

Nawyki żywieniowe i aktywność fizyczna młodzieży w Szkole Ponadgimnazjalnej

Wstęp.....7

Rozdział 1

Przegląd literatury

1.1. Definicja zdrowia, czynniki wpływające na zdrowie10

1.2. Rola aktywności fizycznej w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu13

1.3. Zdrowie i zachowania zdrowotne młodzieży szkolnej w świetle badań17

Rozdział 2

Metodologia badań własnych

2.1. Cel pracy i pytania badawcze..... 22

2.2. Metody badawcze22

2.3. Materiał badań24

Rozdział 3

Analiza wyników badań własnych

3.1. Budowa somatyczna badanych..... 25

3.2. Aktywność fizyczna badanych..... 26

3.3. Nawyki żywieniowe badanych31

Podsumowanie i wnioski..... 36

Bibliografia..... 37

Spis tabel40

Aneks41

Streszczenie..... 44