

SPIS TREŚCI

Wstęp	7
Rozdział 1. Ocena i kontrola działań startowych koszykarzy	11
1.1. W jakim celu należy dokonywać analizy działań startowych graczy	11
1.2. Sposoby rejestracji działań startowych	12
1.2.1. Rejestracja i ocena wskaźników działań startowych koszykarzy w ataku	15
1.2.2. Rejestracja i ocena wskaźników działań startowych koszykarzy w obronie	21
1.3. Integralne wskaźniki działań startowych koszykarzy	23
1.4. Kontrola obciążeń startowych koszykarzy	45
Rozdział 2. Walka sportowa w koszykówce	52
2.1. Rezultat, sukces sportowy, ich charakterystyczne cechy i powiązania w koszykówce	52
2.2. Strategia i taktyka walki sportowej w koszykówce	60
2.3. Technika działalności startowej w koszykówce.	64
Rozdział 3. Sterowanie procesem startowym drużyny koszykarskiej	70
3.1. Analiza (rozpoznanie) gry rywali.	71
3.2. Tworzenie planu gry	74
3.3. Omówienie planu gry	76
3.4. Prowadzenie gry	80
3.5. Operacyjne sterowanie koszykarzami podczas gry: przykłady z praktyki sportowej	87
Rozdział 4. Rola czynnika psychologicznego w działalności startowej koszykarza.	100
4.1. Stan gotowości psychicznej do zawodów	100
4.2. Wpływ indywidualnych właściwości osobowości koszykarza na skuteczność działalności startowej	105

4.3. Socjalno-psychologiczne właściwości koszykarzy i drużyn oraz oraz ich wpływ na działalność startową. Stosunki interpersonalne w systemach „koszykarz-koszykarz” i „trener-koszykarz”	108
4.3.1. Wpływ stosunków w systemie „trener-koszykarz”	109
4.3.2. Właściwości wzajemnych stosunków w systemie „koszykarz-koszykarz”	112
4.3.3. Liderzy w drużynach koszykarskich	116
Rozdział 5. Trener w koszykówce	127
5.1. Wprowadzenie do zagadnienia	127
5.2. Metody i środki badania osobowości trenera	127
5.3. Najbardziej znaczące cechy zawodowe i cechy osobowości wybitnych trenerów	129
5.4. Hierarchia cech trenerów na podstawie ocen profesjonalnych koszykarzy	133
5.5. Wpływ stresu w trakcie zawodów na uzewnętrznianie się emocji w reakcjach systemu sercowo-naczyniowego	135
5.6. Trener – kobieta	136
5.7. Zalecenia dla trenerów w sprawach ich psychologicznego przygotowania i podnoszenia kwalifikacji	137
Rozdział 6. System zawodów sportowych w koszykówce	141
6.1. Charakterystyka zawodów sportowych w koszykówce	141
6.2. Rodzaje zawodów sportowych	143
6.3. Regulaminy i sposoby prowadzenia rywalizacji	149
6.4. Warunki zawodów, wpływające na działalność startową koszykarzy	155
6.5. Zawody w systemie przygotowania koszykarzy (przygotowanie startowe koszykarzy na konkretnych etapach i w konkretnych warunkach)	162
Rozdział 7. Organizacja i funkcjonowanie sztabu zespołu koszykówki ekstraklasy	170
7.1. Funkcyjne obowiązki głównego trenera	170
7.2. Funkcyjne obowiązki trenera do spraw przygotowania fizycznego	170
7.3. Funkcyjne obowiązki trenera selekcjonera	172
7.4. Funkcyjne obowiązki trenera mistrzostwa taktyczno-technicznego	172
7.5. Funkcyjne obowiązki lekarza i masażysty zespołu	173

7.6. Funkcyjne obowiązki menadżera zespołu	174
7.7. Funkcyjne obowiązki kierownika grupy naukowej	174
Rozdział 8. Sprzęt i wyposażenie bazy klubu koszykarskiego	177
Rozdział 9. Ranking i jego przydatność w koszykówce	183
9.1. Pojęcie rankingu w grach sportowych	183
9.2. Sposoby i podstawowe kryteria formowania rankingu drużyny	185
9.3. Kryteria formowania rankingu gracza	189
9.4. Zastosowanie metody rangowania w analizie porównawczej drużyn i koszykarzy: przykłady z praktyki	191
Rozdział 10. Praca naukowo-badawcza	216
10.1. Organizacja i treść pracy dydaktyczno-badawczej studentów	217
10.2. Treść pracy naukowo-badawczej studentów i doktorantów .	219
10.3. Etapy pracy naukowo-badawczej	224
10.3.1. Wybór tematu pracy	224
10.3.2. Zadania, metody i hipoteza badań	226
10.3.3. Praca z literaturą	228
10.3.4. Zbieranie, opracowanie, analiza i podsumowanie danych badań	229
10.3.5. Napisanie pracy i przedstawienie do obrony	230
10.4. Metody badań, stosowane w kontroli działalności trenin- gowej i startowej koszykarzy	231
Piśmiennictwo	250
Aneks	266