

Spis treści

Wstęp	9
ROZDZIAŁ I	
Podstawowe problemy wychowania zdrowotnego dzieci i młodzieży	21
1.1. Pojęcie zdrowia, jego uwarunkowania i działania towarzyszące	21
1.2. Zdrowie i sprawność fizyczna jako cel wychowania w różnych kulturach	29
1.3. Charakterystyka rozwoju fizycznego dzieci w okresie wczesnej edukacji	42
1.4. Charakterystyka rozwoju psychicznego dziecka w okresie wczesnej edukacji	47
1.5. Ocena zdrowia i sprawności fizycznej dzieci w okresie wczesnej edukacji	55
1.6. Metody oceny rozwoju fizycznego, zdrowia i sprawności fizycznej dzieci i młodzieży	67
1.7. Aktywność ruchowa a zdrowie i sprawność fizyczna człowieka	75
1.8. Zagrożenia zdrowia i sprawności fizycznej współczesnej młodzieży	79
1.9. Postawy zdrowotno-sprawnościowe, ich istota i kształtowanie u dzieci i młodzieży	84
1.9.1. Rozumienie pojęcia „postawa”	84
1.9.2. Rodzaje oraz mechanizmy kształtowania postaw zdrowotno-sprawnościowych dzieci i młodzieży	86
1.10. Metodyczne problemy kształtowania postaw zdrowotno-sprawnościowych dzieci i młodzieży	94
ROZDZIAŁ II	
Rodzina w procesie wychowania zdrowotnego dzieci w okresie wczesnej edukacji	102
2.1. Rodzina jako środowisko wychowawcze	105
2.2. Funkcje rodziny w procesie wychowania zdrowotnego dzieci	108
2.3. Kształtowanie postaw zdrowotno-sprawnościowych jako cel wychowania zdrowotnego dzieci w rodzinie	112
2.4. Metody i formy wychowania zdrowotnego i aktywizacji ruchowej dzieci i młodzieży w rodzinie	117
2.5. Typowe błędy rodziny w wychowaniu zdrowotnym i aktywizacji ruchowej dzieci i mło- dzieży oraz ich konsekwencje	122
2.6. Środki masowego przekazu w procesie wychowania zdrowotnego dzieci i młodzieży w rodzinie	129
2.7. Instytucje wspomagające rodzinę w procesie wychowania zdrowotnego dzieci i mło- dzieży	134
ROZDZIAŁ III	
Podstawy metodologiczne pracy i organizacja badań	139
3.1. Problemy i hipoteza badawcza	139
3.2. Metody, techniki i narzędzia badawcze	141
3.3. Organizacja i przebieg badań	149
3.4. Charakterystyka terenu badań	150

ROZDZIAŁ IV

Wychowanie zdrowotne oraz poziom aktywizacji ruchowej dzieci w okresie wczesnej edukacji w środowisku rodzinnym – prezentacja wyników badań	162
4.1. Zadania rodziny w promowaniu wychowania zdrowotnego i aktywności ruchowej dzieci	164
4.2. Kompetencje i ograniczenia rodziców w zakresie wychowania zdrowotnego i aktywizacji ruchowej dzieci	173
4.3. Motywy i kierunki działań rodziców w zakresie wychowania zdrowotnego i aktywizacji ruchowej dzieci	199
4.4. Metody i środki wychowania zdrowotnego i aktywizacji ruchowej stosowane w rodzinach	203
4.5. Czynniki warunkujące efektywność i rezultaty wychowania zdrowotnego dzieci w rodzinie	218
4.5.1. Poziom zdrowia dzieci w wyróżnionych środowiskach wychowawczych oraz jego uwarunkowania	220
4.5.2. Poziom rozwoju fizycznego dzieci, jako pozytywny wskaźnik ich zdrowia i warunki sprawności ruchowej	230
A. Wzrost badanych dzieci w poszczególnych grupach wiekowych oraz środowiskach wychowawczych	232
B. Ciężar ciała badanych dzieci w poszczególnych grupach wiekowych oraz środowiskach wychowawczych	236
C. Obwód klatki piersiowej badanych dzieci w poszczególnych grupach wiekowych oraz środowiskach wychowawczych	241
D. Poziom rozwoju fizycznego badanych dzieci w poszczególnych grupach wiekowych oraz środowiskach wychowawczych	246
4.5.3. Umiejętności i sprawności motoryczne dzieci jako efekt oddziaływań zdrowotnych rodziny	252
4.5.4. Poziom sprawności fizycznej dzieci jako efekt oddziaływań zdrowotnych rodziny	257
4.5.4.1. Próba szybkości	258
4.5.4.2. Próba skoczności	263
4.5.4.3. Siła ramion	268
4.5.4.4. Próba gibkości	273
4.5.4.5. Próba wytrzymałości	278
4.5.4.6. Siła mięśni brzucha	283
4.5.4.7. Ogólna sprawność fizyczna badanych dzieci	287
4.5.5. Wybrane czynniki środowiska rodzinnego warunkujące ogólny poziom sprawności fizycznej badanych dzieci	292

ROZDZIAŁ V

Rola szkoły w procesie wspomagania rodziny w wychowaniu zdrowotnym dzieci w okresie wczesnej edukacji	311
5.1. Założenia eksperymentu pedagogicznego w zakresie oddziaływań zdrowotnych szkoły na dziecko i rodzinę	312
5.2. Efektywność podjętych oddziaływań zdrowotnych na rodzinę i dzieci w okresie wczesnej edukacji	315
5.2.1. Efektywność podjętych oddziaływań wychowawczych w zakresie sprawności fizycznej badanych dzieci	316

5.2.2. Poziom sprawności fizycznej badanych uczniów jako pozytywny wskaźnik zdrowia a ich osiągnięcia w nauce szkolnej	319
5.2.3. Poziom sprawności fizycznej badanych uczniów jako pozytywny wskaźnik zdrowia a ich pozycja w nieformalnej strukturze klasy	324
Zakończenie	330
Bibliografia	337
Spis ilustracji	349
Spis tabel	352
Aneks	357
Summary	368