

Spis treści

ROZDZIAŁ I PEDAGOGICZNE I PSYCHOLOGICZNE ASPEKTY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ 9

Ryszard Botwina

Różnice w skuteczności kształtowania techniki sportowej za pomocą
wizualizacji, hipnozy i hipnozy połączonej z oglądaniem swego ciała
z zewnątrz 11

Ryszard Botwina, Renata Kuprel

Wizualizacja (metoda "sobowtóra") jako sposób obniżania lęku przed
ekstremalnym zadaniem ruchowym. Przypadek niepełnosprawnego
(powypadkowa utrata nogi) adepta kursu spadochronowego 17

Małgorzata Kitowska, Piotr Wójciak

Klasy integracyjne – forma akceptacji społecznej osób niepełnosprawnych ... 23

Renata Kuprel

Skuteczność wizualizacji w kształtowaniu techniki sportowej
u niepełnosprawnych siatkarzy. Zagrywka tenisowa jako określone
zadanie ruchowe 30

Renata Kuprel, Ryszard Botwina

Atak "z krótkiej piłki", jako element taktyki gry w siatkówce
niepełnosprawnych. Skuteczność kształtowania jej za pomocą wizualizacji ... 36

Andrzej Pawłucki

Nauczyciel wychowania fizycznego - sługa różnych panów czy sługa dla
siebie - przypadek polski 41

Leon Rak

Rozwój organizacyjny narciarstwa w Polsce w latach 1919 - 1939 49

Wacław Srokosz

Zasada pedagogiczna "przede wszystkim nie zniechęcać" do aktywności
fizycznej w świadomości przyszłych instruktorów rekreacji 56

Pavel Šmíd

Współzycie społeczne w drużynie koszykarskiej 61

ROZDZIAŁ II ANATOMICZNE I FIZJOLOGICZNE ASPEKTY AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ 67

Justyna Forjasz, Małgorzata Kuchnio

Budowa ciała 11-letnich chłopców kandydatów do klasy wioślarskiej na
tę grupę rówieśniczej 69

Agnieszka Grochulska

Aktywność fizyczna osób po przebytych zawale mięśnia sercowego 74

<i>Katarzyna Jarska, Ewa Szczepanowska, Przemysław Panek</i> Przeglądowa analiza nadumieralności mężczyzn w Polsce w latach 1971 - 2003	79
<i>Agnieszka Kempieńska, Oktawian Knap, Monika Chudecka</i> Termowizja jako narzędzie badawcze w naukach biologicznych - teoria i praktyka	87
<i>Anna Lysak, Hanna Tomczak</i> Ograniczenia i trudności w realizowaniu programu aktywności fizycznej u osób otyłych	92
<i>Mirosław Mrozkowiak</i> Zróżnicowanie występowania postaw ciała prawidłowych, wadliwych i skolioz u dzieci i młodzieży w wieku 4 - 19 lat w wybranych regionach Polski	99
<i>Mirosław Mrozkowiak</i> Zróżnicowanie środowiskowe występowania postaw ciała prawidłowych, wadliwych i skolioz u dzieci i młodzieży od 4 do 19 lat w wybranych regionach Polski	105
<i>Mirosław Mrozkowiak</i> Zróżnicowanie płciowe występowania postaw ciała prawidłowych, wadliwych i skolioz u dzieci i młodzieży w wieku od 4 do 19 lat w wybranych regionach Polski	110
<i>Tadeusz Rynkiewicz, Mateusz Rynkiewicz, Dariusz Cichocki</i> Próba określenia zależności pomiędzy pozycją podczas wiosłowania na kanadyjce a siłą statyczną	117
<i>Józef Tatańczuk, Ryszard Asienkiewicz, Artur Wandycz</i> Wiek menarche w zależności od warunków środowiskowych i wybranych czynników społecznych	123
<i>Jerzy Trzeciak, Małgorzata Kuchnio, Justyna Forjasz</i> Dymorfizm w wybranych cechach somatycznych kandydatów na studia wychowania fizycznego pochodzących ze środowiska miejskiego i wiejskiego	129
<i>Janusz Wojtyła, Joanna Rodziewicz - Gruhn, Leon Rak</i> Biospołeczne aspekty oceny własnego zdrowia i sprawności fizycznej studentek Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie w okresie dorastania	135
ROZDZIAŁ III - PROPOZYCJE RÓŻNYCH FORM AKTYWNOŚCI RUCHOWEJ	145
<i>Jolanta Adach</i> Łyżwiarstwo – aktywność na zimę	147

