

Analiza wyników w pływaniu uczestników Warszawskiej Olimpiady Młodzieży w wieku 12-13 lat

Praca magisterska. AWF Warszawa

1. Streszczenie
2. Wstęp i cel pracy
3. Wartości pływania
4. Badania nad sprawnością fizyczną
 - 4.1 Uwarunkowania sprawności fizycznej młodzieży
 - 4.2 analiza dynamiki sprawności pływackiej młodzieży w wieku 12-13 lat
5. podsumowanie i wnioski
6. Piśmiennictwo

Wstęp i cel pracy

Pływanie jest jedną z najważniejszych i najbardziej wszechstronnych form aktywności fizycznej, które mają istotny wpływ na rozwój młodzieży. Jego uniwersalny charakter pozwala na harmonijny rozwój układu mięśniowego, układu oddechowego oraz poprawę wytrzymałości i koordynacji ruchowej. W Polsce, szczególnie w dużych ośrodkach miejskich, pływanie cieszy się dużą popularnością, będąc jednocześnie dyscypliną sportową i sposobem na zdrowy tryb życia.

Warszawska Olimpiada Młodzieży to prestiżowe wydarzenie sportowe, które gromadzi młodych zawodników z różnych szkół i klubów sportowych. Stanowi ona platformę do rywalizacji sportowej na wysokim poziomie, a także umożliwia obserwację postępów i rozwoju motorycznego uczestników. Udział w tego typu zawodach sprzyja kształtowaniu pozytywnych postaw wobec

aktywności fizycznej oraz budowaniu zdrowych nawyków.

W okresie dorastania, szczególnie w wieku 12-13 lat, młodzież przechodzi przez ważne zmiany fizjologiczne i rozwojowe, które mają bezpośrednie przełożenie na sprawność fizyczną i możliwości sportowe. Analiza wyników pływackich w tej grupie wiekowej pozwala na lepsze zrozumienie dynamiki rozwoju oraz na dostosowanie programów treningowych do indywidualnych potrzeb młodych sportowców.

W pracy zostaną również omówione podstawowe wartości pływania w aspekcie zdrowotnym i społecznym, a także zostaną zaprezentowane wybrane badania dotyczące rozwoju sprawności fizycznej młodzieży. Szczególny nacisk położony będzie na analizę wyników i sprawności pływackiej uczestników Warszawskiej Olimpiady Młodzieży.

Celem pracy jest ocena skuteczności i dynamiki rozwoju sprawności fizycznej w pływaniu u młodzieży w wieku 12-13 lat biorącej udział w Warszawskiej Olimpiadzie Młodzieży. Praca ma na celu również wskazanie czynników wpływających na wyniki sportowe oraz ocenę możliwości optymalizacji procesu szkolenia pływackiego w tej grupie wiekowej.

Pracę otwiera streszczenie, które w zwięzły sposób przedstawia główne założenia i wyniki badań. Zawiera ono podstawowe informacje o temacie, celu pracy, przyjętych metodach badawczych oraz najważniejszych wnioskach, co pozwala czytelnikowi wstępnie zapoznać się z zakresem i znaczeniem przeprowadzonych analiz.

W drugim rozdziale znajduje się wstęp i cel pracy. We wprowadzeniu autor przedstawia kontekst badawczy oraz znaczenie tematyki pływania w rozwoju dzieci i młodzieży. W odrębnym akapicie sformułowany został cel pracy, który koncentruje się na analizie wyników pływackich uczestników Warszawskiej Olimpiady Młodzieży w wieku 12–13 lat, a także na ocenie ich poziomu sprawności fizycznej i dynamiki rozwoju

sportowego.

Trzeci rozdział dotyczy wartości pływania jako formy aktywności ruchowej. Omówiono tu wszechstronny wpływ tej dyscypliny na zdrowie fizyczne i psychiczne młodzieży, a także jej znaczenie wychowawcze, społeczne i profilaktyczne. Autor wskazuje również, dlaczego pływanie jest szczególnie rekomendowane w procesie kształtowania sprawności u dzieci.

Czwarty rozdział stanowi część badawczą. W pierwszym podrozdziale (4.1) omówiono uwarunkowania sprawności fizycznej młodzieży, w tym czynniki biologiczne, środowiskowe i społeczne wpływające na ich rozwój. W kolejnym podrozdziale (4.2) przedstawiono szczegółową analizę dynamiki sprawności pływackiej młodzieży w wieku 12–13 lat. Uwzględniono wyniki uczestników Warszawskiej Olimpiady Młodzieży i podjęto próbę interpretacji ich osiągnięć sportowych w kontekście wieku, płci i etapu rozwoju.

Pracę kończy piąty rozdział, który zawiera podsumowanie i wnioski wynikające z przeprowadzonych badań. Zestawiono tu główne obserwacje, oceniono trafność założeń badawczych oraz sformułowano wnioski praktyczne i kierunki dalszych badań w tej dziedzinie.

Całość zamyka piśmiennictwo, które obejmuje wykorzystane opracowania naukowe, literaturę specjalistyczną oraz źródła odnoszące się do metodologii badań i teorii rozwoju fizycznego dzieci i młodzieży.

Jeśli chcesz zamówić pisanie pracy od podstaw, to zapraszamy na stronę [pisanie prac](#) - sprawdzony serwis