

Pomiar sprawności fizycznej dziewcząt klas III w publicznym gimnazjum XYZ

Wstęp.....3

Rozdział 1

Kultura fizyczna

1. Podstawy teorii wychowania.
2. Wychowanie fizyczne7
 - 2.1. Aktywność ruchowa..... 7
 - 2.2. Sprawność fizyczna.....9
3. Pomiar sprawności fizycznej10
 - 3.1. Testowanie sprawności fizycznej..... 11
 - 3.2. Cechy sprawności motorycznej12
4. MTS – Międzynarodowy Test Sprawności..... 15

Rozdział 2

Zagadnienia metodologiczne własnych badań

1. Przedmiot i cel badań16
2. Problemy badawcze17
3. Materiał i metoda badań..... 17

Rozdział 3

Wyniki badań19

Rozdział 4

Dyskusja..... 27

Wnioski.....33

Piśmiennictwo34

Aneksy.....35