Fizyczne i Sport. - 2011, z. 3, s. [199]-206
Celem badań było oszacowanie oferty pozalekcyjnych zajęć rekreacyjno-sportowych w wybranych szkołach, jako formy kształcenia umożliwiającej uczniom podejmowanie aktywności fizycznej w czasie wolnym. Dokonano oceny trafności i rzetelności zastosowanego kwestionariusza ankiety.
148. Program badania sprawności młodzieży ZSP 1 w Ostrowi Mazowieckiej / Jerzy Bauer. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2004, [nr] 4, s. 35-37
Wykorzystanie Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej do badania sprawności uczniów szkół podstawowych i gimnazjum.
149. Program nauczania wychowania fizycznego : Nowoczesne Formy Ruchowe - Fitness w lekcjach wychowania fizycznego / Katarzyna Ścibor. W: Lider. - 2004, nr 4, s. 23-24
Dla klas I-III szkół średnich.
150. Prostym podbiciem / Bartosz Urbański. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2017, nr 1, s. [17]-25
Scenariusz zajęć, które ćwiczą umiejętność strzału do bramki prostym podbiciem oraz kształtujące zdolność kinestetycznego różnicowania ruchów.
151. Psychologia rekreacji, czyli jak poprawić swoje samopoczucie? / Katarzyna Wróblewska. W: Kultura Fizyczna. - 2004, nr 11/12, s. 30-32
Aktywny wypoczynek poprzez rekreację fizyczną jako jeden ze sposobów spędzania wolnego czasu i jeden z warunków dobrego samopoczucia.
152. Psychologiczne aspekty wczesnego kontaktu dziecka ze sportem / Tadeusz Sankowski. W: Kultura Fizyczna. - 2005, nr 1/2, s. 1-6

153. Rekreacja ruchowa a życie współczesnego człowieka / Maria Raszevska. W: Wychowanie na Co Dzień. - 2005, nr 12, s. 18-19
Rola nauczyciela wychowania fizycznego w ukazywaniu wychowankom właściwej drogi do zdrowia.
154. Rozgrzewka - ważna część lekcji wychowania fizycznego / Piotr Bora. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 6, s. 46-50
Podstawowe elementy rozgrzewki. Propozycje ćwiczeń.
155. Rozgrzewka w koszykówce / Arkadiusz Olszewski. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2017, nr 3, s. 4-7
Jak powinna być prowadzona rozgrzewka w koszykówce. Dwa etapy rozgrzewki.
156. Rozpoznanie właściwości poznawczo-motorycznych ucznia warunkiem modyfikowania procesu wychowania fizycznego / Halina Guła-Kubiszewska, Wojciech Starościak. W: Kultura Fizyczna. - 2004, nr 1/2, s. 26-30
Wyniki badań na temat związków uzdolnień ruchowych z wybranymi procesami poznawczymi (procesem inteligencji, pamięci krótkotrwałej, zdolności do odkrywania meta-reguł i wyobraźnią przestrzenną).
157. Rozwijanie koordynacji wzrokowo-ruchowej / Ewa Olchowik. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2005, [nr] 2, s. (15)-(16)
Scenariusz lekcji.
158. Rozwój fizyczny wskaźnikiem zdrowia młodzieży : badania w Zespole Szkół im. Konstytucji 3-Maja w Iławie / Feliks Rochowicz. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2007, nr 11, s. 14-19
159. Rozwój oraz kształtowanie koordynacji ruchowej dzieci i młodzieży / Adam Królak, Piotr Raciborski. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2006, [nr] 3.s. (2)-(8)
160. Różne odmiany Dużej i Małej Zabawy Biegowej [DZB i MZB] / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2020, nr 2, s. 6-11
Mała i Duża Zabawa Biegowa - podział na części, dostosowanie do możliwości wytrzymałościowych uczniów.
161. Różnorodność metod oceny poziomu aktywności ruchowej / Iwona Stępień. W: Lider. - 2004, nr 11, s. 13-14
Pomiar dobowej aktywności ruchowej dorosłego człowieka.
162. Scenariusz lekcji poprowadzonej w V klasie szkoły podstawowej / Barbara Chelmińska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2004, [nr] 10, s. 33-35
Temat: Doskonalenie umiejętności ruchowych z wykorzystaniem wiedzy w praktyce poprzez samodzielne próby prowadzenia zajęć.
163. Scenariusz lekcji wf - zabawy z linami / Kinga Bulińska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2005, [nr] 5, s. 30-31
Temat: Zabawy z linami na świeżym powietrzu. Klasa V - dziewczęta.
164. Scenariusz lekcji wf w kl. I szkoły średniej / Barbara Krzemień-Kozłowska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2004, [nr] 4, s. (11)-(12)
Temat: Nauka organizacji zajęć rekreacyjnych w grupie rówieśniczej.
165. Scenariusz lekcji wychowania fizycznego dla klasy I liceum profilowanego / Izabela Kielan, Monika Wojtowicz. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2005, [nr] 3.s. (4)-(7)
Temat: Ćwiczenia wzmacniające mięśnie ramion i nóg z wykorzystaniem taśmy typu Thera-Band.
166. Scenariusz lekcji zabaw i gier ruchowych / Jolanta Doruchowska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2005, [nr] 2, s. (13)-(14)

