Taniec jako forma aktywnosci ruchowej 'dla kazdego’ – na przykładzie Zespolu Tanca Ludowego.

Wstęp …….. 1

Rozdział I
Charakterystyka tanca.

1.1. Definicje i zalety tanca…….. 2
1.2. Historia tanca…….. 4
1.2.1. Taniec ludowy…….. 5
1.2.2. Taniec towarzyski…….. 9
1.2.3. Wspólczesne formy tanca…….. 14

Rozdział II
Aspekty zdrowotne aktywnosci ruchowej

2.1. Taniec jako forma ruchu dla kazdego …….. 18
2.2. Rola tanca w podnoszeniu sprawnosci fizycznej……..21
2.3. Aspekty psychiczne tanca…….. 25

Rozdział III
Zespól Tanca Ludowego

3.1. Powstanie zespolu…….. 30
3.2. Działalność artystyczna zespolu……..32
3.3. Promowanie kultury za granica…….. 34
3.4. Czlonkowie zespolu…….. 37

Rozdział IV
Metodologia badan.

4.1. Cel i przedmiot badan …….. 40
4.2. Problemy i hipotezy badawcze…….. 41
4.3. Metody i techniki badan ……..44
4.4. Wyniki i analiza badan ……..45

Zakończenie ……..62
Bibliografia ……..63