

SPIS TREŚCI

WSTĘP	5
1. ZAGADNIENIA TEORETYCZNE	6
1.1. Aktywność ruchowa w czasie wolnym jako przedmiot badań pedagogicznych	6
1.2. Wybrane uwarunkowania uczestnictwa w aktywności ruchowej, w świetle literatury przedmiotu	11
2. KONCEPCJA METODOLOGICZNA BADAŃ	17
2.1. Cele, pytania, hipotezy, zmienne i wskaźniki	17
2.2. Metoda i techniki badawcze	22
2.3. Organizacja badań	23
2.4. Metody analizy statystycznej	25
3. ANALIZA WYNIKÓW BADAŃ NAD AKTYWNOŚCIĄ RUCHOWĄ MŁODZIEŻY	27
3.1. Charakterystyka badanej młodzieży	27
3.2. Aktywność ruchowa młodzieży	28
3.2.1. Aktywność ruchowa i jej regularność	28
3.2.2. Wybrane uwarunkowania częstotliwości podejmowania aktywności ruchowej	34
3.2.3. Formy aktywności ruchowej	37
3.3. Aktywność ruchowa w dni wolne od obowiązków szkolnych	43
3.4. Wybrane kompetencje młodzieży w dziedzinie kultury fizycznej	46
3.5. Preferowana a rzeczywista aktywność ruchowa	47
3.6. Bariery utrudniające młodzieży dostęp do preferowanych dyscyplin ruchowych	50
3.7. Wpływ wybranych czynników na zainteresowanie młodzieży aktywnością ruchową	52
3.8. Retrospektywna ocena lekcji wychowania fizycznego w opinii młodzieży starszej	55
3.9. Miejsce wartości somatycznych w systemie wartości uznawanych przez młodzież	57
3.10. Aktywność ruchowa na tle innych sposobów spędzania wolnego czasu	60
4. DYSKUSJA I WNIOSKI	62
Bibliografia	75
Wyniki badań w ujęciu tabelarycznym	81
Narzędzie badawcze	95
Streszczenie	99