Temat: Wykorzystanie zabaw i gier ruchowych w rozwijaniu sprawności fizycznej. Klasa 4 - dziewczęta.

167. Siłowe zdolności motoryczne w szkoleniu sportowym młodzieży / Piotr Bora. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 1, s. [3]-11
Propozycje ćwiczeń kształtujących siłę mięśni.
168. Siłowe zdolności motoryczne w szkoleniu sportowym młodzieży. Cz. 2. / Piotr Bora. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 2, s. [3]-11
Zestaw ćwiczeń kształtujących siłę mięśniową z wykorzystaniem piłki lekarskiej i gumy.
169. Siłowe zdolności motoryczne w szkoleniu sportowym młodzieży. Cz. 3 / Piotr Bora. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 3, s. [3]-11
Propozycje ćwiczeń z wykorzystaniem prostego sprzętu zastępczego oraz gryfu.
170. Skocznościowe zdolności motoryczne w szkoleniu dzieci i młodzieży / Piotr Bora. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 6, s. 3-7
Zestawy ćwiczeń skocznościowych.
171. Skuteczna technika biegania / Sebastian Bednarczyk. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 4, s. [26]-30
Szczegóły decydujące o szybkości biegu. Jak ćwiczyć techniki biegu.
172. Sprawności i zachowania prozdrowotne - chłopców z klas o profilu sportowym i ogólnokształcącym / Paweł Lizis. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2011, nr 11, s. 24-27
Porównanie sprawności fizycznej i zachowań prozdrowotnych u chłopców z klasy o profilu sportowym i ogólnokształcącym - na podstawie badań przeprowadzonych w LO w Wiśle we wrześniu 2010 r. na grupie 16 uczniów.
173. Sprawność fizyczna a osiągnięcia w nauce uczniów klas I gimnazjum / Jolanta Derbich. W: Kultura Fizyczna. - 2008, nr 1/2, s. 11-15
Badania sprawności fizycznej i osiąganych wyników w nauce młodzieży 13-letniej.
174. Sprawność fizyczna, charakterystyka i uwarunkowania jej rozwoju / Joanna Dobosz. W: Lider (czasopismo elektroniczne). - 2014, nr 1, s. 14-21
Problematyka definiowania sprawności fizycznej. Oceny poziomu sprawności fizycznej oraz jej rozwój. Dynamika kształtowania się cech motorycznych dziecka.
175. Sprawność fizyczna niesłyszących dziewcząt i chłopców - na tle populacji 16-17 roku życia / Michał Spieszny, Ryszard Tabor. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2008, nr 5, s. 19-26
Próba oceny sprawności fizycznej głuchych dziewcząt i chłopców uczących się w szkołach Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Niesłyszących w Krakowie. Badania porównawcze na tle populacji młodzieży słyszącej. W pracy ocenie poddano cechysomatyczne i zdolności motoryczne młodzieży.
176. Sprawność fizyczna uczniów klas ponadgimnazjalnych z Kłodzka / Katarzyna Barczyk, Magdalena Zalewska. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2006, [nr] 10, s. 14-22
177. Stability Core - ćwiczenia na stabilizację ogólną / Ewa Brzozowska-Wicherek. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 5, s. 48-52
Przykłady ćwiczeń wzmacniających gorset mięśniowy tułowia.
178. Stracone pokolenie? / Krzysztof Kultys. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 2, s. [40]-45

Wyniki badań przeprowadzonych wśród uczniów klas 4, odnoszące się do sprawności fizycznej tej grupy uczniów.

