

# Zachowania prozdrowotne osób w podeszłym wieku

Jeśli potrzebują Państwo więcej informacji o tej pracy, to proszę pisać - [kontakt](#)

razem z aneksem 88 stron, ankieta z 24 pytaniami (+ metryczka)

Wstęp 2

Rozdział I. Okres późnej dorosłości – potencjał fizyczny ludzi w wieku podeszłym 4

1. Podstawowe pojęcia i definicje 4

1.1. Gerontologia 4

1.1.2. Geriatria 6

1.1.3. Psychogeriatria 7

1.2. Podział okresu późnej dorosłości 10

1.3. Zmiany fizyczne towarzyszące procesom starzenia się 14

1.4. Procesy poznawcze osób w podeszłym wieku 23

Rozdział II. Czynniki wspierające funkcjonowanie człowieka w późnych latach życia 26

2.1. Styl życia 26

2.2. Ćwiczenia fizyczne 30

2.3. Dieta 33

2.4. Sposób organizowania sobie czasu wolnego 36

2.5. Zdolność relacji z innymi ludźmi 39

Rozdział III. Metodologia badań własnych 43

3.1. Cel i przedmiot badań 43

3.2. Problemy i hipotezy 43

3.3. Metody, techniki i narzędzia badawcze 44

3.4. Teren i organizacja badań 44

3.5. Charakterystyka badanej grupy 44

Rozdział IV. Zachowania prozdrowotne osób w podeszłym wieku na

podstawie wyników badań własnych 46  
4.1. Preferowane zachowania prozdrowotne 46  
4.2. Wnioski 71

Zakończenie 73  
Bibliografia 75  
Spis tabel 78  
Spis wykresów 80  
Aneks 82

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