

Obsah

1. Teoretický rozbor obsahu basketbalu.....	7
2. Herní činnosti jednotlivce.....	9
2. 1 Útočné herní činnosti jednotlivce.....	9
2. 2 Obranné činnosti jednotlivce	25
3. Hra jeden proti jednomu (1/1) v herních cvičeních	47
3. 1 Hra 1/1 z vnějšího prostoru z hlediska útočícího hráče.....	48
3. 2 Hra 1/1 z vnitřního prostoru z hlediska útočícího hráče	49
3. 3 Hra 1/1 z vnějšího prostoru z hlediska bránícího hráče	50
3. 4 Hra 1/1 z vnitřního prostoru z hlediska bránícího hráče	51
4. Závěr	61
5. Literatura	63
Příloha	65

Naše publikace je souborem cvičení, která používá v tréninkových jednotkách basketbalové Centrum talentované mládeže Bmo (CTM). Základem ke vzniku sborníku byly trenérské semináře pořádané Českou basketbalovou federací, řada cvičení pochází převážně od českých lektorů (např. Rón, Ježdák).

Sborníkem bychom rádi rozšířili zásobník cvičení studentů basketbalové specializace při MU FSpS Bmo a začínajícím basketbalovým trenérům. Budeme považovat za úspěch, pokud publikace najde uplatnění i v ostatních CTM.

Autoři
Bmo, 2005