

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA – Kazimierz Wiatr	5
WSTĘP – Józef Bergier	7
KONFERENCJA „SPORT KOBIEC W POLSCE – STAN I PERSPEKTYWY”, 30 WRZEŚNIA 2008 R.	
REFERATY WPROWADZAJĄCE	
Urszula Jankowska, <i>Sukcesy kobiet na arenach świata – siłą polskiego sportu?</i>	13
Stanisław Socha, <i>Udział kobiet w światowym dorobku sportu polskiego – diagnoza i potrzeby</i>	16
Zofia Żukowska, Ryszard Żukowski, <i>Sport kobiet – szanse i zagrożenia</i>	24
I. SPORT WYCZYNOWY KOBIEC	
Joanna Baj-Korpak, <i>Wielkość obciążeń treningowych a poziom sportowy wysoko kwalifikowanych zawodniczek w chodzie sportowym</i>	35
Zbigniew Bujak, <i>Obciążenia treningowe kobiet uprawiających wybrane sporty walki</i>	43
Józef Bergier, <i>Wzorce charakterystyki gry w piłkę nożną kobiet czynnikiem racjonalizacji treningu</i>	52
Jan Chmura, Józef Bergier, Marcin Andrzejewski, Tomasz Dybek, Magdalena Mleczek, <i>Aktywność ruchowa piłkarzy i piłkarek nożnych podczas meczu mistrzowskiego</i>	537
Andrzej Soroka, <i>Czynności z piłką warunkujące efektywność gry w mistrzostwach Europy w piłkę nożną kobiet</i>	66
Dariusz Mroczek, Jan Chmura, <i>Zmiany mocy u zawodniczek piłki siatkowej w czasie meczu mistrzowskiego</i>	74
Artur Litwiniuk, Agnieszka Daniluk, <i>Struktura osobowości kobiet trenujących indywidualnie i zespołowe dyscypliny sportu</i>	83
doc. dr Krzysztof Czapla, <i>Curling olimpijskim wyzwaniem kobiet</i>	90
Teresa Socha, <i>Analiza morfologicznych uwarunkowań osiągnięć sportowych kobiet w aspekcie dymorfizmu płciowego</i>	97
Miłosz Czuba, Adam Zając, Stanisław Poprzącki, Jarosław Cholewa, <i>Efektywność suplementacji fosforanem sodu u kobiet i mężczyzn uprawiających kolarstwo górskie</i>	106
prof. dr hab. Edward Mleczek, <i>Dziś i jutro polskiej i światowej lekkoatletyki w świetle prognozy oraz rozwoju rekordów świata kobiet i mężczyzn</i>	118
II. SPRAWNOŚĆ FIZYCZNA I AKTYWNOŚĆ RUCHOWA	
Anna Bodasińska, Ewelina Piotrowicz <i>Osobowościowe i społeczno-pedagogiczne uwarunkowania pracy trenerskiej w piłce siatkowej w ocenie zawodniczek grup młodzieżowych</i>	131

Maria Nowak, <i>Czynniki warunkujące aktywność fizyczną kobiet w różnym wieku</i>	141
Dariusz Gierczuk, <i>Zmiany rozwoju koordynacyjnych zdolności motorycznych dziewcząt trenujących zapasy na różnych etapach zaawansowania sportowego</i>	150
Anna Jegier, Anna Maszorek-Szymala, <i>Aktywność ruchowa zalecana dla kobiet jako element dbałości o zdrowie</i>	159
dr Gabriela Karkoszka, dr Alicja Wołyńska-Ślężyńska, prof. dr hab. Jan Ślężyński, <i>Sprawność fizyczna i zachowania zdrowotne dziewcząt u progu dorosłości.</i>	163
Lidia Kuba, Angelika Ziarek, <i>Wpływ ćwiczeń pilates i BodyArt™ na wybrane morfologiczne komponenty sprawności fizycznej kobiet</i>	172
Grzegorz Grządziel, Władysław Mynarski, <i>Próba oceny krajowego systemu doboru i kwalifikacji oraz efektywność szkolenia młodych siatkarek</i>	180
Danuta Wach, <i>Himalaizm kobiecy– odbudowa pozycji liderki w światowym himalaizmie</i>	188

PODSUMOWANIE

Józef Bergier	193
Jan Chmura	193
Teresa Socha	194
Zofia Żukowska	194

MATERIAŁY

<i>Sukcesy kobiet na arenach świata– siłą polskiego sportu?</i> , Urszula Jankowska	199
<i>Udział i sukcesy polskich kobiet na letnich i zimowych igrzyskach paraolimpijskich,</i> Ministerstwo Sportu i Turystyki	214