Ewa Kalamacka, Wacław Srokosz

Uczestnictwo w amatorskim zespole pieśni i tańca jako forma rekreacji i autorewalidacji osób starszych 152

Małgorzata Kitowska

Turystyka i krajoznawstwo jako forma szkolnej aktywności dzieci i młodzieży - zarys w ujęciu historycznym. 158

Anna Poznańska, Paulina Traczyk

Taniec współczesny - rekreacyjną formą aktywności ruchowej 165

Marek Rokita, Marina Grebienczuk, Anatolij Skrypko

Wpływ poczucia rytmu na opanowanie techniki w tańcu sportowym 171

Marek Rokita, Anatol Skrypko, Arina Rokita

Taniec towarzyski jako dyscyplina sportowa 177

Piotr Zarzycki

Rozważania na temat współczesnych form pieszej turystyki górskiej 183

ROZDZIAŁ IV - AKTYWNOŚĆ RUCHOWA LUDZI DOROSŁYCH 191

Grzegorz Bielec

Czynności metodyczne i aktywność ruchowa nauczycieli wychowania fizycznego podczas lekcji pływania 193

Jolanta Derbich

Aktywność rekreacyjna jako element stylu życia rodziców młodzieży gimnazjalnej 200

Krzysztof Jędrzejak

Psychofizyczny model przygotowania funkcjonariuszy porządku prawnego do wykonywania zadań służbowych 208

Piotr Lapiński

Wybrane dylematy moralne dotyczące podejmowania aktywności fizycznej przez osoby odbywające karę pozbawienia wolności 215

Danuta Narożna

Aktywność ruchowa nauczycieli w wykorzystaniu czasu wolnego na przykładzie badań nauczycieli śląskich szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych 222

Leszek Nowak

Próba oceny możliwości motorycznych ludzi starszych na przykładzie weteranów lekkiej atletyki 231

Zbigniew Ossowski, Katarzyna Prusik, Krzysztof Prusik

Zmiany w poziomie wytrzymałości u kobiet w wieku 50 - 75 lat pod wpływem treningu zdrowotnego 238

<i>Anna Perzyńska – Biskup</i>	
Aktywność sportowa a formy wypoczynku urlopowego	243
<i>Katarzyna Prusik, Zbigniew Ossowski, Krzysztof Prusik</i>	
Wpływ ukierunkowanego systemu ćwiczeń fizycznych na poziom funkcji równowagi ciała u kobiet w wieku 50 - 75 lat	248
<i>Werner Skipka</i>	
Erwachsene lernen Schwimmen	254
<i>Sylwia Toczek - Werner</i>	
Zróżnicowanie narodowościowe uczestnictwa kobiet w rekreacji ruchowej. Przypadek młodych Polek i Brytyjek niezależnych finansowo i rodzinie	256
<i>Barbara Wilk, Adam Juszczyk</i>	
Zajęcia usprawniające w kreacji zdrowia kobiet w wieku starszym	265
<i>Piotr Zarzycki, Wojciech Bigiel</i>	
Górska turystyka kajakowa – sylwetka i model zachowań turystycznych kajakarzy	272
<i>Piotr Zarzycki, Wojciech Bigiel</i>	
Motywy i bariery podejmowania kajakowej turystyki na rzekach górskich ...	278