

Charakterystyka wczesnej specjalizacji w treningu piłki nożnej w wieku 7 – 12 lat.

Wstęp

Rozdział I

Historia piłki nożnej i etapizacja szkolenia

- 1.1. Historia piłki nożnej na świecie
- 1.2. Historia piłki nożnej w Polsce
- 1.3. Ranking FIFA
- 1.4. Etapizacja szkolenia w piłce nożnej
 - 1.4.1. Bambinis (poniżej 7 lat)
 - 1.4.2. Junior F i E (7-8/9-10 lat – żak i orlik)
 - 1.4.3. Junior D i C (11-12/13-14 lat – młodzik i trampkarz)
 - 1.4.4. Junior B i A (15-16/17-18 lat – junior młodszy i starszy)
- 1.5. Rodzaje testów
 - 1.5.1 Testy zdolności motorycznych
 - 1.5.2 Testy Angielskiej Federacji Piłki Nożnej
 - 1.5.3 Testy Niemieckiego Związku Piłki Nożnej

Rozdział II

Teoretyczne podstawy badań naukowych

- 2.1. Cele badań
- 2.2. Metody badawcze
- 2.3. Techniki badań pedagogicznych
- 2.4. Narzędzia badawcze
- 2.5. Założenia metodologiczne przyjętej pracy

- 2.6. Organizacja i przebieg badań
- 2.7. Charakterystyka terenu i grupy badawczej
- 2.8. Charakterystyka testu sprawności technicznej angielskiego związku piłki nożnej

Rozdział III

Wyniki badań i ich analiza

- 3.1. Test sprawności technicznej
 - 3.1.1. Analiza Junior F
 - 3.1.2. Analiza Junior E
 - 3.1.3. Analiza Junior D
- 3.2. Ankieta „Zdrowy styl życia”
 - 3.2.1. Rodzaj spożywanych posiłków, ich liczba i regularność
 - 3.2.2. Preferencje żywieniowe
 - 3.2.3. Aspekt zdrowotny i fizjologiczny

Podsumowanie

Bibliografia

Spis tabel i wykresów

Załączniki