
Spis treści

1. Wstęp	5
1.1. Przegląd literatury przedmiotu i uzasadnienie podjętego tematu badań	5
1.2. Cel pracy i zasadnicze pytania badawcze	17
2. Materiał i metody badań	18
2.1. Charakterystyka badanej zbiorowości	18
2.2. Zakres badań	21
2.3. Metody analizy statystycznej	25
3. Wyniki badań	27
3.1. Asymetria w realizacji elementów technicznych podczas walki sportowej u piłkarzy nożnych na różnych etapach zaawansowania	27
3.1.1. Asymetria wykonania strzałów na bramkę na podstawie obserwacji gry piłkarzy wysokiej klasy	27
3.1.2. Wykorzystanie „małych gier-testów 1 × 1” w ocenie asymetrii wykonania elementów techniczno-taktycznych piłkarzy nożnych	30
3.1.2.1. Opis opracowanych „małych gier-testów 1 × 1	30
3.1.2.2. Rzetelność opracowanych „małych gier-testów 1 × 1”	41
3.1.2.3. Trafność opracowanych „małych gier-testów 1 × 1”	46
3.1.2.4. Asymetria wykonania elementów techniczno-taktycznych w „małych grach-testach 1 × 1”	53
3.2. Poziom symetrii-asymetrii ruchów w wybranych zdolnościach kondycyjnych piłkarzy i piłkarek nożnych	58
3.2.1. Poziom symetrii-asymetrii w zdolnościach szybkościowo-siłowych u piłkarzy nożnych od 7 do 18 roku życia	58
3.2.2. Poziom symetrii-asymetrii w zdolnościach szybkościowo-siłowych oraz siłowych u wysoko selekcyonowanych piłkarzy i piłkarek nożnych z reprezentacji Polski różnych kategorii wieku	62

3.3. Poziom symetrii-asymetrii ruchów w testach oceniających umiejętności techniczne piłkarzy na różnych etapach szkolenia . . .	70
3.3.1. Opis testów motorycznych opracowanych do oceny umiejętności technicznych piłkarzy	70
3.3.2. Rzetelność opracowanych testów umiejętności technicznych .	83
3.3.3. Poziom symetrii-asymetrii w umiejętnościach technicznych wysoko selekcjonowanych piłkarek nożnych na różnych etapach szkolenia	85
3.3.4. Zmiany w poziomie umiejętności technicznych realizowanych kończyną wiodącą i niewiodącą u wysoko selekcjonowanych piłkarek nożnych na różnych etapach szkolenia	89
3.3.5. Poziom symetrii-asymetrii w umiejętnościach technicznych piłkarzy nożnych od 8 do 17 roku życia	97
3.4. Rezultaty eksperymentu pedagogicznego, określającego wpływ treningów o zróżnicowanym udziale ćwiczeń doskonalących nogę wiodącą i niewiodącą na poziom umiejętności technicznych piłkarzy	102
4. Dyskusja	107
5. Podsumowanie i wnioski	119
Piśmiennictwo	123
Streszczenie	139
Summary	144