

Miejsce pływania rekreacyjnego w strukturze czasu wolnego młodzieży licealnej w XXX

Wstęp.....4

Rozdział 1

Zagadnienia teoretyczne

1.1 Pojęcia używane w pracy.....6

1.2 Znaczenie aktywności fizycznej w czasie wolnym
młodzieży.....9

1.3 Formy pływania rekreacyjnego.....14

1.4 Pływanie jako forma rekreacji w badaniach naukowych.....21

Rozdział 2

Zagadnienia Metodologiczne

2.1 Cel pracy i pytania badawcze.....25

2.2 Metody i techniki badań.....26

2.3 Materiał i organizacja badań.....27

2.4 Charakterystyka badanego terenu.....27

Rozdział 3

Część Badawcza

3.1 Czas wolny w dobowym budżecie czasu.....33

3.2 Miejsce pływania wśród innych form spędzania czasu wolnego
badanych.....36

3.3 Pływanie rekreacyjne w kontekście zdrowia.....40

3.4 Inspiratorzy pływania rekreacyjnego.....44

3.5 Ocena warunków do uprawiania pływania rekreacyjnego.....47

Podsumowanie i wnioski.....53

Piśmiennictwo.....54

Inne źródła.....56

Spis rycin.....57

Spis tabel.....58

Aneks.....60