

SPIS TREŚCI

WSTĘP	5
I. SYMETRIA I ASYMETRIA RUCHÓW W PRZYGOTOWANIU PIŁKARZY NOŻNYCH.....	7
1.1. Miejsce i treści przygotowania technicznego piłkarzy na etapie ukierunkowanym	7
1.2. Charakterystyka zjawiska symetrii – asymetrii i jego zasadnicze odmiany	26
1.3. Asymetria dynamiczna w przygotowaniu piłkarzy nożnych.....	31
1.4. Przejawy symetrii-asymetrii w umiejętnościach technicznych piłkarzy	42
1.5. Symetria-asymetria ruchów w przygotowaniu zawodników innych gier zespołowych	51
II. PROBLEMATYKA BADAWCZA ORAZ CEL I PYTANIA BADAŃ WŁASNYCH	65
2.1. Uzasadnienie tematyki badań	65
2.2. Cel pracy i pytania badawcze	68
III. MATERIAŁ, ORGANIZACJA I METODY BADAŃ.....	71
3.1. Materiał i organizacja badań.....	71
3.2. Metody badań	72
3.2.1. Testy motoryczne do oceny umiejętności technicznych piłkarzy nożnych	72
3.2.2. Ocena kierunku i stopnia asymetrii	86
3.2.3. Eksperyment pedagogiczny.....	86
3.2.4. Metody analizy statystycznej	89

IV. WYNIKI BADAŃ: WPŁYW SYMETRYZACJI RUCHÓW NA POZIOM UMIEJĘTNOŚCI TECHNICZNYCH MŁODYCH PIŁKARZY NOŻNYCH.....	91
4.1. Zakres asymetrii w umiejętnościach technicznych piłkarzy nożnych w wieku 13 lat.....	91
4.2. Zmiany wskaźników charakteryzujących umiejętności techniczne w grupach eksperymentalnych i kontrolnej na kolejnych etapach badań.....	100
4.3. Porównanie zmian w poziomie przygotowania technicznego między poszczególnymi grupami piłkarzy w zależności od zastosowanych wariantów symetryzacji techniki.....	117
4.4. Współzależności między wykonaniem tych samych zadań technicznych kończyną wiodącą i niewiodącą przed i po eksperymencie pedagogicznym.....	128
V. PODSUMOWANIE WYNIKÓW BADAŃ I DYSKUSJA.....	133
VI. WNIOSKI KOŃCOWE	159
PIŚMIENNICTWO.....	161
STRESZCZENIE	189
SUMMARY.....	193