179. Strategia rozwoju sportu szansą na rozpowszechnienie aktywności fizycznej (?) / Józef Drabik. W: Kultura Fizyczna. - 2004, nr 1/2, s. 31-32
Dokument "Strategia rozwoju sportu do 2012 roku" przyjęty przez rząd III RP w 2003 roku.
180. Systematyka ćwiczeń w nauczaniu zagrywki tenisowej / Grzegorz Kowalczyk. W: Wszystko dla Szkoły. - 2005, nr 6, s. 4-5
181. Tabata na 5 sposobów. Co to jest? Jak wygląda? Jak dobrać odpowiednio ćwiczenia? / Daria Puszka. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 2, s. 50-51
Sposoby wykorzystania metody Tabata.
182. Tai-chi jako forma rozgrzewki / Arkadiusz Olszewski. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2017, nr 4, s. [3]-7
Zalety ćwiczeń z grupy tai-chi.
183. Technika nordic walking dla najmłodszych - wstępny etap nauczania ze sprzętem zastępczym / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 5, s. 53-60
Najważniejsze elementy techniczne poprawnego marszu oraz ćwiczenia wprowadzające z laskami gimnastycznymi.
184. Trening gibkościowy z wykorzystaniem elastycznych taśm gumowych. Cz. 15 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2012, nr 5, s. 21
Przykładowy zbiór ćwiczeń rozciągających z wykorzystaniem gumowej taśmy.
185. Trening HIIT - na czym polega? Jego wykorzystanie na lekcjach WF / Ewa Brzozowska-Wicherek. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 2, s. 22-24
186. Trening zdolności koordynacyjnych z wykorzystaniem Core Boardu. Cz. 20 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2012, nr 11, s. 21
Zestaw ćwiczeń z wykorzystaniem Core Boardu.
187. Uprawianie dalekowschodnich sportów i sztuk walki : podstawy prawne. Cz. 1 / Janusz Czarniecki. W: Nowa Szkoła. - 2005, nr 5, s. 46-50
Dalekowschodnie sporty i sztuki walki w świetle Ustawy o kulturze fizycznej z 18 stycznia 1996 r. i Rozporządzenia Rady Ministrów z 12 listopada 2002 r.
188. Uprawianie dalekowschodnich sportów i sztuk walki : podstawy prawne. Cz. 2 / Janusz Czarniecki. W: Nowa Szkoła. - 2005, nr 6, s. 44-48
189. Wpływ systematycznej aktywności marszowej-biegowej i Nordic Walking na sprawność fizyczną i wydolność / Dorota Kamień. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2007, [nr] 8/9, s. 24-27
190. Wprowadzenie do intensywnej aktywności - trening w charakterze BootCamp / Łukasz Rydzik, Ewa Sobilo. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 2, s. 14-15
Przykładowy schemat treningu charakterze BootCamp.
191. Wydolność fizyczna - świadomą wartością zdrowia / Feliks Rochowicz. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2008, nr 6, s. 12-17
Czynniki kształtujące wydolność fizyczną, wyniki badań wydolności fizycznej młodzieży.
192. Zabawowe formy korygowania wad postawy ciała : aktywizowanie stóp - zabawy z motywem zimy / Piotr Winczewski. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2018, nr 1, s. 30-34

Zabawy korygujące płaskostopie.

193. Zajęcia fakultatywne z elementami kickboxingu / Łukasz Rydzik, Ewa Sobilo. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 2, s. 42-46

Przykłady ćwiczeń ogólnorozwojowych z elementami kickboxingu.

194. Zajęcia wychowania fizycznego na ścianie wspinaczkowej / Ewa Brzozowska-Wicherek. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2019, nr 3, s. 46-[49]

Propozycja zajęć na ścianie wspinaczkowej. Przygotowanie do wspinania się.

195. Zdolności motoryczne dzieci i młodzieży. Cz. 2 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2008, nr 12, s. 21

Metody treningu sportowego w pracy z dziećmi.

196. Zdolności motoryczne dzieci i młodzieży. Cz. 3 / Kinga Kłaś-Pupar. W: Remedium. - 2009, nr 2, s. 21

Przykładowy trening obwodowy siły i wytrzymałości siłowej grupy młodzieży.

197. Zestaw ćwiczeń na równowagę / Ewa Brzozowska-Wicherek. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2020, nr 2, s. 22-23

198. Związek pomiędzy sprawnością fizyczną, częstotliwością podejmowania aktywności fizycznej a wskaźnikami nadwagi / Michał Bronikowski. W: Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne. - 2004, [nr] 12, s. 10-14

Relacja z badań, którymi objęto uczniów gimnazjów w latach 2000-2003.

Opracowała Ewa Tarapata

luty 2021 r.