



PAŃSTWOWA WYŻSZA SZKOŁA ZAWODOWA W KONINIE

**WYCHOWANIE FIZYCZNE, SPORT, ZDROWIE  
– problemy badawcze,  
weryfikacje empiryczne, aplikacje**

Pod redakcją naukową  
**Janusza Kwiecińskiego i Macieja Tomczaka**

Konin 2011

Tytuł  
WYCHOWANIE FIZYCZNE, SPORT, ZDROWIE –  
problemy badawcze, weryfikacje empiryczne, aplikacje

Recenzja naukowa  
prof. dr hab. Ryszard Strzelczyk  
prof. dr hab. Bogusław Marecki  
prof. nadzw. dr hab. Stefan Bosiacki  
prof. nadzw. dr hab. Jacek Lewandowski  
prof. nadzw. dr hab. Maciej Łuczak

Rada Wydawnicza  
prof. nadzw. dr hab. Wojciech Poznaniak – przewodniczący,  
prof. nadzw. dr hab. Jan Grzesiak, dr Marek Naglewski, prof. nadzw. dr hab. Mirosław Pawlak,  
prof. dr hab. Marian Walczak, mgr inż. Ewa Kapyszewska – sekretarz Rady

Opracowanie redakcyjne i korekta  
Maria Sierakowska

Projekt okładki  
Agnieszka Jankowska

Skład i łamanie  
Krzysztof Przybylak

Druk i oprawa  
SOWA Sp. z o.o.  
ul. Hrubieszowska 6a  
01-209 Warszawa  
tel. 022 431 81 40, fax 022 431 81 50  
e-mail: sowadruk@sowadruk.pl

ISBN 978-83-88335-72-3

© Copyright by Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa w Koninie



Wydawnictwo Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Koninie  
ul. kard. S. Wyszyńskiego 3C, 62-510 Konin  
tel. 63-249-72-09  
e-mail: wydawnictwo@konin.edu.pl

## Spis treści

<b>Ryszard Strzelczyk</b>	
Słowo wstępne	7
<b>Karol Bibrowicz, Bartosz Bibrowicz</b>	
OCENA POWTARZALNOŚCI POMIARÓW POŁOŻENIA I RUCHOMOŚCI OBRĘCZY BIODROWEJ z WYKORZYSTANIEM DUOMETRU	9
<b>Ewa Bresińska, Jarosław Janowski, Jan Konarski, Ryszard Strzelczyk</b>	
ZASTOSOWANIE ERGOMETRU KAJAKOWEGO WŁASNEJ KONSTRUKCJI W TRENINGU PRZYGOTOWAWCZYM DO ZAWODÓW OSÓB NA WSTĘPNYM ETAPIE SZKOLENIA	23
<b>Grzegorz Bręczewski, Maciej Tomczak, Lucyna Majewska</b>	
SPOSTRZEGANIE NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI, A ZACHOWANIA POMOCOWE U FIZJOTERAPEUTÓW	35
<b>Joanna Dębczyńska, Jacek Lewandowski</b>	
OCENA SKUTECZNOŚCI TERAPII TKANEK MIĘKKICH U PACJENTÓW Z ZESPOŁEM BÓLOWYM, ODCINKA LĘDŹWIOWEGO KRĘGOSŁUPA	47
<b>Bogusława Graczykowska, Barbara Woś</b>	
WYDATEK ENERGETYCZNY OSÓB, PODCZAS WYCIECZKI GÓRSKIEJ	57
<b>Jacek Lewandowski, Marcin Grzeškowiak, Marta Matusiak</b>	
WPŁYW KOMPLEKSOWEJ FIZJOTERAPII NA OCENĘ JAKOŚCI ŻYCIA PACJENTÓW Z KOLANEM REUMATOIDALNYM	67
<b>Janusz Kwieciński, Magdalena Kwiecińska</b>	
ZRÓŻNICOWANIE ROZWOJU SOMATYCZNEGO I MOTORYCZNEGO DZIEWCZĄT w WIEKU 7-15 LAT ZE ŚRODOWISKA WIEJSKIEGO (NA PRZYKŁADZIE GMIN STARE MIASTO I TULISZKÓW)	83
<b>Damian Jefremienko</b>	
ZRÓŻNICOWANIE POZIOMU I STRUKTURY PRZYGOTOWANIA MOTORYCZNEGO KAJAKARZY, NA RÓŻNYCH ETAPACH SZKOLENIA SPORTOWEGO	105

