

SPIS TREŚCI

ROZDZIAŁ I TEORETYCZNE ASPEKTY I WYBRANE FORMY REKREACJI RUCHOWEJ

① Danuta Nałęcka	Refleksje nad teorią rekreacji ruchowej w polskiej literaturze przedmiotu9
2. Danuta Nałęcka, Jarosław Żbikowski	Tendencje organizacyjne i programowe w rekreacji ruchowej 16
3. Wiesław Siwiński	Rola edukacyjna instruktora rekreacji ruchowej w zakresie kultury fizycznej23
4. Zofia Kubińska, Edyta Kozłowska, Agnieszka Kozak	Rekreacyjne aspekty współczesnych pielgrzymek31
5. Renata Golanko, Maria Bilka	Wartości zdrowotne rekreacji ruchowej w wodzie osób dorosłych37
6. Andrzej Kasprzyk	Turystyka kwalifikowana formą rekreacji43
② Ewa Stępień, Waldemar Wiśniowski	Nowoczesne formy w gimnastyce rekreacyjnej49
8. Anna Dłużewska	Rekreacja ruchowa w ramach turystyki typu „back packing”57
③ Dorota Różańska	Taniec polski w formie towarzyskiej jako nowy sposób spędzania czasu wolnego64
10. Andrzej Soroka	Piłka nożna sportem i formą aktywności ruchowej całego życia70
11. Agnieszka Baran	Prawne wymogi w zakresie bezpieczeństwa imprez sportowo-rekreacyjnych76

ROZDZIAŁ II REKREACJA RUCHOWA OSÓB STARSZYCH I NIEPEŁNOSPRAWNYCH

1. Wiesław Osiński	Starzenie się osobnika i populacji a aktywność fizyczna89
2. Ewa Kozdroń	Rekreacja ruchowa w starości – potrzeby i możliwości działania110
3. Urszula Parnicka	Profilaktyczne znaczenie aktywności ruchowej osób starszych117

4. **Marek Prokopiuk**
Formy rekreacji ruchowej osób niepełnosprawnych ruchowo na obszarze Południowego Podlasia124
5. **Dominik Dąbrowski**
Aktywność ruchowa w czasie wolnym dzieci i młodzieży z Ośrodka Szkoleniowo-Wychowawczego dla Głuchych w Lublinie130

ROZDZIAŁ III UCZESTNICTWO STUDENTÓW W REKREACJI RUCHOWEJ

1. **Mieczysław Bytniewski, Jarosław Czupryk**
Rekreacja ruchowa a zdrowie w opinii studentów PWSZ w Białej Podlaskiej141
2. **Mieczysław Bytniewski, Magdalena Grochowska**
Czas wolny a aktywność ruchowa studentów wybranych kierunków PWSZ w Białej Podlaskiej147
3. **Katarzyna Lisowska, Artur Rysz**
Uczestnictwo w rekreacji ruchowej studentów PWSZ w Legnicy153
4. **Anna Pańczuk, Barbara Bergier**
Świadomość potrzeb i korzyści wynikających z aktywności rekreacyjnej studentów kierunków turystyki i rekreacji oraz pielęgniarstwa PWSZ w Białej Podlaskiej160
5. **Barbara Bergier, Anna Pańczuk**
Formy aktywności preferowane i podejmowane w czasie wolnym przez studentów kierunków turystyki i rekreacji oraz pielęgniarstwa PWSZ w Białej Podlaskiej167
6. **Zofia Kubińska, Marta Mandziuk**
Rekreacja w promowaniu zdrowia fizycznego, psychicznego, społecznego i duchowego studentów PWSZ w Białej Podlaskiej176
7. **Marta Mandziuk, Justyna Tellos**
Rodzinne uwarunkowania rekreacji ruchowej studentów PWSZ w Białej Podlaskiej181
8. **Michał Sroka, Paweł Różański, Mariusz Dorosz**
Wiedza na temat sztuki przetrwania studentów Turystyki i Rekreacji PWSZ w Białej Podlaskiej188
9. **Stanisław Zaborniak**
Miejsce turystyki i rekreacji w wypoczynku studentów wybranych uczelni województwa podkarpackiego192
10. **Izabella Bielawska, Bożenna Maksimowska**
Preferencje i cele zachowań rekreacyjnych na obszarze otuliny Biebrzańskiego Parku Narodowego200

- 11 **Marta Chaliburda, Ewa Stępień, Grażyna Gołub**
Realizacja zainteresowań nowoczesnymi formami gimnastyki rekreacyjnej
studentów PWSZ w Białej Podlaskiej206

ROZDZIAŁ IV

REKREACJA RUCHOWA WYBRANYCH GRUP SPOŁECZNYCH

- 1 **Józef Bergier, Waldemar Wiśniowski, Bożena Łagowska**
Aktywność turystyczna i rekreacyjna młodzieży szkół licealnych
z Białej Podlaskiej215
- 2 **Marcin Kasprówic**
Formy wykorzystania czasu wolnego przez młodzież ZSZ nr 1
w Białej Podlaskiej221
3. **Paweł Różański, Michał Sroka, Mariusz Dorosz**
Zainteresowanie młodzieży wybranymi formami zajęć z zakresu szkoły
przetrwania228
- 4 **Jolanta Danielewicz**
Zróżnicowanie form rekreacji ruchowej gimnazjalistów
z Białej Podlaskiej234
5. **Jolanta Lisowska**
Uczestnictwo Polaków w sporcie dla wszystkich – jego intensywność
i ciągłość241
6. **Anna Bogucka**
Analiza rynku usług fitness w Białymstoku247
7. **Joanna Kalecińska**
Rodzina – środowiskiem wychowującym i animującym do rekreacji
ruchowej253
8. **Bartłomiej Krynicki**
Autorytet prowadzących zajęcia w Stowarzyszeniu Aktywności Sportowej
Bakcył w opinii uczestników259