

Poziom cech somatycznych i zdolności motorycznych u siatkarek i siatkarzy w wieku 13-14 lat.

Wstęp..... 4

Rozdział 1.

Dynamika rozwoju poszczególnych zdolności motorycznych młodzieży w wieku szkolnym..... 6

Rozdział 2.

Charakterystyka zdolności motorycznych oraz ich znaczenie w piłce siatkowej11

Rozdział 3.

Dobór i kwalifikacja do piłki siatkowej..... 23

Rozdział 4.

Cele i zadania pracy27

Rozdział 5.

Materiał, metody i narzędzia badawcze

5.1. Materiał badawczy28

5.2. Metody badań i narzędzia badawcze..... 31

Rozdział 6.

Wyniki badań

6.1. Charakterystyka zmian cech somatycznych40

6.2. Charakterystyka zmian zdolności koordynacyjnych47

6.3. Charakterystyka zmian zdolności kondycyjnych50

Wnioski65

Podsumowanie67

Piśmiennictwo68