<b>Małgorzata Karpowicz, Krzysztof Karpowicz, Krzysztof Szablowski, Katarzyna Zakrzewska</b>	
CECHY OSOBOWOŚCI A POZIOM SPRAWNOŚCI OGÓLNEJ, I SPECJALNEJ MŁODYCH KOSZYKARZY	121
<b>Zbigniew Kasprzak, Łucja Pilaczyńska-Szcześniak, Michał Bronikowski, Adam Kantanista,</b>	
STAN ODŻYWIENIA I WYBRANE ZACHOWANIA ŻYWIENIOWE DZIECI W WIEKU 7-9 LAT	133
<b>Agata Konarska, Jan Konarski, Natalia Schroten</b>	
ŚWIADOMOŚĆ RYZYKA WYSTĄPIENIA URAZÓW , I SPOSOBÓW IM ZAPOBIEGANIA WŚRÓD POLSKICH , I HOLENDERSKICH PIŁKARZY NOŻNYCH	143
<b>Jan Konarski, Stanisław Wylegalski, Agata Konarska, Tomasz Podgórski, Janusz Kwieciński, Michalina Sadłocha</b>	
WYDOLNOŚĆ ANAEROBOWA MŁODYCH KOBIET TRENUJĄCYCH SPORT STRAŻACKI	157
<b>Mikołaj Marciniak, Jan Konarski, Filip Naglak, Robert Dargiewicz, Ryszard Strzelczyk</b>	
RELATYWIZACJA OBCIĄŻEŃ TRENINGOWO-STARTOWYCH W GOLFIE	177
<b>Jacek Lewandowski, Marta Matusiak, Marcin Grześkowiak</b>	
WPŁYW UPRAWIANIA GIMNASTYKI ARTYSTYCZNEJ NA WARTOŚĆ KĄTOWĄ KRZYWIZN FIZJOLOGICZNYCH I RUCHOMOŚĆ ODCINKOWĄ KRĘGOSŁUPA	191
<b>Łukasz Michałowski, Akademia Wychowania Fizycznego im. E. Piaseckiego w Poznaniu</b>	203
OCENA FUNKCJONALNA PACJENTÓW PO UDARZE MÓZGU	203
<b>Piotr Ogarzyński, Zakład Teorii Sportu</b>	
RÓWNOWAGA JAKO PRZEJAW KOORDYNACJI A SYMETRIA STRUKTURALNA U ZAWODNIKÓW TRENUJĄCYCH SZERMIERKĘ I NARCIARSTWO ALPEJSKIE	217
<b>Tomasz Pieńkowski</b>	
PRZYCZYNY ZESPOŁÓW BÓLOWYCH ODCINKA LĘDŹWIOWO-KRZYŻOWEGO KRĘGOSŁUPA	227
<b>Krzysztof Piotrowski, Tomasz Garszka</b>	
WPŁYW TRENINGU STABILIZACJI KOMPLEKSU LĘDŹWIOWO-MIEDNICZEGO NA POZIOM WYBRANYCH ZDOLNOŚCI MOTORYCZNYCH U HOKEISTÓW NA TRAWIE	239

**Robert Podstawski, Klaudia Borowska**

ZWIĄZKI POMIĘDZY POZIOMEM SPRAWNOŚCI MOTORYCZNEJ A AKTYWNOŚCIĄ  
FIZYCZNĄ, W OPINIACH UCZNIÓW Z KLAS I-III ZE SZKOŁY PODSTAWOWEJ  
W MALBORKU 257

---

**Mateusz Witkowski, Ryszard Strzelczyk**

WEWNĘTRZNE I ZEWNĘTRZNE PRZEJAWY WYTRZYMAŁOŚCIOWYCH ZDOLNOŚCI  
MOTORYCZNYCH ORAZ ICH WPŁYW NA POZIOM UMIEJĘTNOŚCI SPECJALNYCH  
SZERMIERZY W KATEGORII MŁODZIKA 269

---

**Jan Konarski, Ryszard Strzelczyk, Dariusz Kurc**

WSKAŹNIKI ZMĘCZENIA JAKO NARZĘDZIE DIAGNOSTYCZNE  
W OCENIE INDYWIDUALNEGO PRZYSTOSOWANIA ZAWODNIKÓW  
DO WALKI SPORTOWEJ 277

---

**Robert Podstawski**

KIERUNKI ZMIAN W POZIOMIE ZDOLNOŚCI GIBKOŚCIOWYCH I  
WYTRZYMAŁOŚCIOWYCH STUDENTÓW I ROKU UNIWERSYTETU WARMIŃSKO-  
MAZURSKIEGO W OLSZTYNIE W LATACH 2000-2006 289

---