

Rodzaje i częstość występowania urazów u oszczepników

1. Lekkoatletyka .

1.1. Rzut oszczepem..... 5

1.2. Rekordy6

1.3 Biomechanika dyscypliny..... 7

2. Sport – prosta droga do urazu

2.1. Urazy oraz ich konsekwencje..... 11

2.1.1 Kończyna górna11

2.1.2 Kończyna dolna14

2.1.3 Kręgosłup17

3. Cel pracy19

4. Materiał i metody badawcze

4.1 Charakterystyka materiału badawczego..... 20

4.2 Metody badawcze23

5. Wyniki i omówienie24

Dyskusja31

Wnioski34

Spis wykresów, rycin i tabel..... 35

Streszczenie..... 36

Piśmiennictwo..... 38

Załączniki40