

Spis treści

1. Wstęp	5
2. Związki sprawności fizycznej ze środowiskiem przyrodniczym	11
3. Oddziaływanie czynników społeczno-ekonomicznych na sprawność fizyczną	15
4. Sprawność fizyczna a tryb życia	19
5. Cechy morfologiczne a motoryczność	21
6. Charakterystyka warunków środowiskowych poszczególnych makroregionów naszego kraju	27
6.1. Położenie geograficzne, obszar i ludność	27
6.2. Stan środowiska naturalnego	29
6.3. Poziom rozwoju cywilizacyjno-kulturowego	30
7. Metodologiczne podstawy badań	35
7.1. Założenia i organizacja ogólnopolskich badań sprawności fizycznej z lat 1979-1999	35
7.2. Materiał i metody analiz własnych	39
7.3. Opis terenu badań	43
8. Wyniki badań	49
8.1. Zmienność sprawności fizycznej w zależności od warunków środowiska bytowania	49
8.2. Zróznicowanie warunków biogeograficznych i społeczno-ekonomicznych badanych makroregionów a sprawność fizyczna dzieci i młodzieży ..	55
8.3. Wielkość międzyregionalnych różnic w sile, szybkości, wytrzymałości i gibkości	65
8.4. Adaptacja sprawności fizycznej dzieci i młodzieży do warunków środowiskowych	73
9. Podsumowanie i wnioski	91
10. Piśmiennictwo	97
11. Aneks	107
Summary	126